

「いたばし子どもアンケート」の実施について

はじめに

子どものメンタルヘルスの状況と、昨年度から続くコロナ禍の影響等について、令和3年2月に国立成育医療研究センターが調査し、発表した「コロナ×こどもアンケート」によると15～30%の子どもに中等度以上のうつ症状があったことが報告されています。また、昨今注目されるようになったヤングケアラーは、ヤングケアラーに関する調査研究報告書（三菱UFJリサーチ&コンサルティング2021）によると、中学2年生で5.7%いることが報告されています。

板橋区教育委員会では、子どものメンタルヘルスとヤングケアラーについての現状把握をおこない、サポート体制の強化や構築を図るため、国立成育医療研究センターの協力を得て、5年生～9年生を対象にアンケート調査の実施に至りました。

目 次

1 背景

- (1) 社会的背景
- (2) 板橋区立小中学校における現状
- (3) 板橋区立小中学校における課題

2 調査について

- (1) 目的
- (2) 対象者
- (3) 調査方法
- (4) 倫理的配慮
- (5) 期待される成果
- (6) スケジュール
- (7) 調査後のフォロー体制
- (8) 集計結果

3 取組みについて

- (1) 教育委員会内での取組の方向性について
- (2) 関係機関との動き

4 その他

- (1) 回収後の質問票の取扱い

1 背景

(1) 社会的背景

① 子どものメンタルヘルス

令和2年より続く新型コロナウイルス感染症の流行により、新しい生活様式が必要となり、学校生活も大きく変化し、子どものメンタルヘルスについて調査が行われた。

令和3年2月の国立成育医療研究センターによる「コロナ×こどもアンケート第4回調査 報告書」において、小学4～6年生の15%、中学生の24%、高校生の30%に中等度のうつ症状があったことが報告された。

② ヤングケアラー

ヤングケアラーに関する調査研究報告書（三菱UFJリサーチ&コンサルティング2021）によると、中高生の生活実態調査において、家族の世話をしているのは中学2年生で5.7%あり、半数が小学生の時からケアを始めていることが明らかになった。全国の要保護児童対策地域協議会への調査でもヤングケアラーと思われる子どもの実態把握ができている自治体は約31%、学校では半数前後の学校でヤングケアラーと思われる子どもがいる認識があることが明らかになった。

(2) 板橋区立小中学校における現状

① 学校数と人数

ア 小学校51校、特別支援学校1校、中学校22校

イ 小学校で約23,400人、中学校で約9,100人 合計35,500人

② 精神保健に関する体制等

ア スクールカウンセラーの配置（複数校を担当）

イ 精神科に関する学校医として2名配置

- ・小学校を担当する学校医1名（こどものこころ相談医）
- ・中学校を担当する学校医1名（精神科医）

ウ 相談事業

- ・精神保健相談（個別相談）を年1～2回実施
- ・中学校は事例検討会を年2回実施
- ・必要に応じて、学校の養護教諭が直接相談することも可能

(3) 板橋区立小中学校における課題

① 子どものメンタルヘルス

コロナ禍における子どものメンタルヘルスは悪化しており、板橋区における実態把握と共にサポート体制の強化について検討を行う必要がある。

② ヤングケアラー

在宅時間の増加は、家族の時間が密になりやすく、ヤングケアラーのメンタルヘルスに大きく影響する。板橋区内のヤングケアラーの実態は把握されていないため、本調査において、区立小中学校におけるヤングケアラーの状況を把握し、

板橋区における支援体制の検討につなげる必要がある。

③ 支援体制の構築

教育委員会内で、スクールカウンセラーを担当する部署、教育相談を受ける部署、精神保健相談を担当する部署など、担当が分かれており、学校全体の実態や課題を集約する場がないため、課題を共有し支援体制を構築する必要がある。

2 調査について

(1) 目的

- ① 板橋区立小中学校におけるこころの状態の実態把握を行う。
- ② 児童生徒の早期の個別支援体制を検討する。
- ③ 板橋区立小中学校における課題整理と、関係機関の連携による支援体制構築に向けた検討を行う。

(2) 対象者（令和3年5月10日現在）

小学5年生～中学3年生（9年生） 総数 16,869名

- ① 小学校51校 クラス数235
対象者数7,506名
（5年生3,796名、6年生3,710名）
- ② 中学校22校 クラス数266
対象者数9,097名
（7年生3,059名、8年生3,080名、9年生2,958名）
- ③ 特別支援学級（固定級）（小学校101名、中学校165名）

(3) 調査方法

無記名式アンケート調査

(4) 倫理的配慮

① 回答の方法

質問用紙は無記名とし、学校IDとクラスIDのみで管理する。回答前に答えたくない場合は空欄にしてよいことを説明し、子どもが安心して回答できるようにする。

② 個別対応の方法

回答から、個別の対応が必要であると判断される児童生徒があった場合には、国立成育医療研究センターより教育委員会へ学校IDとクラスIDを連絡する。教育委員会は精神科学校医および国立成育医療研究センター（児童精神の専門家）と対応について協議したうえで、該当校へ連絡し、対応を検討する。

※ 個別対応が必要とする児童生徒は、重度のうつ状態あるいは自傷願望または自傷行為が2点以上（「半分以上」または「ほぼ毎日」）の者とする。

③ 相談案内

自ら相談ができるように、全ての児童・生徒に対して相談先を案内（プリント

配付等)する。

(5) 期待される成果

① 調査項目から把握されること

- ア うつ症状を有する子どもたちの数や重症度の実態把握
- イ ヤングケアラーに該当する子どもたちの数やケア内容の実態把握
- ウ 学校生活で困難を抱えている子どもたちの数、および①②との関連
- エ 援助希求力の実態把握
 - ※ 板橋区立小中学校全体としての把握・分析を主とする(結果を公表予定)
 - ※ 各学校の状況については、個別に学校へフィードバックする

② 潜在化していた子どもの状況把握

- ア 潜在化している子どもへのアプローチについての検討
(援助希求能力を育てること、相談先などの情報提供方法、学校での着目の視点など)
- イ 支援体制の確認・構築
(学校で支援が必要な児童生徒を把握した際の対応フロー、相談事業・機関への連携体制の確認など)
 - ※ 学校では教員が心配な児童生徒を把握することになるが、様々な課題を持つ児童生徒の支援は負担も大きい。相談支援として、専門職(カウンセラー等)や教育支援センター、子ども家庭支援センター、精神保健相談などの様々な関係機関や相談事業があるが、これらと円滑に連携し協力体制をとるための整備をしていく必要がある。
- ウ 支援側の育成
(スクールカウンセラーや養護教諭を中心にスキルアップを図るための研修等)

③ ヤングケアラーの人数やメンタルヘルスの状況把握

- ア 学校における学習サポートのあり方の検討
- イ 区内関係機関における支援体制の検討
(子ども自身の相談の場、生活支援、介護におけるサポート連携など)

(6) スケジュール

① 事前準備(～11月)

- ア 事前調整
- イ 板橋区教育委員会と国立成育医療研究センターとの協定書締結
- ウ 実施に係るスキーム・質問票等の作成等
- エ 学校への事前説明

② 発送準備(11月～12月)

- ア 教育委員会
学校ID、クラスID作成、保護者通知作成、学校への通知(依頼)作成等
- イ 国立成育医療研究センター
学校への送付物の作成・準備(質問票、個別配付用封筒、クラス用封筒)

③ 学校への送付（１２月２日頃）

ア 教育委員会→各学校

- ・学校通知（依頼）、作業手順、学校ＩＤとクラスＩＤ表
- ・保護者通知の送付
- ・相談先一覧（児童生徒配付用）

イ 国立成育医療研究センター

- ・質問票、個別配付用封筒、クラス用封筒の発送（業者から直送）

④ 学校の準備（１２月６日～）

ア クラスごとのマチ付き封筒に、指定された学校ＩＤとクラスＩＤを記入

イ クラスごとにセット（人数分の質問票と封筒）をする。

⑤ アンケートの実施（１２月８日～１４日）

ア 各学校の状況に合わせて実施日を決め（朝または帰りの時間）、実施・回収する。

- ※ 質問票と封筒を児童生徒に配付し、記入後に自分でその場で封をして提出する。

（児童生徒が記入した内容を教員や学校が確認することはできない仕組）

イ 当日の欠席者（不登校を含む）には、学校から家庭に質問票・封筒を配付して実施・回収する。（可能な範囲で実施）

ウ 実施期間最終日に、クラスの封筒を封緘して、送付時の段ボールにすべて入れて返送する。返送は、同封されている着払伝票を用いて、国立成育医療研究センターへ送る。

⑥ 実施期間経過後に回収した質問票について

ア 学校は個人封筒を封緘したままの状態で、教育委員会学務課学校運営保健係まで交換便で送る。

イ 教育委員会は、１２月２２日までに学校から回収した質問票を、封緘したまま国立成育医療研究センターへ送付する。

⑦ 集計結果から支援対象者への事後フォロー（１～２月）

ア 既存のアンケート（ふれあいアンケート）により相談希望者はサポートされる。

イ 調査回答から支援が必要な児童生徒がいるクラスが判明した場合、国立成育医療センターや精神科学校医と協議し、アの状況を確認したうえで、対応を決定する。

⑧ 結果のフィードバックと公表

ア タブレットやホームページによる結果の公表

イ 学校別に集計結果のフィードバックと講演会による説明等の実施

(7) 調査後のフォロー体制

集計まで時間を要し、個別の支援対象者の把握は2月が予定されているため、この間に実施される既存のアンケートと併せて、対応を検討する。

① 児童生徒へのフォロー

調査実施（12月8日～14日）



既存の学校におけるアンケート（1月 ふれあいアンケート）

（無記名式、相談希望者は出席番号を記入する）



国立成育医療研究センターから該当者の学校IDとクラスID、該当項目について教育委員会へ情報提供（2月頃）

※ 個別対応が必要とする児童生徒については、重度のうつ状態あるいは自傷願望または自傷行為が2点以上（「半分以上」または「ほぼ毎日」）の児童生徒



教育委員会⇄国立成育医療研究センター（児童精神の専門家）および精神学校医と対応を協議

教育委員会⇄学校と1月実施の既存のアンケートによる個別支援対象者の状況と併せて確認



学校での把握があった場合



経過観察等を継続



学校での把握がなかった場合



協議結果により
クラス単位でフォローアンケートを実施
（アンケート用紙は教育委員会で用意）
相談先一覧の再配付

② 教職員（担任）へのフォロー

担任教員の把握状況や対応の実際を確認すると共に、把握や対応に関する悩みや課題を確認し、教員が支援の必要な児童生徒を把握した際に負担が軽減できるよう、学校における対応・体制を検討することを目的に、学校への結果フィードバック後にアンケートを実施する。

※ 総数501名（小学校51校 235名+α、中学校22校 266名+α）

(8) 集計結果

国立成育医療研究センターで集計・分析し教育委員会へ報告

① タブレットやホームページで結果を公表

② 学校には自校の集計結果をフィードバックする

教職員を対象とした「学校保健会 講演会」を実施

3 取組みについて

(1) 教育委員会内での取組について

教育委員会内の既存の専門職や相談機関、相談事業について相談体制や役割を確認し、課題の整理と、本調査の結果により明らかになった課題の両面を踏まえて、相談フローを整理する。

