

## Fit(生活アンケート)の使い方について

Fitは不登校等への対策の一つとして、県教委が山口大学と共同で作成しました。  
この文書は、Fitの特徴や構造、実施の流れ、結果の読み取り方等についての説明書です。

開発責任者／連絡先

〒753-8513 山口市吉田 1677-1  
山口大学教育学部 准教授 小杉考司  
TEL/FAX 083-933-5448  
E-mail:kosugi@yamaguchi-u.ac.jp

配付責任者／連絡先

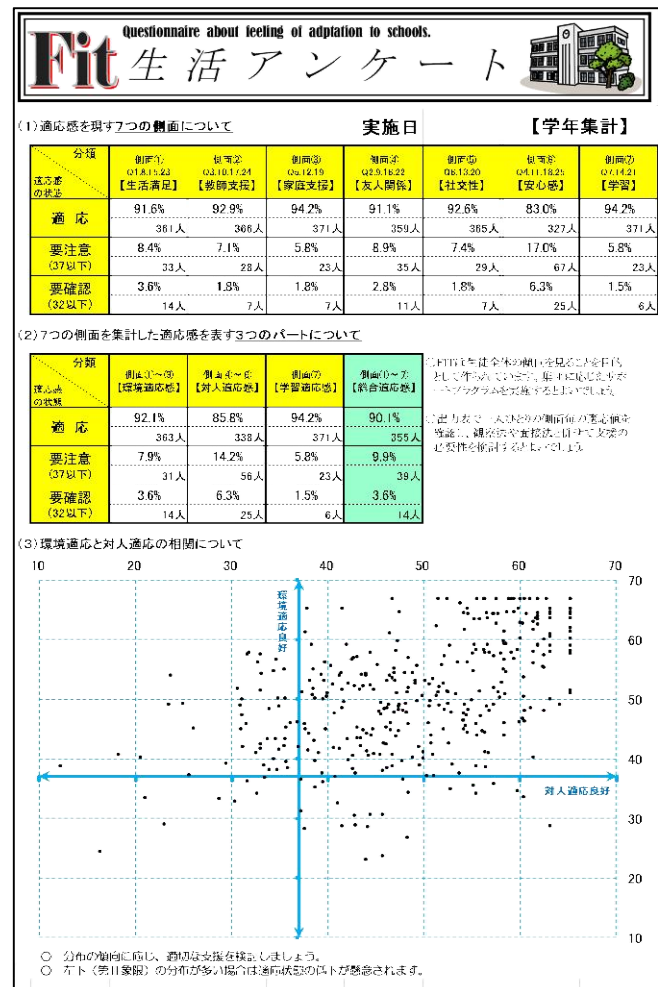
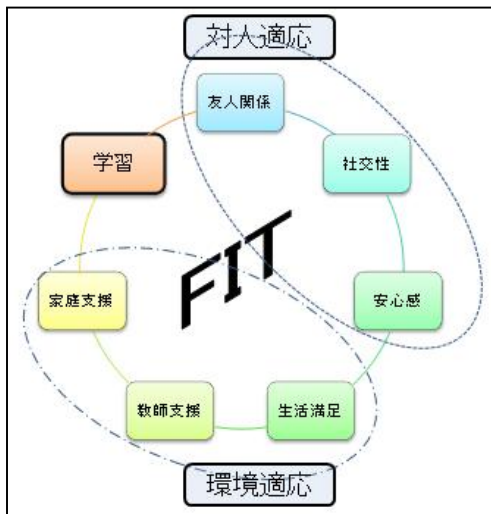
〒753-8501 山口市滝町 1 番 1 号  
山口県教育庁学校安全・体育課  
児童生徒支援班  
TEL/FAX 083-933-4680/083-922-8737  
E-mail:a50500@pref.yamaguchi.lg.jp

## 1 Fit (小学校版) の特徴

- ☆ Fit は高学年児童の学校生活等への適応感を測定するためのアンケート調査です。
- ☆ 統計データと理論を背景に作成されており、無料で繰り返し実施・分析ができます。
- ☆ A4用紙1枚・25問の簡便なアンケート調査ですので、短時間で実施可能です。
- ☆ アンケート結果を数値入力するだけで、学年・学級の傾向を表示することができます。

