

『モノグラフ・中学生の世界』vol.70

## 調査レポート

# 中学生の悩み

### [執筆分担]

東京成徳短期大学教授	深谷 昌志 (はじめに・まとめに代えて)
埼玉県立松山高等学校教諭	三枝 恵子 (第1章・第2章1～3節)
松蔭女子大学専任講師	深谷 野亜 (第2章4節・第3章)
東京都稲城市立稲城第五中学校教諭	亀澤 信一 (現場からの声)
東京都狛江市立狛江第四中学校養護教諭	根舛セツ子 (現場からの声)
東京都港区立港南中学校養護教諭	田上 純子 (現場からの声)

### 要

#### 第1章 中学生の日常生活

##### ① 自己肯定感

「自分のことが好きか」と自己肯定感を尋ねると、「とても好き」10.6%、「わりと好き」を合わせほぼ3割の生徒が自己を肯定的に捉え、逆に「ぜんぜん好きではない」10.4%、「あまり好きではない」(29.3%)を合わせ約4割が否定的自己イメージを持っている(P.13 表1-5)

##### ② 成績

「上の方」と答えた生徒は6.8%にすぎず、「下の方」とする割合は20.6%にも達し成績の自己評価はかなり低い(P.14 表1-6)

### 約

##### ③ 進路希望

「高校まで」23.9%、「短大に進学」と「専修・専門学校に進学」を合わせ約2割、「普通の4年制大学に進学」が17.8%、「難しい4年制大学に進学」は7.6%(P.14 表1-7)

##### ④ 将来つきたい仕事やかなえたい夢

「ない」と答えた生徒は9.7%、「ないが探している」26.8%、「あるし、そのために努力している」39.7%、「あるが、努力していない」23.8%(P.15 表1-8)

## ⑤ 体調

「頭がボーっとしている」「肩がこる」「お腹が痛くなる」が4割を超える。「貧血気味」のような医学的疾患より、精神的な原因と思われる体調の悪さが目立つ(P.15 表1 - 9)

## ⑥ 朝食を食べるか

「毎日食べる」74.5%、週に1日も「食べない」生徒も3.4%、約2割の生徒は食べたり食べなかったりである(P.17 表1 - 11)

## ⑦ 登校するまでの様子

「顔を洗う」ことを「必ずする」のは78.2%、「かなりする」の8.8%を合わせても9割には達しない。毎朝、必ず歯を磨いて登校する生徒は66.8%。「化粧水などをつける」「日焼け止めなどをつける」「まゆを整える」は「必ず+かなりする」が1割未満である(P.17 表1 - 12)

## ⑧ 友だちの人数

最も多くいる友だちは「休み時間、話をする友だち」で、「1人以上いる」割合は98.7%、「それ(6人)以上いる」も62.0%に達する。「放課後、一緒に遊ぶ友だち」も「1人以上いる」割合は9割を超える。一方、「勉強やスポーツでライバルの友だち」や「困ったとき、相談にのってくれる友だち」が「いない」割合も1~3割(P.19 表1 - 14)

## ⑨ 友だちとしてしていること

「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」では、「よく+わりとそうする」を合わせると55.5%。次いで「流行っているものは手に入れようとする」が43.2%(P.20 表1 - 16)

## ⑩ 携帯電話やPHSの所有率

「持っている」生徒は33.5%。男子の所有率に比べ女子の方が41.4%と高い。学年別では1年26.4% < 2年33.9% < 3年40.6%と、学年が上がるにつれ所有する生徒も多くなる。2年生の女子が最も多く47.0%(P.22 図1 - 1、図1 - 2)

## ⑪ 学校の楽しさ

「とても楽しい」27.5%、「わりと楽しい」の36.7%を合わせると6割を超える。性別では女子、学年別では1年生が学校に行くのを楽しみにしている割合が高い(P.24 表1 - 21)

## 第2章 中学生が抱く悩み

## ① 友だちや家族から言われること

「成績が下がったね」と言われることが最も多く、「いつも言われる」7.5%、「かなり言われる」の12.5%に「ときどき言われる」(30.7%)を合わせると、5割の生徒がよく言われている。次いで「いつも+かなり+ときどき言われる」数値の高い項目は、「字がきたないね」で37.0%(P.29 表2 - 1)