- ① 調査の準備と並行して、既存の相談事業や相談機関について情報収集および確認を行う。
- ② 本調査によって、個別フォローを行う際の相談フローを予め作成する。
- ③ 本調査によって明らかになった課題に対し、既存の相談事業や相談機関の利用の仕方について整理し、相談フローを見直す。
- ④ 調査結果について共有し、各所管課における事業へ活用いただく。

(2) 関係機関との動き

- ① 調査の準備と並行し、相談機関について情報収集し確認する。
- ② 本調査によって明らかになった課題に対し、利用の仕方について整理・調整し、フローを作成する。
- ③ 調査結果について共有し、各所管課における事業へ活用する。

4 その他

(1) 回収後の質問票の取扱い

- ① 教育委員会で廃棄証明書を作成し、報告書の授受の確認後送付する。
- ② 国立成育医療研究センターで回収した質問票を廃棄し、廃棄証明書を教育委員会へ送付する。

いたばし子どもアンケート

調査報告書



2022 年 3 月 国立成育医療研究センター

(調査実施： 板橋区教育委員会)

目次

第 I 章 調査の実施概要	1
1. 調査目的	1
2. 調査対象者	1
3. 調査内容	1
4. 調査実施方法	1
5. 調査実施時期	2
6. 回答数と回答率	2
第 II 章 単純集計結果	3
1. 基本情報	3
(1) 性別	3
(2) 同居家族	3
(3) 家族構成	4
(4) 母親の就労状況	5
(5) 父親の就労状況	5
(6) きょうだい数	6
(7) 主観的経済状況	6
2. 家族の世話（ヤングケアラー）	7
(1) 項目別の該当割合	8
(2) 該当項目数	8
3. ふだんの生活	9
4. いじめ	10
5. 抑うつ症状・自傷行為	11
6. 悩みや困りごと	13
7. 悩みや困りごとを話せる人	14
第 III 章 主な項目同士の関連	15
1. ヤングケアラー	15
(1) ふだんの生活の様子	15
(2) 抑うつ症状・自傷行為	16
(3) 悩みや困りごとを話せる人	17
2. 抑うつ症状	18
(1) ふだんの生活の様子	18

(2) 悩みや困りごとを話せる人	19
(3) 重度抑うつ症状、希死・自傷念慮、自傷行為の関連	20

第 I 章 調査の実施概要

1. 調査目的

本調査は板橋区立小・中学校に通学する児童・生徒の心の状態の実態把握を行い、学校での支援及び課題整理や支援体制向上の基礎とすることを目的に、板橋教育委員会が実施した。

2. 調査対象者

① 小学生

板橋区の全公立小学校（51 校）に在籍している、普通級の小学 5 年生 3,791 人・小学 6 年生 3,695 人、特別支援級の小学 5/6 年生 104 人、計 7,590 人を対象とした。

② 中学生

板橋区の公立中学校 22 校のうち、調査協力を得られた 21 校に在籍している、中学 1 年生 2,863 人・中学 2 年生 2,903 人・中学 3 年生 2,801 人、特別支援級の中学 1/2/3 年生 134 人、計 8,701 人を対象とした。

3. 調査内容

以下の項目について尋ねた（報告書末尾＜資料＞）。答えたくない質問については答えなくてもよいことを、調査票の冒頭に明記した。

- ・基本情報： 学年・性別
- ・家庭の状況： 同居者、家のくらし（経済状況）
- ・ヤングケアラー： 日本ケアラー連盟による 10 項目を参考に作成した 6 項目について有無
- ・学校生活における支障： 欠席や遅刻、居眠りや忘れものなどの頻度
- ・クラスにおけるいじめの有無
- ・抑うつ症状： PHQ-A 尺度（直近 7 日間の抑うつ症状 9 項目の頻度）、自傷行為の頻度
- ・悩みや困りごと： 家族関係・友だち関係・勉強や成績に関する悩みや困りごとの頻度
- ・悩みや困りごとを話したり相談したりできる人の数

4. 調査実施方法

学校を通してクラスごとに教室で児童・生徒へ調査票を配布し、その場で回収した。回答済の調査票は、児童・生徒本人が封筒に入れて封をした状態で担任が回収し、学校で一括して提出した。調査票配布日に欠席した児童・生徒には別途担任を通して調査票を配布し、教室実施に準じて本人が封を

した状態で担任が回収し、学校で一括して提出した。匿名化した学校 ID・クラス ID により、各調査票の学校・クラスを識別した。調査実施前に、学校を通して保護者へ、調査について書面で説明を行った。調査実施後、リラククスワークや相談先リスト配布などをあわせて行った。

5. 調査実施時期

2021 年 12 月

6. 回答数と回答率

回収された調査票は、回答者、クラスおよび学校が特定できない状態で、国立成育医療研究センターが分析を行った。小学生 7,414 人（回答率 97.7%）、中学生 8,083 人（回答率 92.9%）、合計して 15,497 人（回答率 95.1%）から回答を得た。このうち、特別支援級在籍児童・生徒は 156 人（回答率 65.5%）であった。

表 I-1 回答数と回答率

		回答数	回答率%
小学生			
普通級	小学 5 年生	3,712	97.9
普通級	小学 6 年生	3,611	97.7
特別支援級		91	87.5
中学生			
普通級	中学 1 年生	2,705	94.5
普通級	中学 2 年生	2,726	93.9
普通級	中学 3 年生	2,587	92.4
特別支援級		65	48.5
合計		15,497	95.1

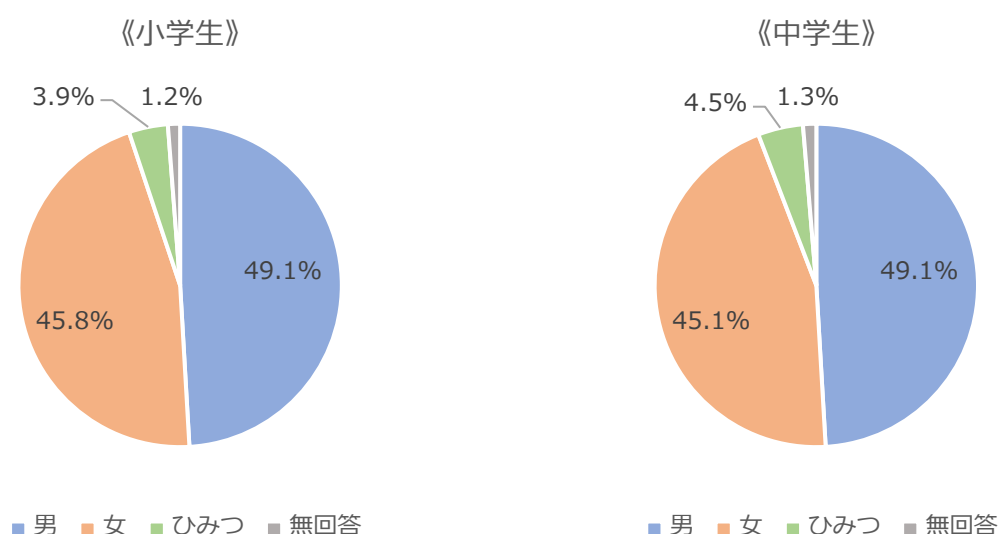
第 II 章 単純集計結果

1. 基本情報

(1) 性別

回答者の性別（回答者自己申告）は、以下の通り。

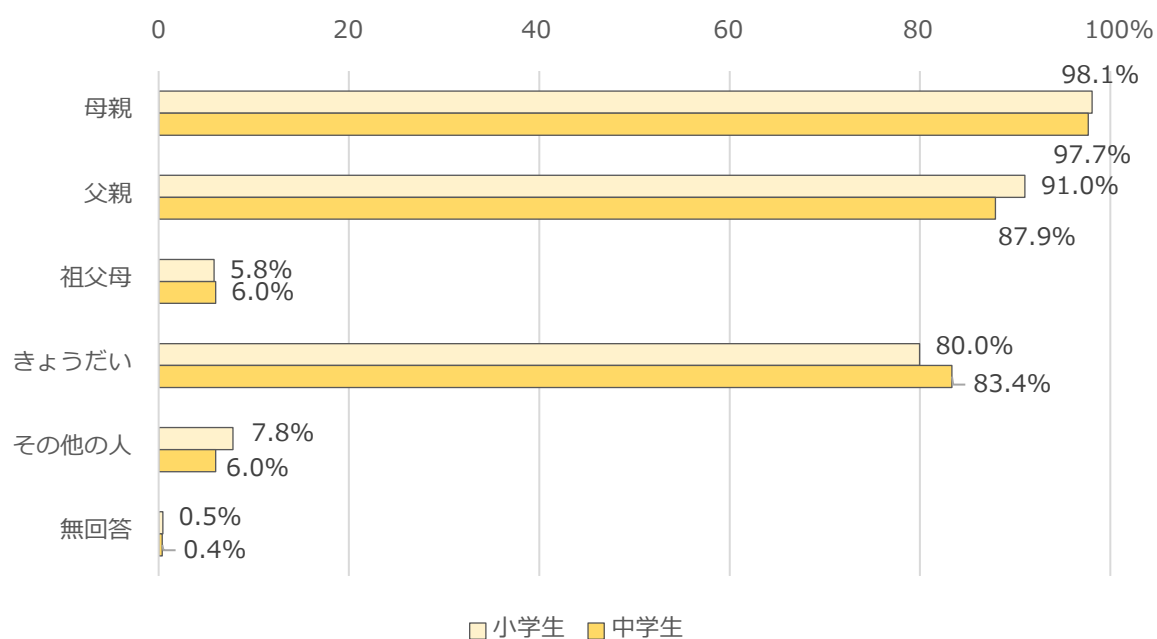
男女は概ね半数ずつであった。小学生の 3.9%、中学生の 4.5%が、「ひみつ」を選択した。



(2) 同居家族

同居家族（回答者自己申告、複数回答あり¹）は、以下の通り。

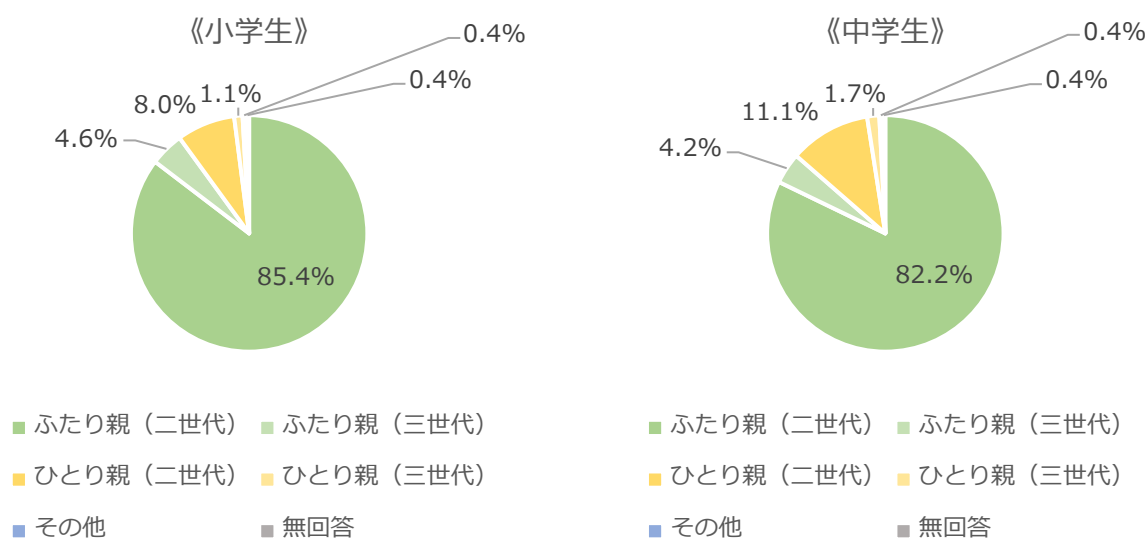
¹ 同居家族について、あてはまる番号すべてに○をつける形式で尋ねた。母親/父親については、その人の仕事の有無について回答があった場合は、同居者として番号に○がつけられていなくても同居しているものとみなした。祖父母については、同居の場合にその人数を尋ねる形としたが、人数記載のあったものをふくめると全体の 36%が該当し、過去の調査研究の結果と大きく乖離するため、ここでは祖父母の番号に○がついていた回答のみを祖父母との同居とみなした（同居していない祖父母の人数を記入しているケースが多く混ざっていると判断した）。きょうだい、その他の人については、祖父母と同様に同居の場合にその人数を尋ねる形としていたが、こちらについては、人数の記載があった場合は同居者として番号に○がつけられていなくても同居しているものとみなして集計した。また、同居者に関する回答が全くなかった場合は、この問い全体に関して無回答とみなした。