## 2 Fit の構造

- ① アンケートの回答から、7つの側面※1についてそれぞれ「適応感」※2を算出します。
  - ※1 「友人関係」「社交性」「安心感」「生活満足」「教師支援」「家庭支援」「学業進路」
  - ※2 事前調査のデータを基に偏差値で算出されます。
- ② 7つの側面ごとの「適応感」を統計処理し、「総合適応感」を算出します。
- ③ 7つの側面ごとの「適応感」を統計処理し、3つのパート※3に再構成します。
  - ※3 【対人適応感】（主に周囲の友人・級友等への適応に関すること）
  - 【環境適応感】（主に周囲の環境やサポートへの適応に関すること）
  - 【学習適応感】（主に授業や家庭学習への適応に関すること）
- ④ ①～③のデータを、度数分布並びに散布図で学年全体もしくは学級毎に表示します。



## 3 実施の流れ

- ① 「Fit(生活アンケート)」を開く
  - ※ マクロを有効にして活用ください
- ② 「Fit 調査票」を印刷し調査を実施
- ③ 「入力シート」に調査結果を入力
- ④ 「出力シート」を確認し印刷
- ⑤ 「分析結果(学年)」を確認し印刷
- ⑥ 「分析結果(学級)」を確認し印刷

「②」 調査時の児童への指導例 実施時間は初回 15 分程度、2 回目以降 10 分程度を想定しています。

- 今から学校生活をよりよいものにするためのアンケートを配布します。
- 結果が成績に影響することは決してありません。今の気持ちを、正直に答えましょう。
- 質問を読み、自分の気持ちに一番近い数字にはっきりと○を付けて回答してください。
- 隣の人と相談したり、他の人の回答を見たりしないようにしましょう。 等

「③」 入力シートへの結果の入力

- ① 「学校名・学年・氏名・性別」を入力後、25の設問について児童の回答を入力します。
- ② 回答は1～4の整数で入力します。もし、児童が回答を飛ばしているなどで、データが得られない箇所があれば(欠損値)、数字の9を入力してください。
- ③ 回答入力前はセルが灰色になっていますが、数値が入れば白い背景になります。  
1～4、9以外を入力した場合、灰色のままになりますので、数値を訂正してください。
- ④ 学級毎の集計を算出するため、1クラスを40人としています。欠席者や空きの出席番号等は空欄のままかまいません。

「④⑤」 出力シート・学年集計の内容について

- 「7つの側面」と「3つのパート」、「総合適応感」について「適応感」が算出されています。
- 「適応感」は事前調査を基に偏差値で表示されています。(参考：事前調査時の出現率)

出現率	生活満足	教師支援	家庭支援	友人関係	社交性	安心感	学習	環境適応感	対人適応感	学習適応感	総合
適応	91.9%	91.4%	93.9%	92.1%	92.9%	84.6%	94.5%	90.3%	85.6%	94.5%	89.2%
要注意(37以下)	8.1%	8.6%	6.1%	7.9%	7.1%	15.4%	5.5%	9.7%	14.4%	5.5%	10.8%
要確認(32以下)	2.7%	3.3%	2.0%	2.8%	1.6%	4.6%	1.1%	4.1%	7.5%	1.1%	4.7%

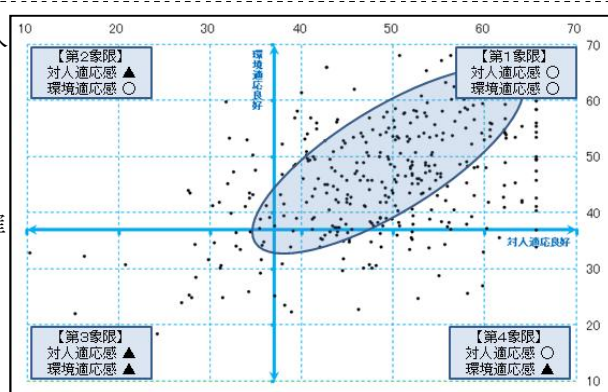
- 「対人適応感」と「環境適応感」について散布図が表示されています。

「⑥」 学級集計の内容について

- 表示したい学級を画面右のボタンから選択します。(マクロを有効にして活用ください)
- 学年の集計結果と同様に「適応感」が表と散布図で表示されます。  
※ 散布図中の数字は出席番号を表しています。個別の支援の参考にしてください

