小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

* 必須

この調査に答える前に

- この調査では名前を書く必要はありません。テストではないので自分が思ったことをそのまま答えてください。
- この調査の結果を誰かに知られたり、答えたことについて話を聞かれたりすることはありません。
- 答えたくない場合には無理に答えなくても大丈夫です。
- 答えに迷う場合には、あなたの気持ちや考えにできるだけ近いものを選ぶようにしてください。

〈この調査の問い合わせ先〉
この調査についてわからないことがありましたら、お問い合わせください。

【調査主体】
港区　子ども家庭支援部　子ども家庭支援センター　地域連携担当
電話：03-5962-7211

【調査実施機関】
株式会社KENZAN／ネット・ゲーム依存予防回復支援MIRA-i（ミライ）
担当：森山
連絡先：info@mira-i.jp

1. **しきべつ番号**を記入してください。（8けたの数字を記入してください。）
※しきべつ番号とは、学年・組・出席番号とたんじょう日をじゅんばんにならべた8このすうじです。
たとえば、
4年2組12番で、たんじょう日が2月10日の人は、42120210です。
〈ちゅうい〉
・出席番号、たんじょう月（2月、3月など）、たんじょう日（1日、9日など）のすうじが1けたの人は、その前に0をつけてください。
・A組は1、B組は2、C組は3、とします。
わからない人は、先生や家族の人にきいてください。 *

値は数値にする必要があります

次へ

ページ 1/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

...

あなたについて教えてください。

2. あなたの学年を教えてください。

答えの選択

3. 性別を教えてください。

- 男
- 女
- そのほか

戻る　次へ　ページ 2/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

あなたのふだんの生活についてお聞きします

4. ねる時間は何時ですか。学校がある日と学校がない日それぞれ答えてください。

	夜9時より早い	夜9時～10時の間	夜10時～11時の間	夜11時～12時の間	夜12時～1時の間	夜1時よりおそい
学校がある日	○	○	○	○	○	○
学校がない日	○	○	○	○	○	○

5. おきる時間は何時ですか。学校がある日と学校がない日それぞれ答えてください。

	朝6時より早い	朝6時～7時の間	朝7時～8時の間	朝8時～9時の間	朝9時～10時の間	朝10時～11時の間	朝11時より遅い
学校がある日	○	○	○	○	○	○	○
学校がない日	○	○	○	○	○	○	○

6. あなたはふだん次のことをどのくらいしますか。「ほとんどしない」から「よくする」まで当てはまるものをえらんでください。

	ほとんどしない	あまりしない	ときどきする	よくする
テレビを見る				
音楽を聞く				
動画を見る				
ゲームをする				
マンガを読む				
本を読む				
インターネットでしらべる				
公園など外であそぶ				
買い物をする				
運動をする				
習いごとに行く				
学校以外で勉強をする				
家のお手伝いをする				
友だちとあそぶ				

7. 6.で答えた活動のほかにも、あなたにはしゅみや、得意なこと、楽しいことがありますか。あればなんでも教えてください。

回答を入力してください

8. あなたがふだん使用しているインターネットのサービスをすべて選んでください。（いくつでも）※「インターネットの使用」とは、ウェブサービスやアプリケーションを使用することです。