(3) 家族構成

回答者自己申告による同居家族に基づく家族構成²は、以下の通り。

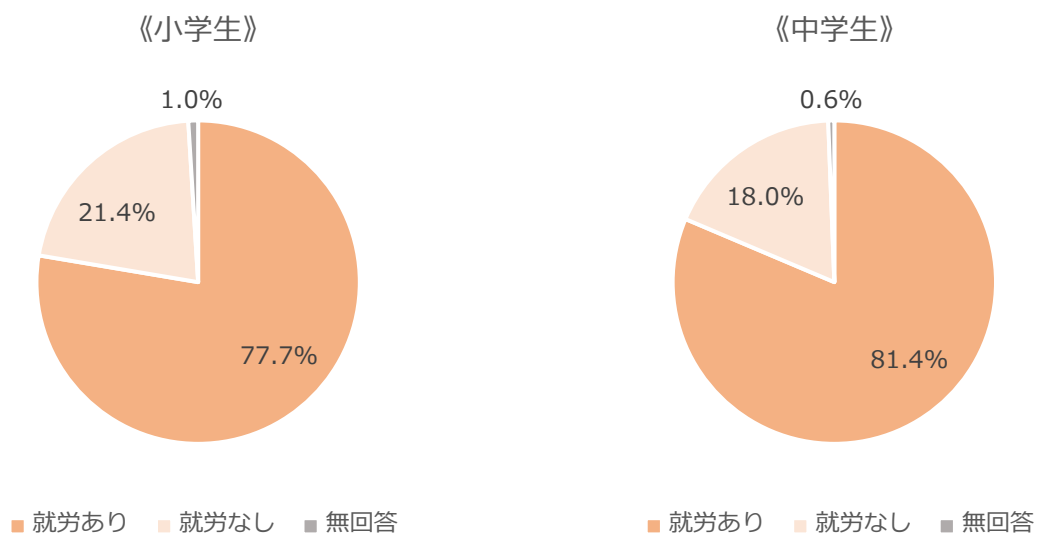
ひとり親家庭の割合は、小学生では 9.1%、中学生では 12.8%であった。



² ふたり親/ひとり親で、祖父母の同居がない場合を二世、祖父母の同居がある場合を三世と定義した。

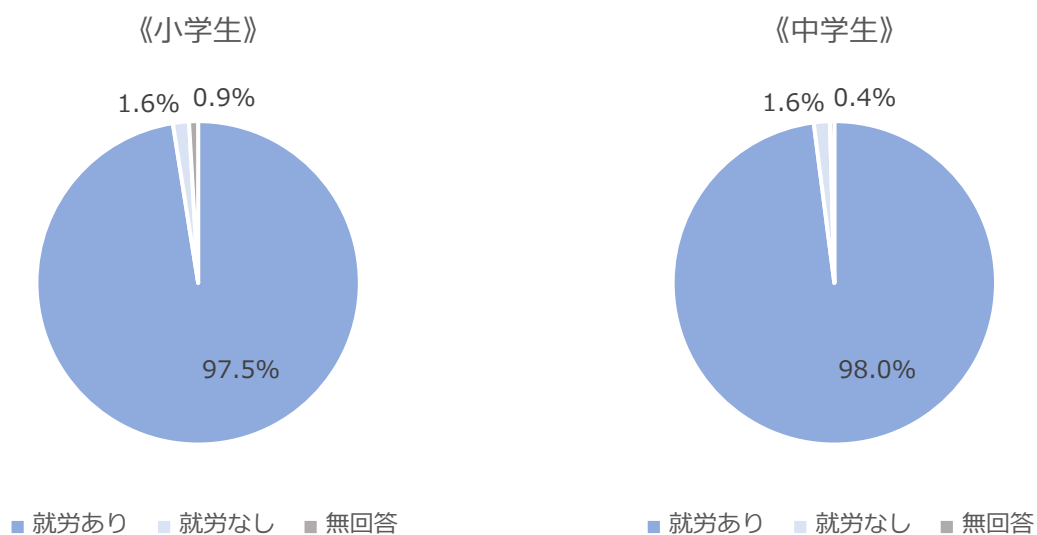
(4) 母親の就労状況

母親が同居している家庭における母親の就労状況（回答者自己申告³）は、以下の通り。
母親が就労している家庭の割合は、小学生では 77.7%、中学生では 81.4%であった。



(5) 父親の就労状況

父親が同居している家庭における父親の就労状況（回答者自己申告⁴）は、以下の通り。
父親が就労している家庭の割合は、小学生では 97.5%、中学生では 98.0%であった。