## ② 学校の楽しさと自己肯定感とよく言われること

学校に行くことが「あまり+ぜんぜん楽しくない」生徒や否定的自己イメージを持つ生徒は、「成績が下がったね」「字がきたないね」「ニキビが増えたね」「最近、太った?」「その服、ヘン」など、成績や容姿に自信を喪失するような言葉を多く言われる (P.30 表2 - 3、表2 - 4)

## ③ 中学生の悩み

「かなり+わりと悩んだ」数値でみると、「学業成績」が39.2%と最も多く、次いで「高校受験」「将来の進路」「身長や体重」が3割を超える。「顔など、自分の外見」(29.0%)も「身長や体重」に次いで高い数値となる。女子の方が悩みが多く、性格や容姿を気にしている様子がうかがえる (P.31 表2 - 5、P.32 表2 - 6)

## ④ 成績と悩み

成績下位者(中の下+下の方)に「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」「親との関係」「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」など、学業成績から将来像、性格、容姿まで様々な悩みを抱えている生徒が多い (P.36 表2 - 8)

## ⑤ 自己肯定感と悩み

否定的自己イメージを持つ生徒は、「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」「親との関係」「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」などに悩んでいる割合が高い (P.37 表2 - 9)

## ⑥ 進路・将来像と悩み

将来つきたい仕事や夢が「あるし、そのために努力している」生徒は、「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」で悩みを抱えている割合が高く、将来つきたい仕事や夢が「ない」生徒と比べると10ポイント以上の差がみられる (P.39 表2 - 11)

「難しい4年制大学」志望の生徒に「学業成績」「高校受験」「将来の進路」を悩む割合が高く、進路が「未定」の生徒は悩みの経験が少ない (P.40 表2 - 12)

## ⑦ 悩みと友だちの人数

「友だちの少ない群」では「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」で悩んでいる (P.41 表2 - 13)

## ⑧ 体調と悩み

体調のよい群と悪い群を比較すると、「親しい友だちはどうやったらできるか」(体調の悪い群34.5% > よい群14.2%)で20.3ポイント、「自分の性格」(悪い群42.4% > よい群15.0%)で27.4ポイント、「顔など、自分の外見」(悪い群44.0% > よい群17.4%)で26.6ポイントと大きな開きがある(P.42 表2 - 14)。

## ⑨ 不安や悩みがあるときの行動

「友だちとくだらない話をする」と答えた割合は、「いつもそうなる」20.3%、「かなりそうなる」の25.2%を合わせると45.5%とほぼ半数に達する。そして「物に当たりたくなる」が「いつも+かなりそうなる」割合は42.2%、「親に反抗的になる」「友だちに相談する」が4割弱。「死にたい気分になる」は「カラオケに行く」とほぼ同じ数値であり、「過食にはしる」が7.9%。

女子は男子に比較し、「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「友だちに相談する」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「思いつき泣く」「カラオケに行く」「死にたい気分になる」項目で数値が高い(P.45 表2 - 15、P.46 表2 - 16)。

## ⑩ 成績と不安や悩みがあるときの行動

成績下位者で「学校に行きたくなくなる」36.0%、「眠れなくなる」25.8%、「死にたい気分になる」23.6%が目を引く(P.49 表2 - 18)。

## ⑪ 具体的な悩みと行動

「親との関係」の悩みでは、「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」「思いつき泣く」「カラオケに行く」「死にたい気分になる」などの行動をとる生徒が多い。「顔など、自分の外見」の悩みは「友だちに相談する」割合が高い(P.51 表2 - 19)。

## ⑫ 体調と悩み

体調の悪い群は悩みや不安があるとき、「友だちとくだらない話をする」から「過食にはしる」まで全ての項目で高い数値を示す。特に両群で差が顕著な行動は、「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」で、その差は30~40ポイント近く開きが認められる(P.53 表2 - 21)。

## ⑬ 自己肯定感と悩み

自分が好きでない否定的自己イメージを持つ生徒は「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「死にたい気分になる」割合が4~5割にも達する。特に「死にたい気分になる」と答えた生徒は39.3%(P.54 表2 - 22)。

