

## 「こころの健康観察」の活用について

- ① アプリを起動して、「こころの健康観察」をタップ
- ② メンタルヘルスチェックに回答する
- ③ 結果を参考に、各児童生徒がスクールカウンセラーへ予約希望を送信する（任意）



- ④ 管理画面で児童生徒のメンタルヘルスチェックの回答、結果を確認して支援する

各個人の詳細な結果を閲覧できる

採点情報

面談希望の有無も聞ける

面談希望  
完了にする

氏名	学年・クラス	実施日	実施実施	心身状況	集積形 集積形 集積形	性別
福田あり	6年1組	2022-11-30	-	注意	79	女性
福田みさ	6年1組	2022-11-30	済	注意	10	女性
福田ひろ	6年3組	2022-11-30	-	注意	26	男性

【メンタルヘルスチェック項目】中高生向け25問（13問は★）

(1) メンタルヘルスチェック項目(25問)は「4つの指標①～④」で結果判定

① 気持ちや気分 ② 人間関係 ③ 集中力 ④ 行動

(2) メンタルヘルスチェック項目(13問)は「1つの指標①」で結果判定

① 気持ちや気分

No	質問内容（25問）	13問
1	1日中ずっと気分が暗く落ち込んでいる	★
2	すぐにいらいらしたり、怒ったりする	★
3	おちつきがなく、長い間じっとしていることが苦手である	
4	集中力を持続させ、ものごとを最後までやりとげることが苦手である	
5	気が散りやすく、興味がすぐに移る	
6	何に対しても興味や喜びの気持ちがおきない	★
7	他人の気持ちが理解できないことが多い	
8	他人の物を盗んだり、店で万引きをしてしまうことがある	
9	よくうそをついたり、ごまかしたりする	
10	後のことを考えずに行動してしまう	
11	一人であるのが好きで、一人で遊ぶことが多い	
12	考えがまとまらず集中力が低下して、決断ができない	★
13	死にたいと思ったり、あるい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	★
14	自分に価値がないと感じたり、自分を責めるような気持ちになる	★
15	食欲が低下または増加し、体重の変化が著しい	★
16	寝つきが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠り過ぎる	★
17	心配ごとが多く、いつも不安である	★
18	体の不調があり、診察してもらってもどこも悪い所はないと言われる	★
19	悲しい、幸せではないと思ってしまう	
20	学校の先生とトラブルになることが多い	
21	特定の音や匂いなどがすごく気になったり、怖かったりする	
22	他人と喧嘩をすることが多い	
23	いつも通りの状況や手順が急にかわると混乱する	
24	疲れやすかったり、やる気が出なかったりする	★
25	普段なんでもないことでもわずらわしく感じる	★

(注)それぞれ3択(あてはまる、まああてはまる、あてはまらない)で回答