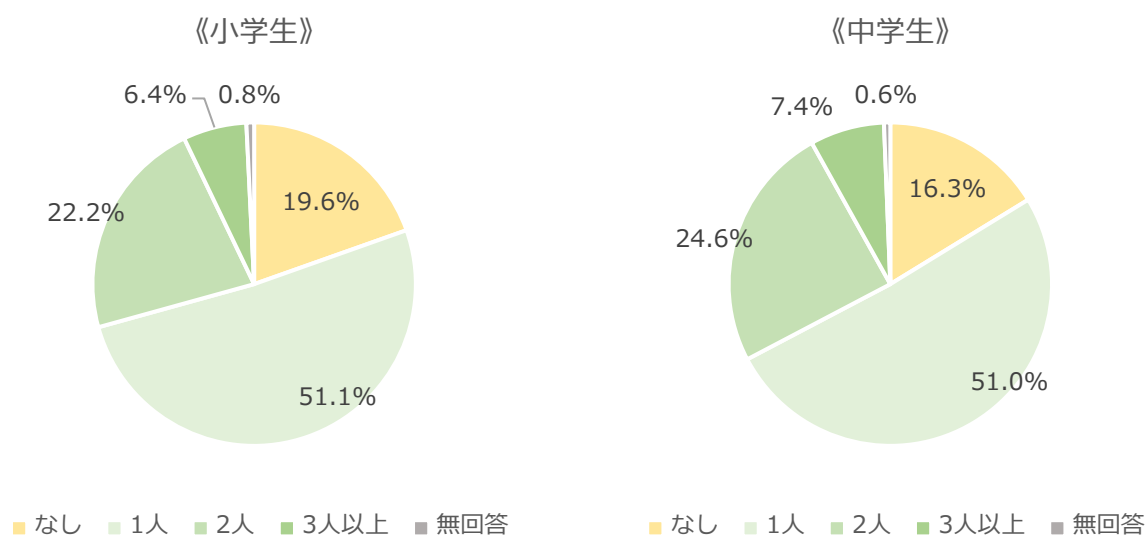
³ 専業主婦や休業中の場合は「働いていない（就労なし）」として回答されている。

⁴ 同上。

(6) きょうだい数

同居のきょうだい数（回答者自己申告⁵）は、以下の通り。

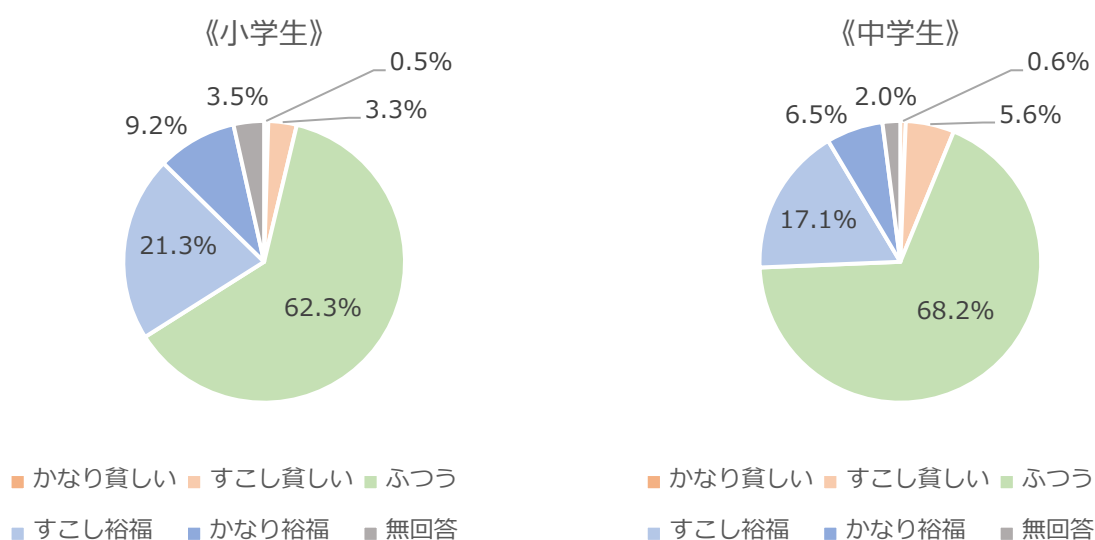
ひとりっ子の割合は、小学生では 19.6%、中学生では 16.3%であった。



(7) 主観的経済状況

主観的経済状況（回答者自己申告）は、以下の通り。

「かなり・すこし貧しい」家庭は、小学生では 3.7%、中学生では 6.2%であった。



⁵ 同居者としてきょうだいに○をつけたもので、年上のきょうだい数、年下のきょうだい数いずれにも記載のなかったものは、無回答に分類した。

2. 家族の世話（ヤングケアラー）

家族の世話（ヤングケアラー）への該当について、下の形式で尋ねた。

図 II-2-1 ヤングケアラーに関する質問

問4. 次の6項目のうち、あなたにあてはまるものをすべて選び、番号に○をつけてください。

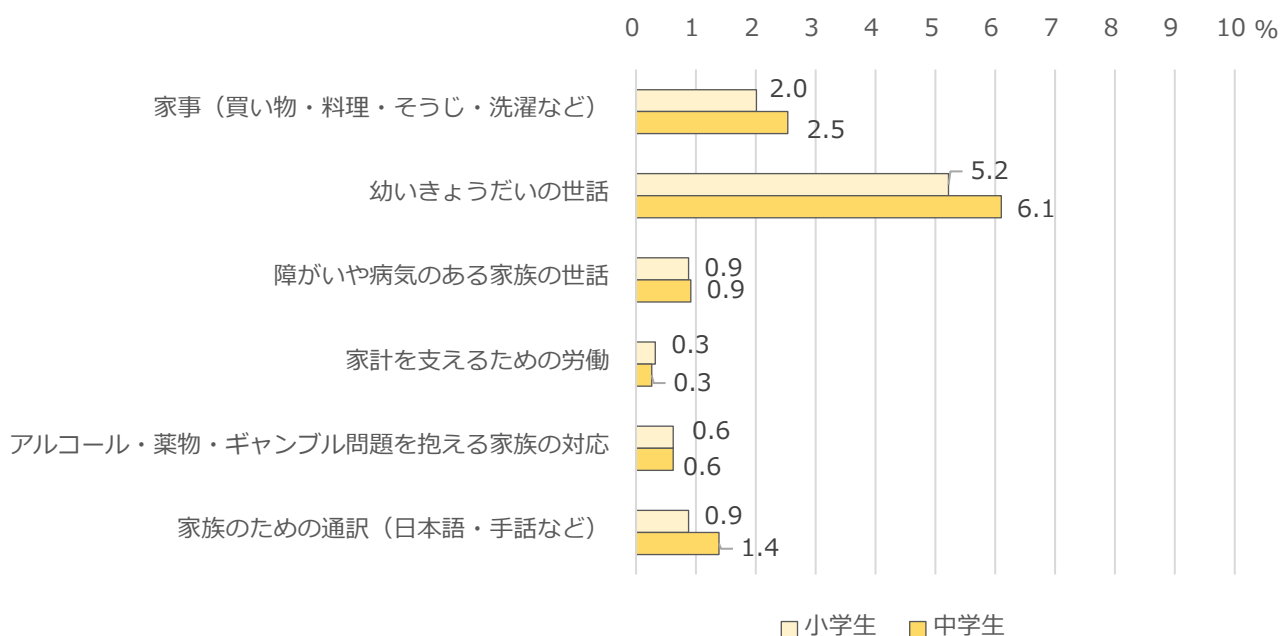
(©一般社団法人日本ケアラー連盟/illustration:izumi Shiga より一部抜粋)

		
<p>1</p> <p>しょう びょうき かぞく 障がいや病気のある家族に かわり、か もの りょうり 代わり、買い物・料理・そ う じ・せんたく などの家事をしている</p>	<p>2</p> <p>かぞく か おさな 家族に代わり、幼いきょうだい の世話をしている</p>	<p>3</p> <p>しょう びょうき かぞく 障がいや病気のある家族の 世話をしている</p>
		
<p>4</p> <p>かけい ささ ろうどう 家計を支えるために労働を して、しょう びょうき 障がいや病気のある かぞく たす 家族を助けている</p>	<p>5</p> <p>やくぶつ アルコール・薬物・ギャンブル ちんだい かか かぞく たいおう 問題を抱える家族に対応し ている</p>	<p>6</p> <p>にほんご だいいちげんご 日本語が第一言語でない かぞく しょう 家族や障がいのある家族の ためにつうやく ために通訳をしている</p>

(1) 項目別の該当割合

各項目の世話に該当すると回答した児童・生徒の割合は、以下の通り。

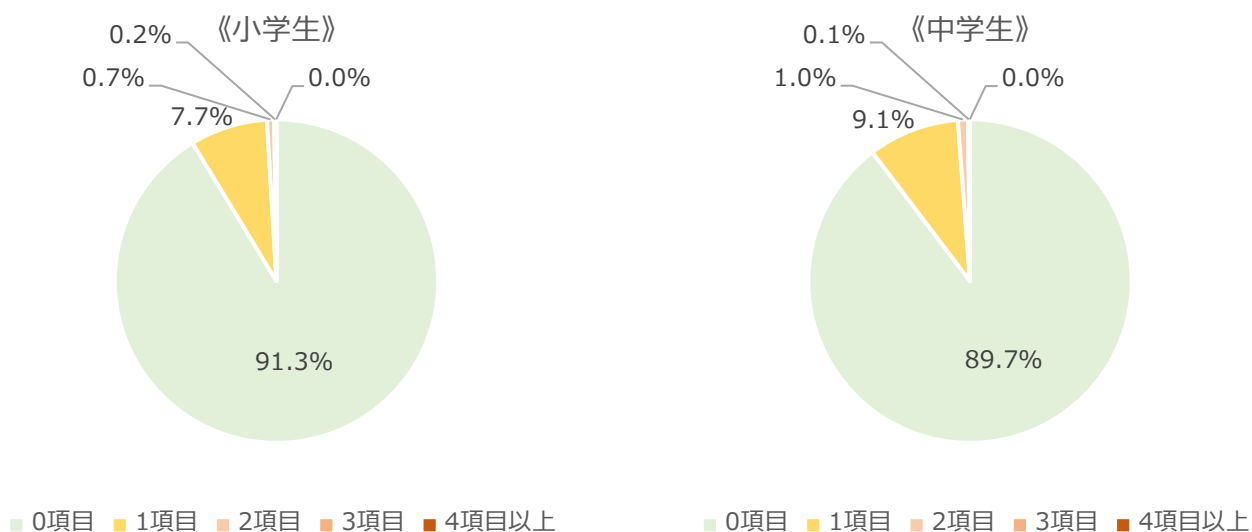
該当する児童・生徒がもっとも多かったのは、「家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている」で、小学生の 5.2%、中学生の 6.1%がこれに該当した。



(2) 該当項目数

該当した項目の数の内訳は、以下の通り。

小学生では 8.7%、中学生では 10.3%が、いずれか 1 項目以上に該当すると回答した。

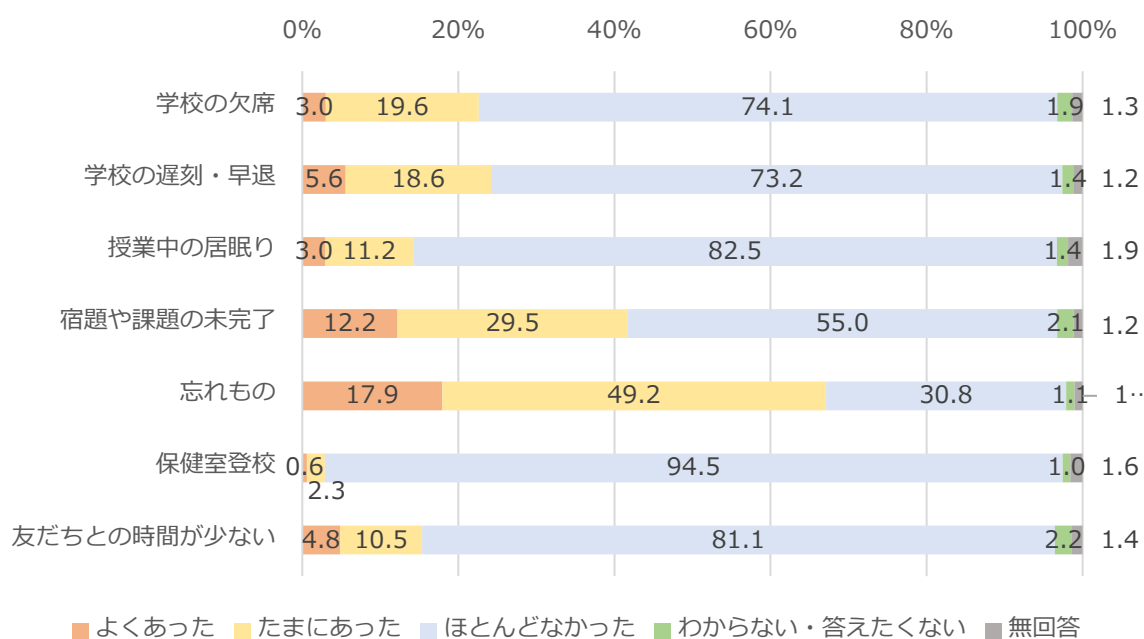


3. ふだんの生活

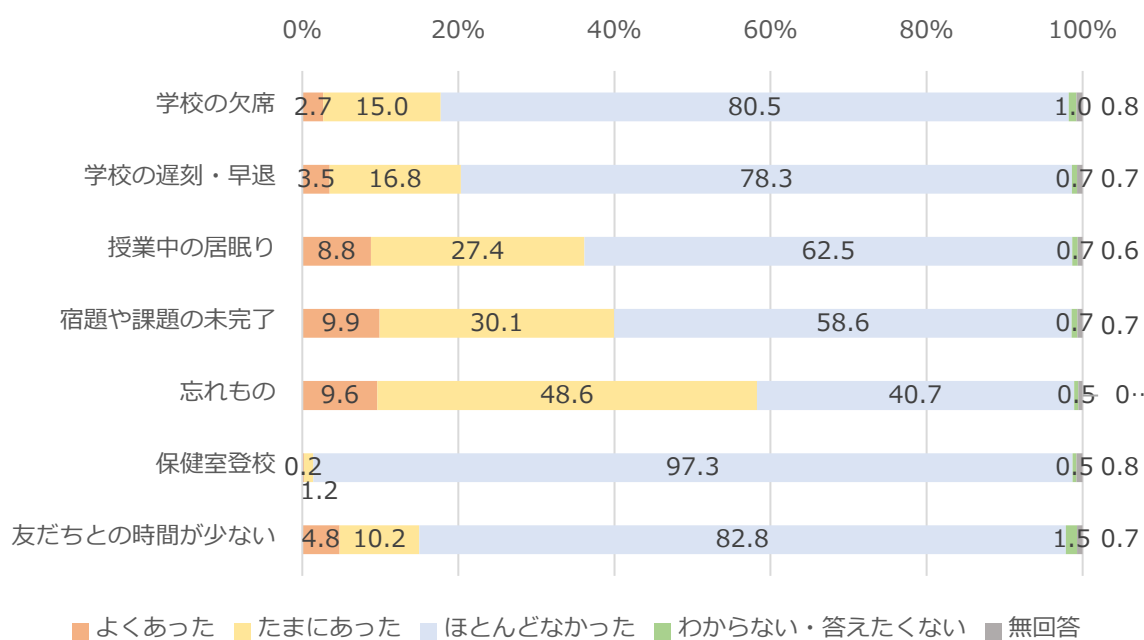
直近1か月間で、学校の欠席等の問題がどのくらいあてはまるかを尋ねた結果は以下の通り。