## ⑭ 悩み多き女子

女子に比べ、男子は悩んでいることが少ない。女子は3人に1人が「悩みが多い」が、男子は5人に1人である (P.55 表2 - 23)。

## ⑮ 悩みと自己評価

「悩みが多い」層は、自分に対する満足感が低い (P.57 表2 - 28)。

## ⑯ 自己評価と現実 - 成績 -

「悩みが多い」層は、自分の成績に対する満足感が低い。成績について満足している割合は、「悩みが多い」層が17.8%、「悩みが少ない」層は43.0%である (P.57 表2 - 28)。しかし、成績が「上の方」「中の上」と回答したのは「悩みが多い」層が19.3%、「悩みが少ない」層は24.8%である (P.58 表2 - 29)。

## ⑰ 自己評価と現実 - 体型 -

「悩みが多い」層は自分の体型に対する満足感が低い。体重について満足している割合は「悩みが多い」層が22.1%、「悩みが少ない」層は51.9%である (P.57 表2 - 28)。しかし、平均体重は「悩みが多い」層が48.26kg・BMI=19.57、「悩みが少ない」層は48.41kg・BMI=19.28で差はみられない (P.58 表2 - 30)。

## ⑱ 人からどう見られているか

「悩みが多い」層は人からどう見られてい

るか、とても気にする。「とても気にする」割合は、「悩みが多い」層は50.5%であるのに対し、「悩みが少ない」層は3.9%である (P.59 表2 - 31)。

## ⑲ 悩みと対人関係

「悩みが多い」層は、友だちの人数が少ない (P.59 表2 - 33)。人とのつきあい方も、常に他者を意識したもので、「誘われれば、好きでないことでもする」し、「誰からも好かれたい」「人から注目されたい」と考えている (P.60 表2 - 34、表2 - 35)。

## 第3章 中学生と身体の悩み

## ① ローレル指数

160以上 (肥満) は、全体で6.2%、男子6.8%、女子4.6% (P.64 表3 - 2)。

## ② やせ願望

全体では48.4%がやせたいと考えている。やせ願望は学年による差はみられず、性差が大きい。男子でやせたい者は29.4%、女子は70.8%である (P.66 表3 - 5)。

## ③ やせている人のイメージ

女子の場合、やせている人は「人からうらやましがられる」(65.0%)と感じている (P.68 表3 - 9)。

④ ダイエット経験

全体では44.6%が1度はダイエットを経験している。男子は26.9%と4人に1人、女子は64.5%で3人に2人が経験している (P.70 表3 - 11)。

⑤ ダイエットの方法

「やせるための運動をする」が20.4%と最も多い。「食事を抜く」(3.9%)、「食べたものをはく」(0.9%)といった過激なダイエットをしている中学生も極少数ではあるが存在する (P.71 表3 - 12)。

⑥ 人からの中傷経験

全体として、約3割が友だちや家の人から「体型について傷つくようなことを言われた」経験を持つ (P.71 表3 - 13)。

⑦ 女子のやせ願望 - やせたい理由 -

「もっとおしゃれができる」「自分に自信が持てる」からというのは、体型にかかわらず共通の理由である。「太めでやせたい」女子の場合、「人からバカにされなくなる」「いじめられなくなる」と考えている割合が高い (P.74 表3 - 18)。

⑧ 女子のやせ願望 - 人からの中傷経験 -

体型にかかわらず、過去に人から「体型について傷つくようなことを言われた」経験を

持つ。しかし、「太めでやせたい」層の割合が特に高く、異性の友だちからは60.4% (普通でやせたい女子は40.6%)、同性の友だちからは50.9% (同：38.5%)、先生からは17.0% (同：6.3%) などとなっている (P.74 表3 - 19)。

⑨ 女子のやせ願望と自己評価

「太めでやせたい」層は「ゲームが得意」であり、「年より上に見える」、「普通でやせたい」層は「ファッション雑誌をよく読む」「おしゃれに関心がある」「友だちと電話でよくしゃべる」「誰とでも友だちになれる」と自己評価している (P.76 表3 - 22)。

[ 調査概要 ]

対象 東京、千葉、神奈川の公立中学校の生徒2,118名 (男子1,151名、女子967名)