オンラインゲーム（パソコンやスマートフォン・タブレット、ゲーム機などからインターネットを経由してゲームを進めるコンピュータゲーム）

SNS（LINE、Twitter、Instagram、TikTokなど）

動画サイト（YouTube、ニコニコ動画など）

オンライン小説やマンガ

情報やニュースなどの検索（Google、Yahoo!など）

メール

ブログ・掲示板

チャット・Skype・メッセンジャー

その他

9. あなたがインターネットをするときに使用する機器をすべて選んでください。（いくつでも）

スマートフォン

タブレット

パソコン

ゲーム機（Nintendo Switch、Nintendo Switch Lite、PlayStationなど）

携帯電話（ガラケー、キッズケータイ、みまもりケータイ）

テレビ（YouTube、Netflix、Amazon Prime Video、Hulu 等）※地上波・ＢＳ等のテレビ視聴は含まない

インターネットを使用していない

10. あなたは自分専用の機器（携帯電話、スマートフォンやタブレット、パソコンなど）を持っていますか。

携帯電話を持っている

スマートフォンを持っている

タブレットを持っている

パソコンを持っている

ゲーム機を持っている

携帯電話を持っている

テレビを持っている

自分専用のものはどれも持っていない

11. あなたが勉強以外で**インターネット（YouTube、SNSなど）**を使用する場所はどこですか。あてはまるものすべてを選んでください。

自分の部屋

家の家族で過ごす部屋（リビング・居間・ダイニングなど）

友人の家

ネットカフェ

学校

Wi-Fiのある施設（駅、コンビニ、デパートなど）

ゲームセンター

移動中に（電車、バスなど）

使用していない

12. あなたが**オンラインゲーム**をする場所はどこですか。あてはまるものすべてを選んでください。

自分の部屋

家の家族で過ごす部屋（リビング・居間・ダイニングなど）

友人の家

ネットカフェ

学校

Wi-Fiのある施設（駅、コンビニ、デパートなど）

ゲームセンター

移動中に（電車、バスなど）

使用していない

13. あなたは**学校がある日に**勉強以外で、1日どのくらいの時間**インターネット**を使用していますか。あてはまるものを選んでください。

まったくしていない

1時間より少ない

1時間～2時間

2時間～3時間

3時間～4時間

4時間～5時間

5時間～6時間

6時間～7時間

7時間～8時間

8時間～9時間

9時間～10時間

10時間より多い

14. あなたは**学校がある日に**勉強以外で、1日どのくらいの時間**オンラインゲーム**をしていますか。あてはまるものを選んでください。

まったくしていない

1時間より少ない

1時間～2時間

2時間～3時間

3時間～4時間

4時間〜5時間

5時間〜6時間

6時間〜7時間

7時間〜8時間

8時間〜9時間

9時間〜10時間

10時間より多い

15. あなたは**学校がお休みの日に**勉強以外で1日どのくらいの時間**インターネット**を使用していますか。あてはまるものを選んでください。

まったくしていない

1時間より少ない

1時間〜2時間

2時間〜3時間

3時間〜4時間

4時間〜5時間

5時間〜6時間

6時間〜7時間

7時間〜8時間

8時間〜9時間

9時間〜10時間

10時間より多い

16. あなたは**学校がお休みの日に**勉強以外で、1日どのくらいの時間**オンラインゲーム**をしていますか。あてはまるものを選んでください。

まったくしていない

1時間より少ない

1時間～2時間

2時間～3時間

3時間～4時間

4時間～5時間

5時間～6時間

6時間～7時間

7時間～8時間

8時間～9時間

9時間～10時間

10時間より多い

17. 【ゲームをしている人にお聞きします】あなたは1週間のうちに何日オンラインゲームをしますか。

ゲームをしない

週に1日

週に2日

週に3日

週に4日

週に5日

週に6日

週に7日（毎日）

18. 【ゲームをしている人にお聞きします】あなたはオンラインゲームをするとき、どの機械でプレイしますか。（いくつでも）

スマホ

タブレット

パソコン

ゲーム機（Switch、プレイステーションなど）

その他

19. 【ゲームをしている人にお聞きします】あなたは主にどのジャンルのゲームをしていますか。あてはまるものすべてを選んでください。

RPG系（MMO MORPG、例：ファイナルファンタジーなど）

シューティング系（FPS・TPS、例：フォートナイト、スプラトゥーンなど）

戦略シュミレーション系（例：にゃんこ大戦争など）

アクション系（例：大乱闘スマッシュブラザーズなど）

パズル（例：妖怪ウォッチぷにぷになど）

ソーシャルゲーム（例：モンスターストライクなど）

リズム・音楽系（例：太鼓の達人、プロジェクトセカイなど）

わからない

その他

20. 【ゲームをしている人にお聞きします】誰とゲームをしますか。（いくつでも）

ひとりで

家族

現実の友達

オンライン上の友達

オンライン上の見知らぬ人

知り合いの人

21. インターネットとオンラインゲームの使い方についておうちでルールや約束事がありますか。

	前はあったけれど、今はない	ある	今まで一度もつくったことがない	わからない
インターネット				
オンラインゲーム				

22. 【ルールが「ある」と答えた方にお聞きします】そのルールはどのようにして決めましたか。

	親が決めた	自分と親で決めた	自分で決めた
インターネット			
オンラインゲーム			

23. 【ルールが「ある」と答えた方にお聞きします】そのルールをどのくらい守れていますか

	ほとんど守れていない	あまり守れていない	どちらともいえない	ときどき守れている	だいたい守れている
インターネット					
オンラインゲーム					

24. イースポーツ（e-sports）の選手になりたいと思いますか。

- なりたいと思う
- なりたいが無理だと思う
- なりたいと思わない

イースポーツについて知らない