7項目のうち、「よく・たまにあった」に該当する児童・生徒がもっとも多かったのは「忘れものをした」で、小学生の67.1%、中学生の58.3%が該当した。

《小学生》

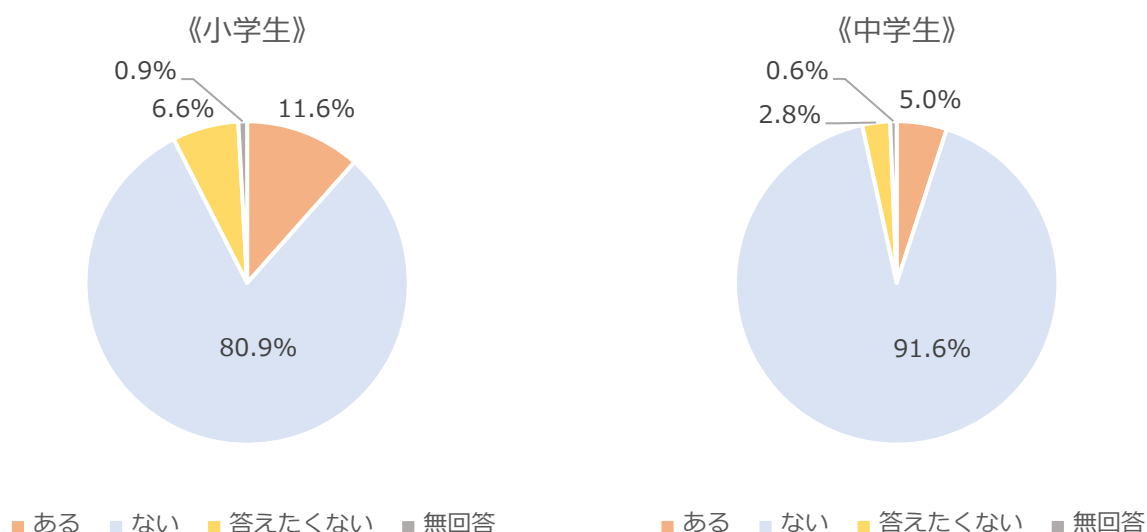


《中学生》



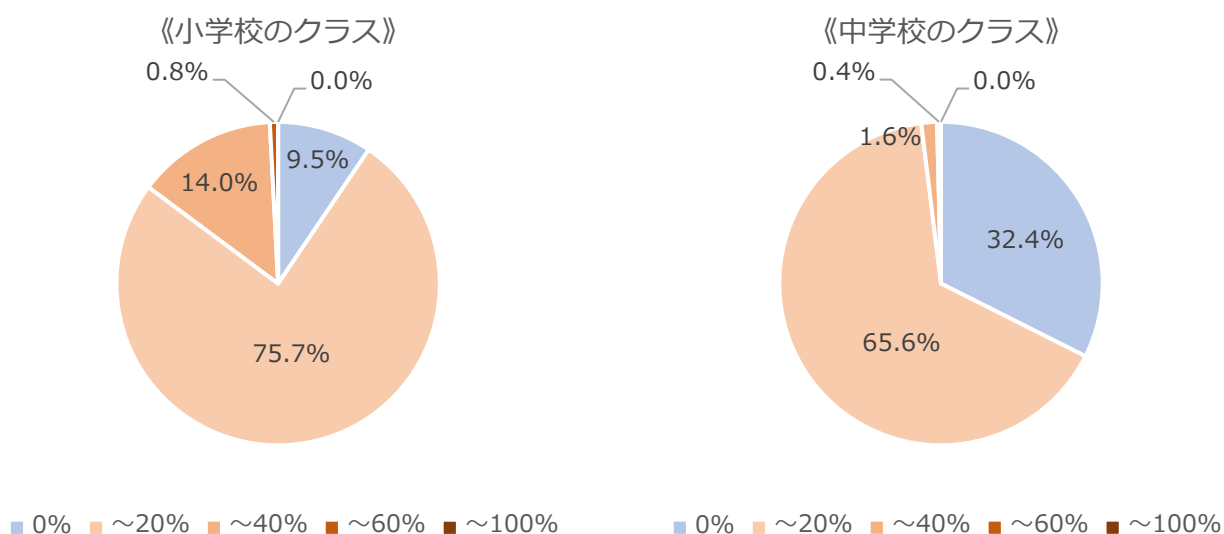
4. いじめ

「今のクラスで、誰かがいじめられているのを見たり聞いたりした、あるいは自分がいじめにあっていると感じたことがあるか」を尋ねた結果は、以下の通り。



また、調査対象となったクラスの単位で、「誰かがいじめられているのを見たり聞いたりした、あるいは自分がいじめにあっていると感じたことがあるか」という質問に対して「ある」と回答した児童・生徒の割合は、以下の通り。

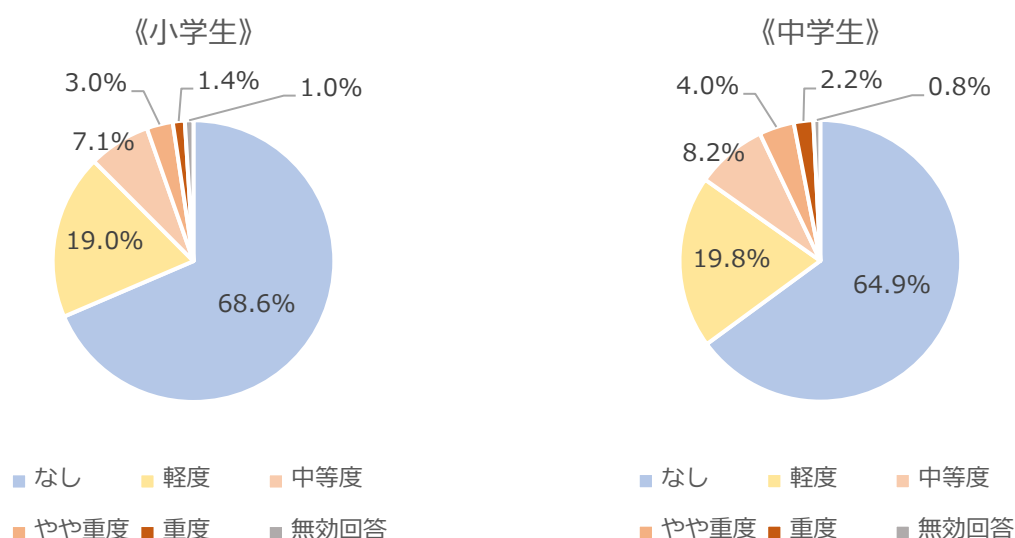
「ある」と回答した児童・生徒が一人もいなかったクラスは、小学校では9.5%、中学校では32.4%であった。20%以下が「ある」と回答したクラスは、各々75.7%、65.6%であった。



5. 抑うつ症状・自傷行為

日本語版 PHQ-A（Patient Health Questionnaire-9 modified for adolescents）尺度⁶を用いて、抑うつ症状の重症度を評価した。回答者の抑うつ症状の重症度の結果は、以下の通り。

小学生の 11.5%、中学生の 14.4%が、中等度以上のうつ症状を有していると評価された。また、重度のうつ症状と評価されたのは、小学生では全体の 1.4%にあたる 102 名、中学生では全体の 2.2%にあたる 181 名であった。

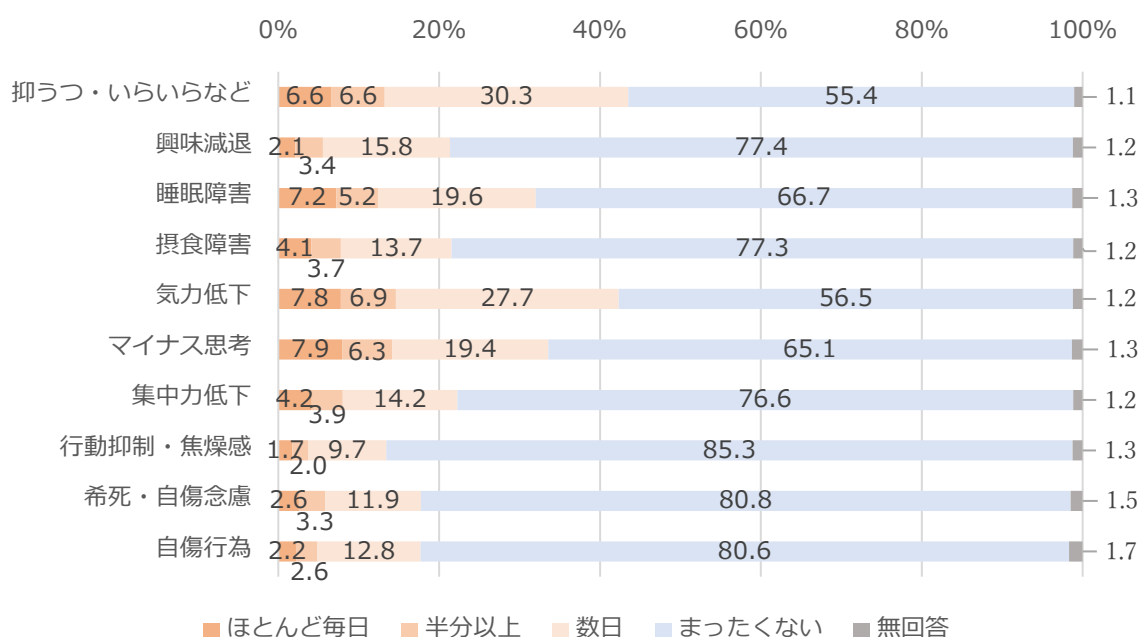


PHQ-A の 9 項目（(1)～(9)）および自傷行為に関する項目（(10)）の回答結果は以下の通り。

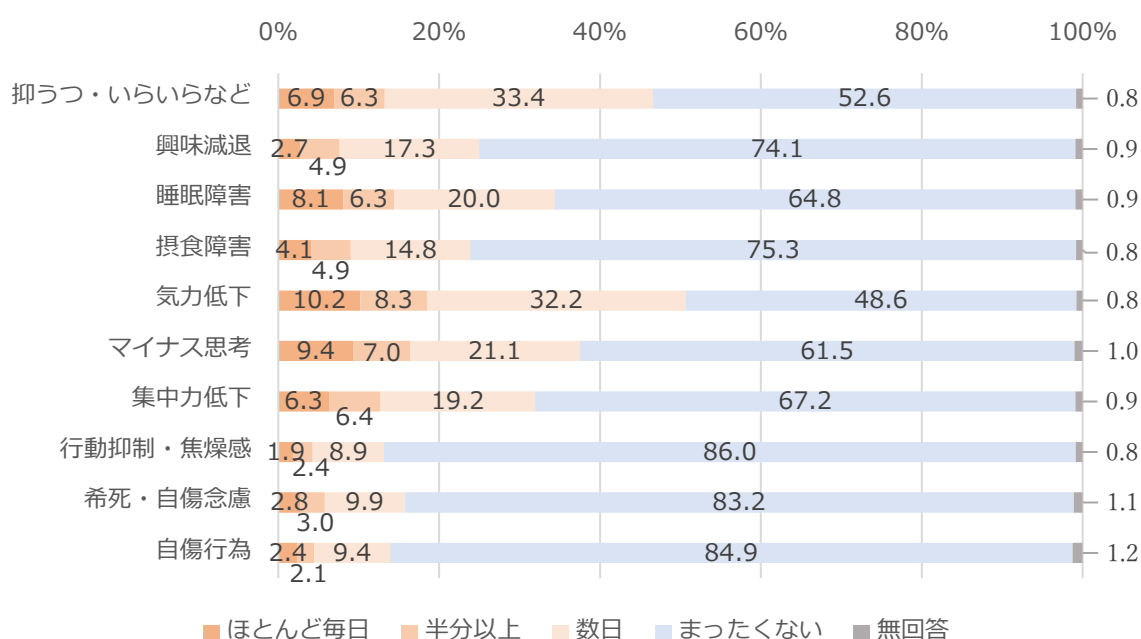
⁶ 精神疾患の診断・統計マニュアル（Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM）におけるうつ病（Major Depressive disorder）の診断基準（Criteria A）に基づいて作成されたうつ病のスクリーニング尺度 PHQ-9（Patient Health Questionnaire-9）を思春期のこどもたち向けに改訂して作られた尺度である。過去 7 日間について、「気分が落ちこむ、ゆううつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる」など、9 項目の質問から構成される。各項目は、4 点スケール（0：全くない、1：数日、2：半分以上、3：ほとんど毎日）で評価される。9 項目中 7 項目以上に有効回答がなされたものを評価対象とし、回答項目の得点の平均値に 9 をかけた数値を総合点とみなした。総合点の範囲は 0～27 点で、得点が高いほど抑うつ症状が重症であることを意味する。総合点に従い、0～4 点は「症状なし（no or minimal depression）」、5～9 点は「軽度（mild depression）」、10～14 点は「中等度（moderate depression）」、15～19 点は「やや重度（moderately severe depression）」、20～27 点は「重度（severe depression）」と評価される。

