

お子さんの日常生活チェックリスト  
(お子さんの状態に丸をつけてください)

## 早朝／登校前

- 01 お子さんは、速やかにベッドから起きられますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 02 お子さんは、速やかに身だしなみ（洗顔、歯磨き、着替えなど）を整える事はできますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 03 お子さんは、朝食時には年齢相応の行動ができますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 04 お子さんは、朝の登校前に兄弟や家族と、トラブルや言い争いなく過ごせますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り

## 学校

- 05 お子さんは、学校に行くのが好きですか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 06 お子さんは、授業中に他の子ども達と同じように行動できますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 07 お子さんには、学校で受け入れてくれる友達がありますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り

## 放課後

- 08 お子さんは、学校の出来事を保護者に伝えられますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 09 お子さんは、同年代の友達はいますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 10 お子さんは、同年代のお子さんと一緒に、スポーツをするなどの課外活動に自信を持って参加できますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り

## 夕方

- 11 お子さんは、家で問題なく宿題ができますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 12 お子さんは、両親が帰宅後、常に言い争いすることなく家族生活を送ることができますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 13 お子さんは、夕食の時に落ち着いて会話をできますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 14 両親はお子さんと、安心して共に行動（外出や買い物など）することができますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り

## 夜

☆15 か 16 いずれか該当する方の質問にお答えください。

- 15 思春期のお子さん（12歳以上）：お子さんは、同年代友人との遊び、塾、習い事、スポーツなどの活動を夜に行えますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 16 小児期のお子さん（12歳未満）：お子さんは、夜に親の指示に従うこと（例えば、大人しく本の読み聞かせを聞くなど）は可能ですか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 17 お子さんは、問題なくベッドに行く（眠る）ことができますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 18 お子さんは、夜中に目覚めることなく寝ていますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り

## 全体の評価

- 19 お子さんは、自信があり、社会的に受け入れられ(友人の中に居場所があるなど)、情緒が安定していますか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り
- 20 お子さんは、混乱、言い争い、反抗的行動なく過ごせる日の方が多いですか？  
0.全く違う 1.わずかにそう思う 2.かなりそう思う 3.全くその通り