「⑤⑥」 散布図の見方

- 「適応感」の詳細を「環境適応感」を縦軸に「対人適応感」を横軸にして表示しています。
- 「適応感」37を基準としているので、通常は第1象限を中心に分布します(右図楕円)  
第2～4象限に偏りが見られる場合、要因の確認が必要と考えられます。
  - ・ 第2象限→対人適応感に係る要因確認
  - ・ 第3象限→環境・対人の両面で要因確認
  - ・ 第4象限→環境適応感に係る要因確認



- 「学習適応感」については個別に確認します。(他の適応感との関連が低い)

#### 4 結果を基にした対応

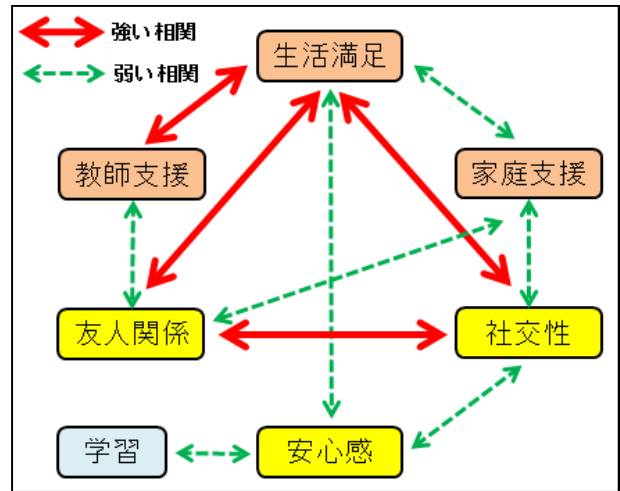
右図は「Fit」で測定される7つの側面の主な相関関係を表したものです。

適応感の向上には、7つの側面それぞれを確認して取組を実施することが必要ですが、直接的な対応が難しい側面については、相関関係の見られる側面を通じて間接的に向上を図ることも考えられます。

例えば、「安心感」の向上は直接的な対応が難しいと考えられますが、「社交性」や「生活満足」と一定の相関関係があることから、それぞれの適応感の向上を促す取組を学年・学級もしくは個別に行うことで一定の成果が期待されます。

また、「教師支援」は「生活満足」と「友人関係」に一定の相関が見られるため、適応感の向上を図るための活動として、支え合う学年・学級づくりを通じて、児童の社会性の育成を図っていくことが有効であることが分かります。（下枠内：指導の工夫(例)参照）

さらに、「学習」は独立した側面であることから、総合的な適応感が高い場合も、この側面では大きな悩みを抱えていることも考えられます。また、「Fit」で測定されるのは学習に対する不安傾向ですので、学力とは無関係に、単独で確認と対応が必要な側面であると言えます。



#### 【適応感の傾向に応じた指導の工夫（例）】

- 学校行事への児童の積極的な参画等、行事運営等の工夫
- 声かけが不足しがちな児童への積極的な声かけの実施
- 個別の教育相談における適切な助言での不安・不適応状態の解消
- AFPYやグループエンカウンターを活用による学級づくりの促進
- ソーシャルスキルトレーニングの実践等による社会性の育成

#### 5 Fitからわかること

☆ Fit は児童集団全体の回答パターンの分布を見ることを目的として作られています。個々人の点数ももちろん大事ですが、「点数が〇点以下だから△△な子だ」というレッテル貼りをするためのものではありません。

☆ 点数は平均が 50 になるように標準化され、また多くの生態学的データのように正規分布することを仮定しています。つまり、30 点から 70 点までの間に、全体の 96%が含まれるようになっており、この範囲外にある点数は非常に珍しい、特徴的な回答パターンであると言えます。

☆ 特徴的なパターンを発見した場合は、わざと偏るような回答がなされていないか、データに戻ってチェックしてみてください。特にわざと偏るような回答ではない場合、児童が何らかのシグナルを出している可能性があります。例えば「最近友達のこと悩んでいるのかな」など、声かけの材料にしてください。※次頁(個人毎の分析)参照