「数日・半分以上・ほとんど毎日」と回答した児童・生徒がもっとも多かったのは、小学生では「気分が落ちこむ、ゆううつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる（抑うつ・いらいら）」で、中学生では「疲れた感じがする、または気力がない（気力低下）」で、いずれも小中学生の40%以上が該当した。「実際に、自分の体を傷つけた（自傷行為）」が「ほとんど毎日」あてはまるのは、小学生の2.2%、中学生の2.4%であった。「半分以上」「数日」も含めると、直近一週間に自傷行為をした児童・生徒の割合は、小学生では17.7%、中学生では13.9%であった。

《小学生》



《中学生》

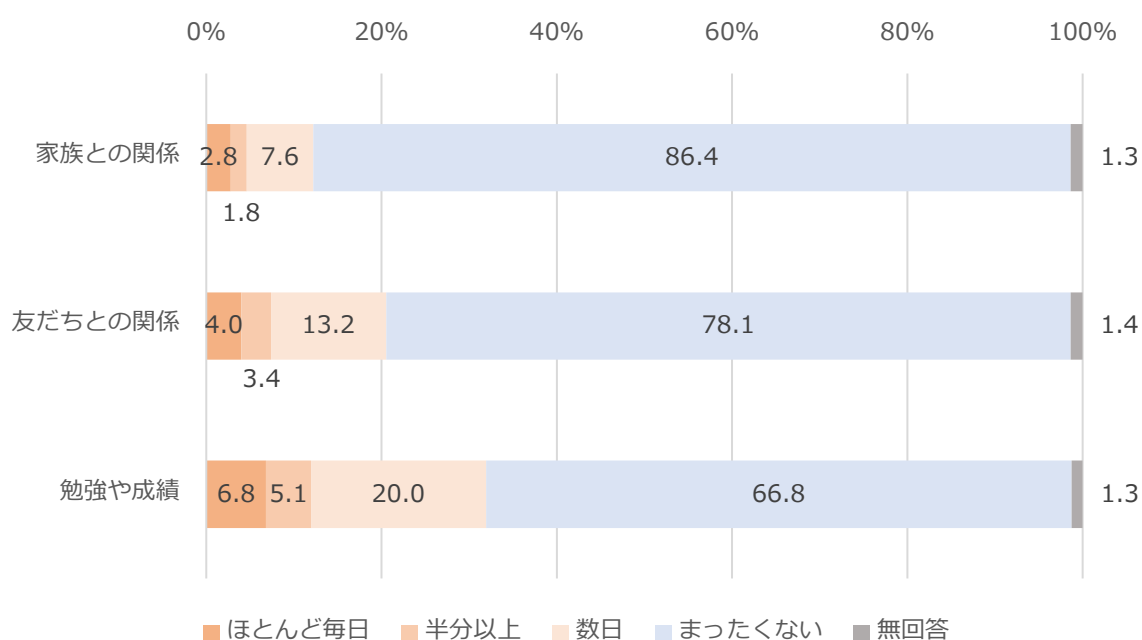


6. 悩みや困りごと

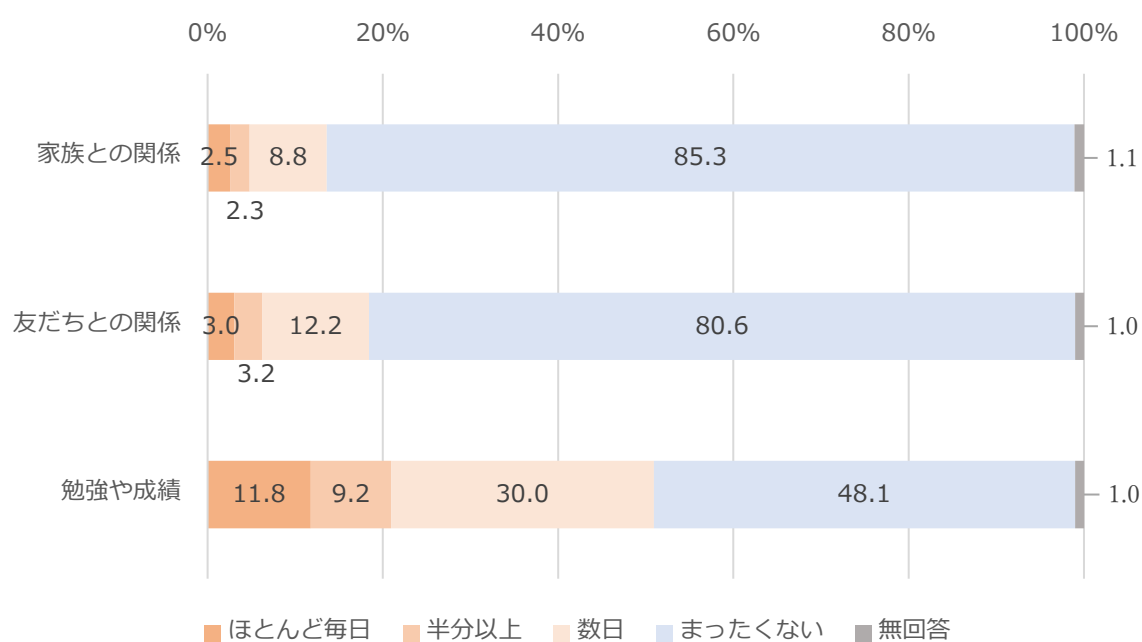
過去7日間について、家族との関係、友だちとの関係、勉強や成績、それぞれに関する悩みや困りごとにどのくらい頻繁に悩まされているかを尋ねた結果は以下の通り。

小学生の2.8%、中学生の2.5%が、家族との関係について「ほとんど毎日」悩んだり困ったりしていると回答した。友だちとの関係について同様に回答したのは、小学生の4.0%、中学生の3.0%であった。勉強や成績は、悩みや困りごとを抱えている児童・生徒がもっとも多かった。

《小学生》



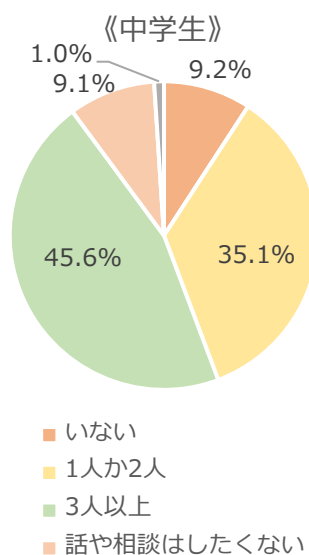
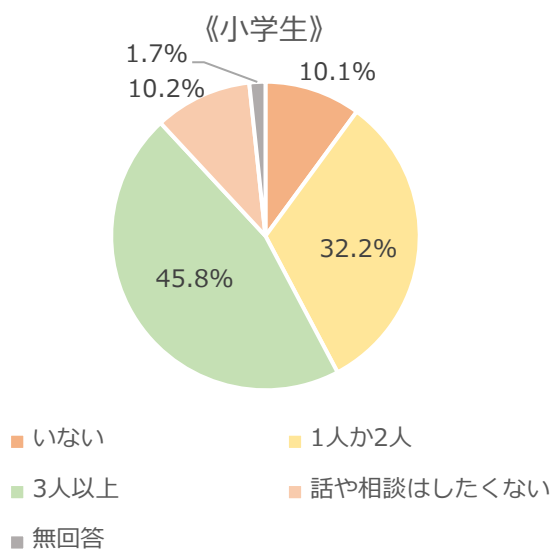
《中学生》



7. 悩みや困りごとを話せる人

悩みや困りごとについて話したり相談したりできる人の数についての回答結果は、以下の通り。

悩みや困りごとを話せる人が「いない」と回答したのは、小学生の10.1%、中学生の9.2%であった。また、「話や相談はしたくない」と回答したのは、小学生の10.2%、中学生の9.1%であった。