25. あなたはインターネットやオンラインゲームを使うことに、どのような不安や心配がありますか。あてはまるものをすべて選んでください。

特に不安・心配はない

長い時間使いすぎてしまう

依存症につながる

視力が下がる

体力が落ちる

勉強が手に付かない、成績が下がるなど勉強に問題が出る

寝不足になる、朝起きられなくなるなど生活リズムが乱れる

怒りっぽくなる、暴力的になる

やる気が出ない、落ち込むなど心に問題が出る

オンライン上でのいじめや他人を傷つける行為などのトラブル

オンライン上での犯罪・事件に巻き込まれる

課金などのお金のトラブル

個人情報が勝手に知られてしまうこと

その他

26. これまで、学校などでインターネットやゲームを使うときの注意や危険について授業をうけたことがありますか。

ある

ない

わからない

27. あなたは今までにインターネットやゲームの使用またはそれにまつわる問題で、誰かに相談したことがありますか。

ある

ない

相談したくてもできなかった

28. 27.で「ある」と答えた人にお聞きします。だれに相談しましたか。(いくつでも)

父

母

きょうだい

おじいちゃん・おばあちゃん

そのほかの親せき

学校の先生

スクールカウンセラー

病院の医者

相談所のカウンセラー、心理士

リアルの友だち

オンラインの友だち

その他

29. 27.で「ある」と答えた人にお聞きします。どのような方法で相談しましたか。(いくつでも)

直接会って

電話で

メールで

SNSアプリ（LINEなど）で

その他

30. **インターネット**使用によりどのような問題が生じていますか。当てはまるものすべてを選んでください。

特に問題はない

遅刻・早退が増えた

欠席が増えた

自宅で勉強しなくなった

成績が下がった

現実の友人が減った

現実の友人付き合いがほとんどなくなった

いじめにあった

自宅から外出しなくなった

家族に強く当たる、物に当たる

家族と過ごす時間が減った

家族と会話することが減った

家族に暴力を振ることがあった

小遣いを超えて課金した

家族のお金を勝手に使った

インターネット・ゲーム以外に関心がなくなった

うそをつくことが増えた

睡眠時間が短くなった

朝起きられなくなった

昼夜逆転になった

食事の時間がバラバラになった

食べる量が減ったまたは食べ過ぎることが増えた

視力が低下した

体重が増えた

体調の悪い日が以前より増えた

その他

31. **オンラインゲーム**の使用によりどのような問題が生じていますか。当てはまるものすべてを選んでください。

特に問題はない

遅刻・早退が増えた

欠席が増えた

自宅で勉強しなくなった

成績が下がった

現実の友人が減った

現実の友人付き合いがほとんどなくなった

いじめにあった

自宅から外出しなくなった

家族に強く当たる、物に当たる

家族と過ごす時間が減った

家族と会話することが減った

家族に暴力を振ることがあった

小遣いを超えて課金した

家族のお金を勝手に使った

- [ ] インターネット・ゲーム以外に関心がなくなった
- [ ] うそをつくことが増えた
- [ ] 睡眠時間が短くなった
- [ ] 朝起きられなくなった
- [ ] 昼夜逆転になった
- [ ] 食事の時間がバラバラになった
- [ ] 食べる量が減ったまたは食べ過ぎることが増えた
- [ ] 視力が低下した
- [ ] 体重が増えた
- [ ] 体調の悪い日が以前より増えた
- [ ] その他

戻る　次へ　ページ 3/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

* 必須

インターネットについての質問です

32. 以下の1.から8.の質問それぞれについて、「はい」「いいえ」のいずれかを選んでください。 *

	はい	いいえ
1. あなたはインターネットに夢中になっていると感じていますか。（たとえば、前回ネットでしたことを考えたり、次回ネットをすることを待ち望んでいたり、など）	○	○
2. あなたは、満足するために、ネットを使う時間をだんだん長くしていく必要があると感じていますか。	○	○
3. あなたは、ネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか。	○	○
4. あなたは、ネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着	○	○

かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じますか。

5. あなたは、使い始めに予定したよりも長い時間オンラインの状態でいますか。

6. あなたは、ネットのために大切な人間関係や、学校のこと、部活のことを台無しにするようなことがありましたか。

7. あなたは、ネットに熱中していることをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか。

8. あなたは問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、ネットを使うことがありますか。

戻る　次へ　ページ 4/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

* 必須

オンラインゲームについての質問です

33. 以下の1.から10.の質問が、過去1年間にどのていど、あなたに当てはまるか「まったくなかった」「ときどきあった」「よくあった」から選んでください。 *

	まったくなかった	ときどきあった	よくあった
1. ゲームをしていないときに、ゲームのことを空想したり、以前にしたゲームのことを考えたり、次にするゲームのことを思ったりすることがありましたか。	○	○	○
2. ゲームが全くできなかったり、いつもよりゲーム時間が短かったとき、ソワソワしたり、イライラしたり、不安になったり、悲しい気持ちになったことがありましたか。	○	○	○
3. 過去1年間で、十分ゲームをしたと感じるために、もっとひんぱんに、またはもっと長い時間ゲームをする必要があると感じたことがありますか。	○	○	○