時期 2001年4月～5月

方法 学校通しの質問紙調査

サンプル数

(人)

	1年	2年	3年	合計
男子	381	388	382	1,151
女子	339	338	290	967
合計	720	726	672	2,118

◆◆はじめに◆◆

# 悩み

## 悩むのが中学生らしさ

青年期を「思春期」と呼ぶ言い方があった。このところ死語化した言葉だが、物思うのが若者らしさという捉え方である。

そうした青年に比べ、子どもは悩みが少ない。子どもは未来を夢見るのが存在だといわれる。具体例をあげるなら、「ジャンボジェットのパイロットになりたい」や「中田のようなサッカー選手になる」「小学校の先生になる」と、将来を夢見るのが子どもらしさであろう。

実際に、パイロットになるには一定レベルの知力や体力が必要で、達成するのは容易ではない。まして、サッカーの中田は天才的な選手なのだから、中田にいくら憧れていても、その子どもが中田になるのは無理だとは思ふ。しかし、中田になれないとは限らないし、

中田に近づくのは可能であろう。達成できるかどうかはともあれ、どの子どももビッグになれる可能性を残している。可能性を宿した存在が子どもらしさといえよう。

外の世界に向かって目を向け、全力で走るのが子どもだとしたら、自分とは何かと内省するのが中学生であろう。身体的にも、子どもからおとなへ変わり始めるので、子ども自身も不安感や好奇心、期待感などの入り混じった複雑な気持ちで、自分自身を見つめざるを得ない。

そうしたとき、自分らしさを作りたいと願う。そうは思うものの、中学生ではきちんとした自己を見いだしにくい。自分は理想的でありたいと思う。男子であれば、背が高く、サッカーなどの運動センスが抜群で、数学が得意でありたい。女子なら、どの男子も振り向くようなカッコよさと、英語の発音がきれい、音楽のセンスが抜群の自分でありたい。



しかし、現実の自分は幼くもろい。時にはみにくいように思われる。その結果、高い理想像と現実の自分とのギャップに悩む。

そう考えてくると、中学生という時期が悩みのまっただ中にあるのが理解できる。そして、中学生も高校生くらいの年齢になると、理想とはいえない自分を受け入れるようになる。理想とのギャップに悩んでいるだけでは問題は解決しない。そこで、現実の自分をふまえ、それを理想に結びつける営みを始める。それがおとなになるということなのであろう。

### 悩みが浅いのか深いのか

このところの中学生を見ていると、感情的に反発したり、無視したりすることはさかんだが、悩みが少ないように見える。カッとしたとか、アタマにきたとか、不満や不平を口にする光景を見かけることは多い。もちろん、絶えず心が揺れ動く状況は感じられる。しかし、そうした行動は悩みという言葉に似つかわしくないような気持ちがある。一方、一人でぼつんと考えごとをする。あるいは、浮かない顔をしている状態が長く続くような状況はそれほど多くはない。

これは、生徒たちの悩みが少ないのか、それとも、悩みを表す形が変わったのか。さらに、本当は深刻に悩んでいるのだが、悩ん

でいるのを友だちから知られるのが嫌で悩んでいる姿を覆い隠そうとしているのが問題になる。

生理的に不愉快な現象にすぐに反発する。喜怒哀楽の落差が大きく、態度が一変する。そうした行動様式はこれまでの中学生にも見受けられたが、このところ、その傾向が強まっている。感情をコントロールしない、あるいはコントロールできない生徒が増えた。生徒たちの心の面での成熟が遅れ、幼さを感じる。

そうしたあたりに1つの問題が認められるが、それと同時に、悩みに関していえば、中学生の悩みが変容すると同時に深まっているのも確かであろう。特に現在のような情報化社会になると、中学生も情報の渦に巻き込まれる。特に性などについては、心理的に無防備な中学生に洪水のような性情報が押し寄せる。そうすると、自分がどう対応したらよいか思い悩むのが当然であろう。

生徒たちを見ていると、本当は悩みを持っているのだが、悩んでいる姿はみっともない。そこで、悩みを隠して、平静を装う。表面的に悩んでいないように見せかける分だけ、悩みは深いのかも知れない。この号では、そうした状況を踏まえて、中学生の悩みがどうなっているのか、悩みの問題を取り上げたいと思った。