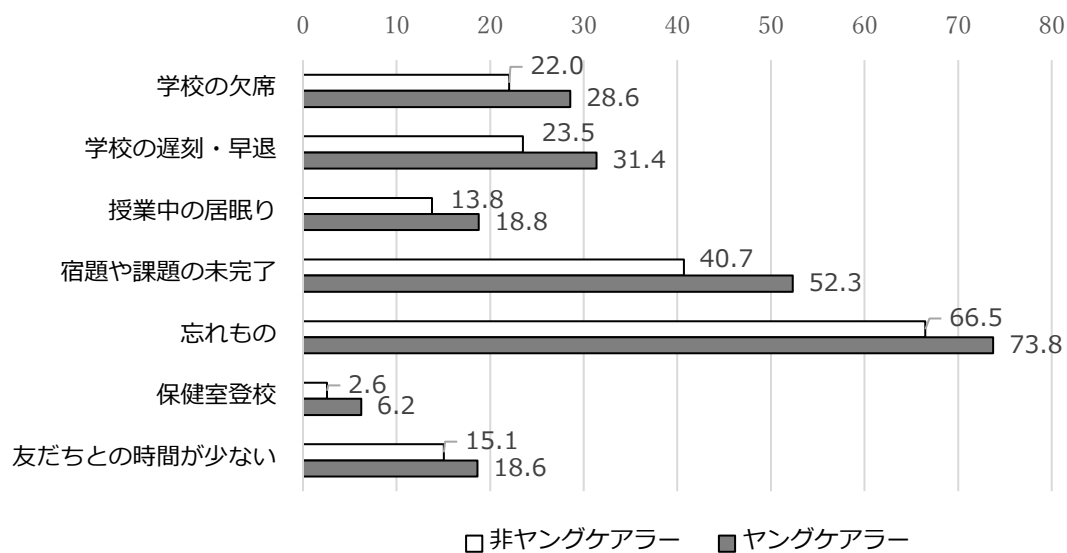
第 III 章 主な項目同士の関連

1. ヤングケアラー

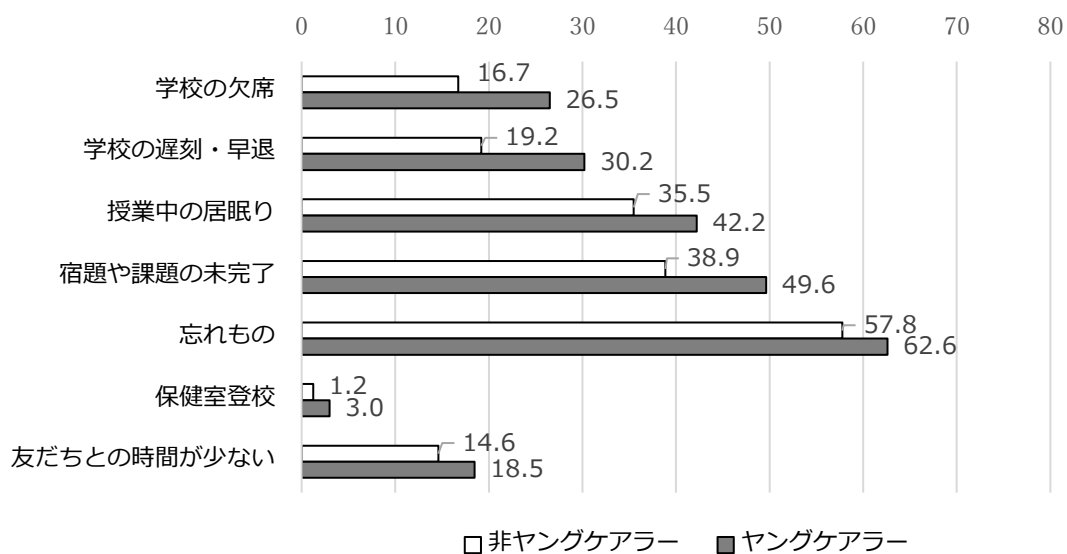
(1) ふだんの生活の様子

非ヤングケアラー（家族の世話で該当するものなし）とヤングケアラー（1 つ以上該当）のそれぞれについて、生活の様子に関する各項目が「たまにあった」または「よくあった」児童・生徒の割合を示す。

《小学生》



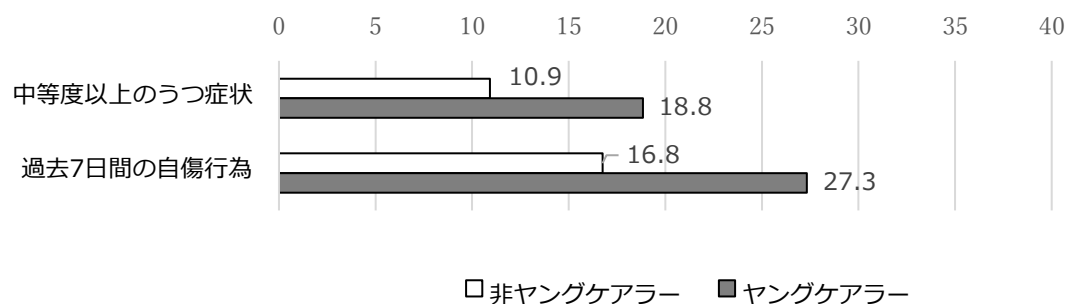
《中学生》



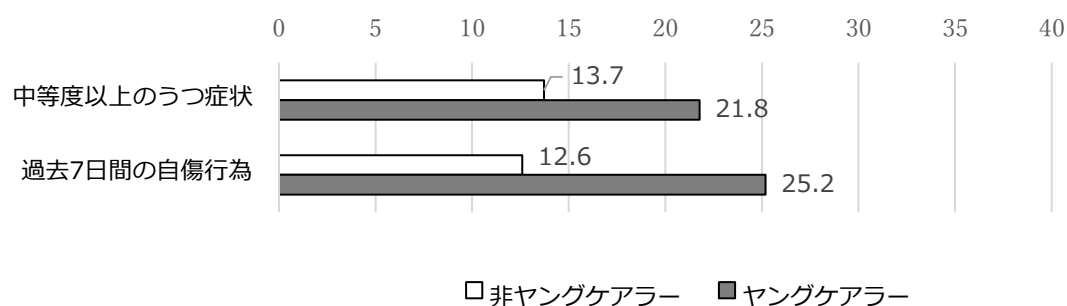
(2) 抑うつ症状・自傷行為

非ヤングケアラーとヤングケアラーについて、PHQ-A 尺度で中等度以上の抑うつ症状に該当した児童・生徒、および過去 7 日間に自傷行為をしたと回答した児童・生徒の割合を示す。

《小学生》



《中学生》



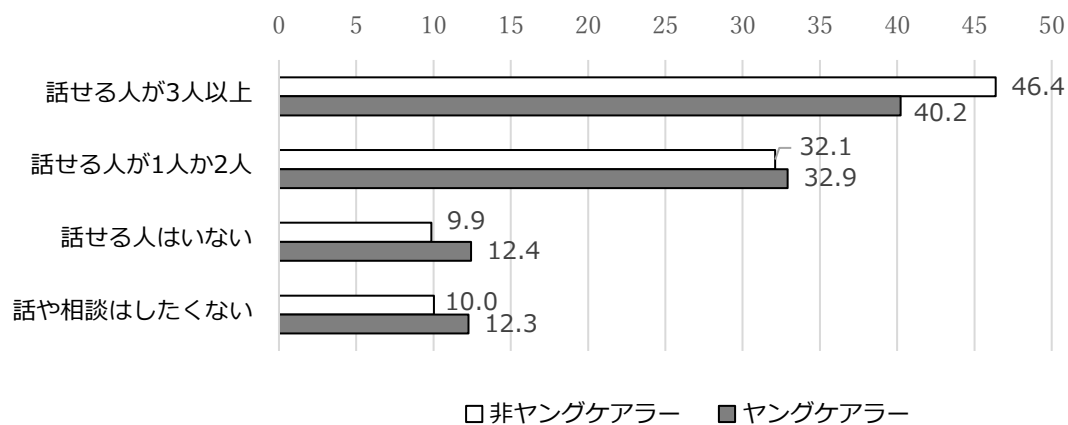
小学生では、非ヤングケアラーのうち中等度以上のうつ症状を有する者は 10.9%であったのに対し、ヤングケアラーでは 18.8%であった。過去 7 日間の自傷行為に該当する者は、非ヤングケアラーでは 16.8%であったのに対し、ヤングケアラーでは 27.3%であった。

中学生では、非ヤングケアラーのうち中等度以上のうつ症状を有する者が 13.7%であったのに対し、ヤングケアラーでは 21.8%であった。自傷行為に該当する者は、非ヤングケアラーでは 12.6%であったのに対し、ヤングケアラーでは 25.2%であった。