4. 過去1年間で、ゲームをする時間を減らそうとしたが、うまくいかなかったことがありましたか。

5. 過去1年間で、友人に会ったり、以前に楽しんでいた趣味や遊びをすることよりも、ゲームの方を選んだことがありましたか。

6. 何らかの問題が起きているのに、長時間ゲームをしたことがありましたか。問題とはたとえば、睡眠不足、学校での勉強がはかどらない、家族や友人と口論する、するべき大切なことをしなかった、などです。

7. 自分がどれくらいゲームをしていたかについて、家族、友人、または他の大切な人にばれないようにしようとしたり、ゲームについてそのような人たちにうそをついたことがありましたか。

8. 嫌な気持ちを晴らすためにゲームをしたことがありますか。嫌な気持ちとは、たとえば、やる気がでない、罪の意識を感じる、不安になる、などです。

9. ゲームのために大切な人間関係をあやうくしたり、失ったりしたことがありましたか。

10. 過去1年間で、ゲームのために学校での勉強がうまくできなかったことがありましたか。

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

* 必須

あなたの心身の健康についてお聞きします

34. この1ヶ月において、どこか調子の悪いところがありましたか。全体的な健康状態はどうでしたか。以下の1.から12.の質問に対して当てはまると思う答えを選んでください。 *

	まったくなかった	あまりなかった	あった	よくあった
1. 心配ごとのために睡眠時間が減ったことがありますか	○	○	○	○
2. いつも緊張していますか	○	○	○	○
3. ものごとに集中できますか	○	○	○	○
4. 自分は何かの役に立っていると思いますか	○	○	○	○
5. 自分の問題に立ち向かうことができますか	○	○	○	○
6. ものごとについて決断できると思いますか	○	○	○	○
7. いろんな問題を解決できなくて困りますか	○	○	○	○

8. 全体的にまあ満足していますか

9. 日常生活を楽しむことができますか

10. 不幸せで、ゆううつだと感じますか

11. 自信をなくしますか

12. 自分は役に立たない人間だと感じることがありますか

戻る　次へ　ページ 6/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

* 必須

家族との関係についてお聞きします

35. 以下の1.から5.の質問は，あなたの家族との関係についてお聞きするものです。以下の質問に対して「ほとんどいつも」「ときどき」「ほとんどない」3つの中から1つを選んでください。 *

	ほとんどいつも	ときどき	ほとんどない
1. なにか困ったとき家族はあなたの助けになりますか？	●	○	○
2. あなたは家族と話し合ったり、苦労を分かり合うことに満足していますか？	●	○	○
3. あなたが何か新しいことをしようとしているとき、家族は助けになりますか？	○	○	○
4. あなたの感情（たとえば怒り、寂しさ、愛など）に家族はこたえてくれますか？	○	○	○
5. 一家団らんの時間がありますか？	○	○	○

戻る

次へ

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約

小・中学生のインターネット・ゲームに関する調査（児童・生徒）

この調査は港区の小学生、中学生のみなさんにインターネットやゲーム、今の生活の様子などについてお聞きするものです。下の説明文をよく読んでから答えてください。よろしくおねがいします。

これで調査はおわりです。【送信】をクリックして調査を終了してください。

このたびは調査へのご協力、ありがとうございました。

学校のことや友達のこと、家族のことなどで、こまっていることやつらいこと、心配なことがあったら、下に書いてある電話番号に電話してください。

港区子ども家庭相談ダイヤル　０３－５９６２－７２１５
（港区立子ども家庭支援センター）
月～金　午前８時３０分から午後６時まで
土　　午前８時３０分から午後５時まで
（１２月２９日～１月３日、祝日を除く）

戻る　送信　ページ 8/8

パスワードを記載しないでください。 不正使用を報告する

このコンテンツはフォームの所有者が作成したものです。送信したデータはフォームの所有者に送信されます。Microsoft は、このフォームの所有者を含むお客様のプライバシーやセキュリティの取り扱いに関して一切の責任を負いません。パスワードを記載しないでください。

Powered by Microsoft Forms | プライバシーと Cookie | 利用規約