☆ 逆に言えば 30 点から 50 点の範囲内に全体の 25%が入るのは健全な状態です。あくまでも全体のバランスを見て、偏りがなければ特に問題ありません。

個人毎の分析について

【分析の視点例】

個人毎の分析は、児童の適応感の低下に対し、支援の可能性を探ることが主眼です。したがって適応感の低い児童を中心に精査を進めることとなりますが、そのためには、日常をよく見取った上で分析を行うことが必要です。以下に分析の視点例を示します。

- 見取りで不適応感が表面化している児童について原因分析と現在の支援成果を検証
- 見取りとの乖離が見られる児童について原因分析と、新たな支援の可能性を検討

【分析結果例】

回答例	主に周囲の環境やサポートへの適応に関すること								主に周囲の友人・級友等への適応に関すること								学業や進路																	
	1	8	15	23	生活満足	3	10	17	24	教師支援	5	12	19	家庭支援	環境適応	2	9	16	22	友人関係	6	13	20	社交性	4	11	18	25	安心感	対人適応	7	14	21	学業・進路
A	1	1	1	4	22	1	1	4	1	29	4	4	4	57	25	1	1	1	1	22	1	2	1	28	4	4	1	2	30	16	4	2	2	42
B	4	4	4	1	61	4	4	4	4	62	4	4	4	57	67	4	4	4	4	59	3	3	4	49	1	2	1	1	42	51	4	4	2	36
C	1	1	1	4	22	4	3	3	4	52	4	4	4	57	41	2	2	2	2	34	2	1	2	34	4	4	4	4	23	18	4	4	3	33
D	1	1	2	3	29	4	4	1	1	44	2	2	1	29	29	1	4	2	4	44	4	3	4	54	1	2	2	2	39	41	2	2	2	47
E	3	3	3	3	44	4	4	4	4	62	3	4	4	53	56	3	4	3	4	48	3	3	3	45	4	4	3	4	26	33	3	3	4	37

- 回答例A
  - ・生活満足感が低く、学校生活への意欲が低下していると考えられる。
  - ・教師の姿勢は認めているが(17)、支援は届いていない。(3・10・24)
  - ・友人が少なく、孤立傾向にあるが、侵害関係は感じていない。(18・25)
- 回答例B
  - ・適応感が高いが、学習面の不安を感じている。
- 回答例C
  - ・生活満足感が低く、学校生活への意欲が低下していると考えられる。
  - ・安心感が低く、不安や孤立感を感じているが、教師や家庭の支援は届いている。
- 回答例D
  - ・教師からの支援は感じているが(3・10)、信頼感は低い。(17・24)
  - ・友人関係は順調だが(9・22)、信頼できる関係ではないと感じている。(2・16)
- 回答例E
  - ・回答がほぼ同じ、逆転項目(23・安心感・学習)との差がなく、回答に疑問が見られる。

側面	No.	設問文(★は逆転項目)
生活満足	1	楽しく毎日過ごしている
	8	学校生活に満足している
	15	毎日が充実していると感じる
	23	★ 学校がなんとなくつまらない
教師支援	3	困った時に助けてくれる先生がいる
	10	私に声をかけてくれる先生がいる
	17	先生は生徒に平等に接してくれている
	24	私のことを分かってくれる先生がいる
家庭支援	5	家に帰るとほっとする
	12	私の家族は仲がよいと思う
	19	家にくつろげる場所がある
友人関係	2	私のことを分かってくれる友達がいる
	9	うれしいことを一緒に喜んでくれる友達がいる
	16	悩みを話せる友達がいる
	22	困った時に助けてくれる友達がいる
社交性	6	友達と話している所に気軽に入ることができる
	13	気まずいことがあった相手と仲直りできる
	20	友達にやってもらいたいことを頼むことができる
安心感	4	★ 教室に入りづらいことがある
	11	★ クラスに居づらいと感じることがある
	18	★ 陰で友達に何を言われているか不安である
	25	★ クラスにいる時まわりの目が気になって落ち着かない
学習	7	★ 授業についていけないのではないかと不安になる
	14	★ 授業の進み方が早いと感じることが多い
	21	★ 努力したわりに成績が伸びないと感じる

6 さいごに

Fit から分かることはあまり多くはありません。しかし、健康診断のように、定期的実施することで児童の状態の変化を把握でき、声かけの糸口としてお使いいただけますので、積極的に御活用ください。