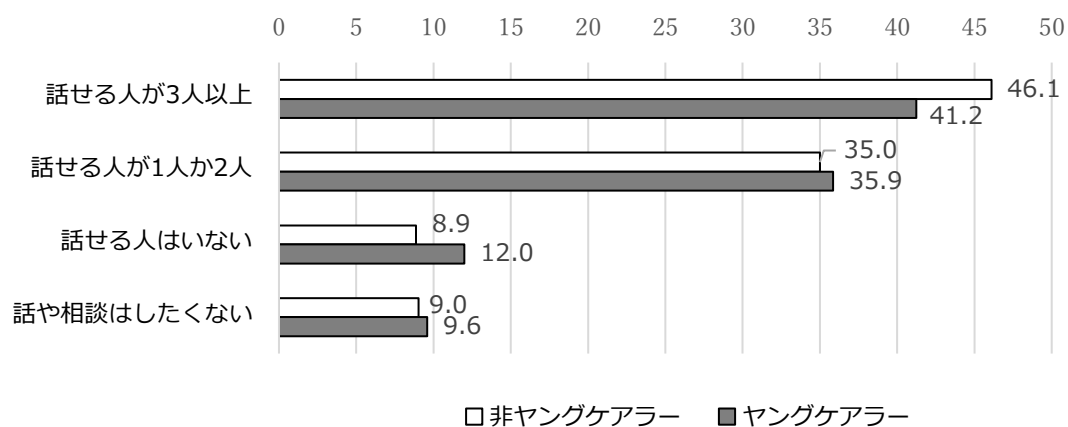
(3) 悩みや困りごとを話せる人

非ヤングケアラーとヤングケアラーについて、悩みや困りごとを話せる人の回答結果を示す。

《小学生》



《中学生》

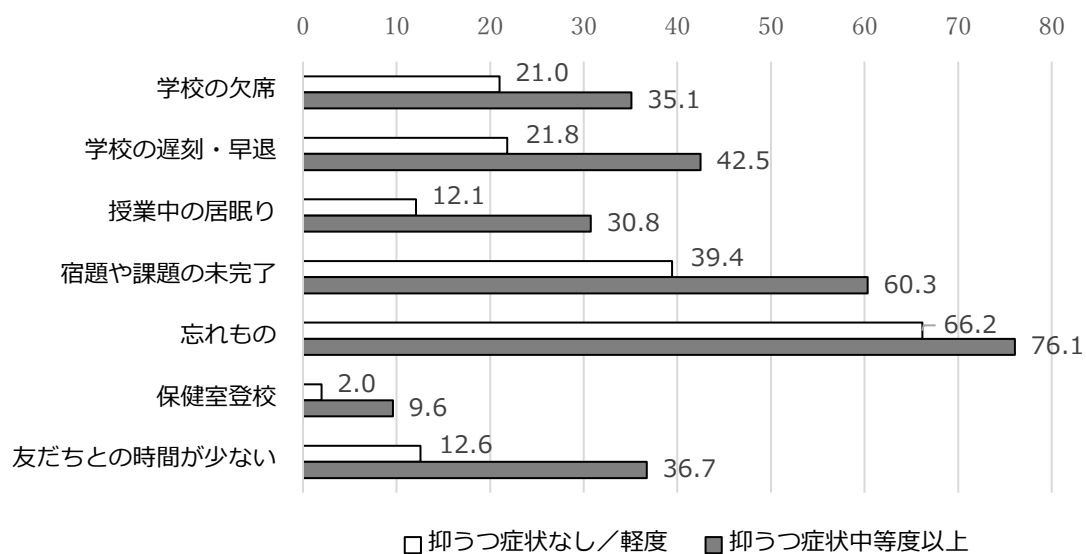


2. 抑うつ症状

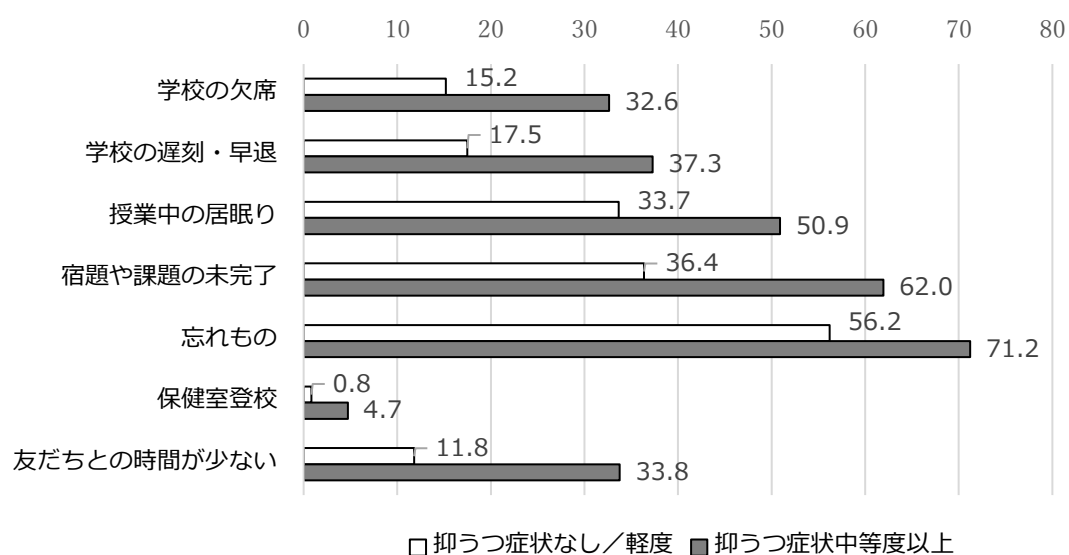
(1) ふだんの生活の様子

抑うつ症状なし／軽度の児童・生徒と、中等度以上の抑うつ症状を有する児童・生徒について、生活の様子に関する各項目が「たまにあった」または「よくあった」割合を示す。

《小学生》



《中学生》

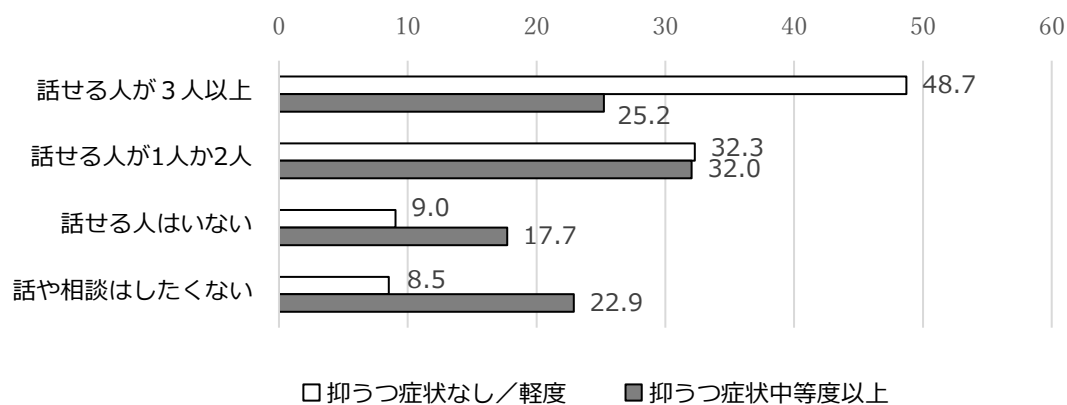


中等度以上の抑うつ症状を有する児童・生徒はそうではない児童・生徒と比較して、すべての項目について該当者の割合が高くなっていた。

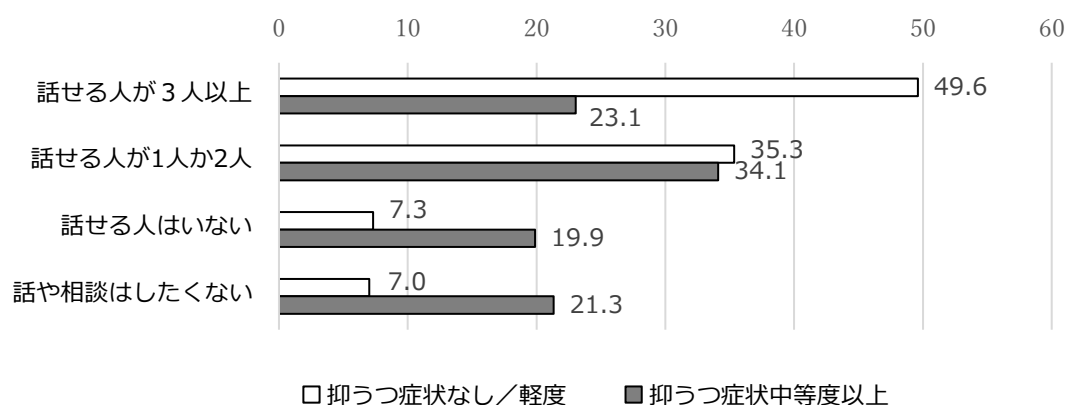
(2) 悩みや困りごとを話せる人

抑うつ症状なし／軽度の児童・生徒と、中等度以上の抑うつ症状を有する児童・生徒について、悩みや困りごとを話せる人の回答結果を示す。

《小学生》



《中学生》



中等度以上の抑うつ症状を有する児童・生徒はそうではない児童・生徒と比較して、悩みや困りごとを話せる人が「3人以上いる」者が少なく、また、「話せる人はいない」「話や相談をしたくない」者が多かった。

(3) 重度抑うつ症状、希死・自傷念慮、自傷行為の関連

全回答者のうち、PHQ-A 尺度で重度の抑うつ症状と判定されたのは 283 名、PHQ-A の 9 項目「死んだ方がいい、または自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある」が「ほとんど毎日」あてはまると回答したのは 413 名、「実際に、自分の体を傷つけたことがある（髪の毛を抜く、自分をたたくなど）」が「ほとんど毎日」あてはまると回答したのは 355 名で、上記の少なくとも 1 つ以上にあてはまる児童・生徒は 628 名であった。三条件の重なりの様子を下図に示す。

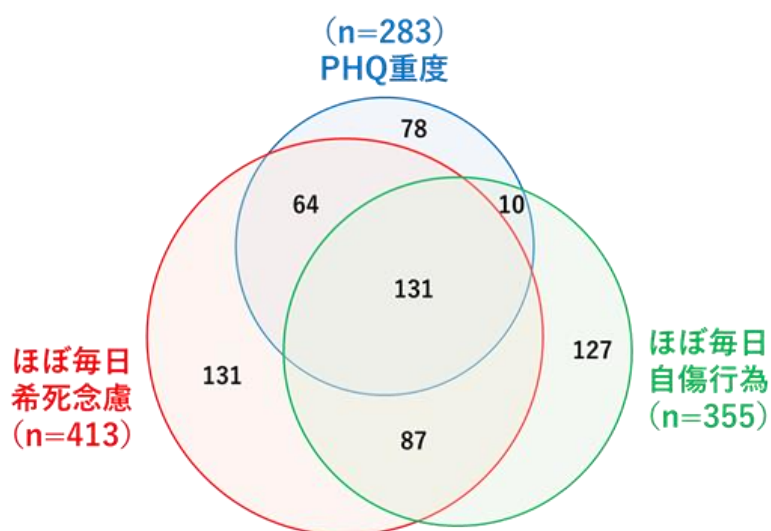


図 II-5-1 重度抑うつ症状、希死・自傷願望、自傷行為の関連

(※円の重なり部分の面積は人数を正確には反映していない)

希死・自傷念慮が「ほぼ毎日ある」と回答した児童・生徒の約半数は、実際に自傷行為についても「ほぼ毎日ある」と回答していた。

いたばし子どもアンケート

このアンケートは、みなさんの生活と健康についてたずねるもので、板橋区教育委員会が国立成育医療研究センターの協力を得て実施しています。

みなさんをサポートする方法を考えていくためのアンケートですので、ぜひご協力をおねがいします。

- * 板橋区立小中学校の小学5年生～中学3年生にご協力をとおねがいしています。
- * アンケートは（この表紙を除いて）全部で3ページあります。
- * アンケートに答えるのにかかる時間は、およそ10～15分です。
- * 答えがはっきりわかるように、丸（○）やチェック（☑）をつけてください。
- * 答え終わったら、封筒に入れて封をしてから提出してください。
- * 関係のない書きこみをしたり、紙をよごしたり、折ったりはしないでください。
- * アンケート本体にも、封筒にも、名前や出席番号などは書かないでください。

このアンケートはテストではないので、正しい答えはありません。成績とも関係ありません。答えの内容によって、あなたに悪いことがおきくことはありません。

あなたがどのように答えたかを、学校の先生や友だち・保護者はもちろん、だれかに知られるということはありません。安心して答えてください。

答えたくない質問はとばしてもかまいません。その場合でも必ず提出してください。

次のページから質問が始まりますので、回答をはじめてください。



問1. あなたの学年と性別に○をつけてください。

学年：	小5	小6	中1	中2	中3
性別：	男	女	ひみつ		

問2. あなたがふだんいっしょに住んでいる人を、すべて選び、番号に○をつけてください。
両親が働いているかどうか、祖父母やきょうだいの人数などもおしえてください。
（※専業主婦や仕事を休みしている場合は「働いていない」を選んでください。）

1 母親	→	（母親がいる場合：働いている・働いていない）
2 父親	→	（父親がいる場合：働いている・働いていない）
3 祖父母	→	（祖父母がいる場合：人）
4 きょうだい	→	（いる場合：年上 人・年下 人）
5 その他の人	→	（いる場合：大人 人・子ども 人）


問3. あなたの家のくらしについて、あなたの感じ方にもっとも近いものに○をつけてください。

かなり質いい	・	すこし質いい	・	ふつう	・	すこし裕福	・	かなり裕福
--------	---	--------	---	-----	---	-------	---	-------

問4. 次の6項目のうち、あなたにあてはまるものをすべて選び、番号に○をつけてください。


（©一般社団法人日本ケアラー連盟/illustration: Izumi Shiga より一部抜粋）

1 病がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・そうじ・洗濯などの家事をしている	2 家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている	3 病がいや病気のある家族の世話をしている



4

家計を支えるために労働をして、肩が痛いや病気になる家族を助けている



5

アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



6

日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている

問5. この1ヶ月間、次のような問題はあなたにどのくらいあてはまりますか。
それぞれの項目について、もっともあてはまる場所にチェック☑をつけてください。

	ほとんど なかった	たまに あった	よく あった	わからない 答えたくない
学校を欠席した	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
学校を遅刻した、または早退した	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
授業中に居眠りをした	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
宿題や課題ができなかった、または終わらなかった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
忘れものをした	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
学校には行ったが、ほとんど保健室ですごした	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
友だちと遊んだり、話したりする時間が少なかった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問6. あなたは、今のクラスで、誰かがいじめられているのを見たり聞いたりした、あるいは自分がいじめにあっていると感じたことはありますか。

ある	・	ない	・	答えたくない
----	---	----	---	--------

問7. あなたには、悩みや困りごとについて、話したり相談したりできる人がいますか。

いない	・	1人か2人いる	・	3人以上いる	・	話や相談はしたくない
-----	---	---------	---	--------	---	------------

問8. この7日間、次のような問題にどのくらい頻繁に悩まされていますか。
それぞれの項目について、もっともあてはまる場所にチェック☑をつけてください。

	まったく ない	数日	半分以上	ほとんど 毎日
気分が落ちこむ、ゆううつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
物ごとに對して、ほとんど興味が無い、または楽しめない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
なつきが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠りすぎる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
あまり食欲がない、体重がへる、または食べすぎる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
疲れた感じがする、または気力が無い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
自分はダメな人間または失敗者だと感じる、または自分自身あるいは家族をがっかりさせていると感じる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
学校の勉強、読書、またはテレビを見ることがなどに集中するのが難しい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
他人が気づくくらいに動きや話し方が遅くなる、あるいはこれと反対に、それわたり、落ち着かず、普段よりも動き回ることがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
死んだ方がいい、または自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
実際に、自分の体を傷つけたことがある(髪の毛を抜く、自分をたたくなど)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
家族との関係について、悩んだり固ったりしている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
友だちとの関係について、悩んだり固ったりしている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
勉強や成績について、悩んだり固ったりしている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>