# 第1章 中学生の日常生活



## 1. 調査の意図とサンプルの概要 DDD

### 1) 調査の意図

中学生時代は、自我の発達がめざましく、小学校生活に比べ人間関係が豊かになり、将来の進路も高校受験を通して模索する時期である。また、身体的発達も著しい反面、発達には個人差が大きく、この時期の中学生の大きな悩みの原因ともなりうる。そのため中学生にとっては、学業と同じくらい自分の身体的発達が友だちと比べてどうなのか、人が自分をどう見ているのか、気になる時期である。

そこでこの調査では、外見や学業などに関する様々な悩みが、中学生の自我の発達や将来像に与える影響を探ることを試みた。まず、中学生の悩みについては自分の性格や友人関係、先生や親との関係など人間関係の悩み、そして部活動、授業や学業成績、高校進

学や将来像に関する悩みなどが考えられる。かつて高校受験が中学生の生活に大きな意味を持ち、それが深刻な悩みをもたらしていた。言い換えれば、中学3年間の集大成はどの程度のランクの高校に入れたかで測られるようなところがあった。しかし、業者テストが廃止され、公立中学校ではかつてのような偏差値による受験校の選択はできなくなっている。さらに公立高校の入試は、一般入試と推薦入試の2回の受験の機会があり、選抜方法も成績だけでなく特色ある生徒や地域推薦などが考慮され、多様な生徒を受け入れている。こうした選抜方法の多様化は、高校のランクづけを曖昧化し、中学生の高校受験は長い人生の通過点にすぎなくなった。このように高校入試が中学校生活の最終目標ではなくなった現代の中学生は、どんなことで悩んでいる

のだろうか。中学生の悩みの実態を明らかにし、その解決のための対処方法を探ってみた。

中学生の悩みに関する自覚、やせ願望や外見を気にする身体感覚は、自己像と密接に関連していると考えられる。そこで悩みの経験と属性、その対処方法、やせ願望、身体感覚を通して自我の形成との関連を探ることを目的としている。

調査票の構成は、①学校名・学年・性別、②部活動の参加、③朝起きてから学校に行くまで、④友だち関係、⑤友だちの人数、⑥学校に行く楽しみ、⑦悩み、⑧悩みの対処、⑨自分がどう見られているか、⑩やせ願望、⑪ダイエット経験、⑫自分の外見や体重について傷つくことを言われたか、⑬やせている人のイメージ、⑭自分のタイプ、⑮自己評価、

⑯体調、⑰成績、⑱進路希望などである。

調査対象は東京、千葉、神奈川の公立中学校の生徒2,118名（男子1,151名、女子967名）である（表1 - 1）

調査時期は2001年4月～5月、調査方法は学校通しの質問紙調査である。

## 2) サンプルの概要

表1 - 2は、部活動の参加状況を示した。「運動部に入って、熱心に活動している」のは約半数、「文化部で熱心」の生徒を合わせると、約65%が部活動に熱心な生徒である。性別では運動部で熱心に活動するのは男子、文化部に熱心なのが女子、学年別では1年生が最も熱心に活動をしている。

表1 - 1 サンプル数

(人)

	1 年	2 年	3 年	合 計
男 子	381	388	382	1,151
女 子	339	338	290	967
合 計	720	726	672	2,118

表1 - 2 部活動の参加 × 性・学年

(%)

	全 体	男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
1. 運動部に入って、熱心に活動している	50.9	57.6	42.9	57.3	49.3	45.9
2. 運動部に入っているが、あまり熱心に活動していない	11.0	13.5	8.1	7.4	12.6	13.0
3. 文化部に入って、熱心に活動している	14.4	5.6	24.8	14.9	14.7	13.6
4. 文化部に入っているが、あまり熱心に活動していない	5.8	4.3	7.6	3.4	5.6	8.7
5. 以前入っていたが、今は入っていない	9.3	10.6	7.7	2.6	11.2	14.2
6. 入ったことがない	6.5	6.7	6.3	10.9	5.2	3.2
7. その他	2.0	1.6	2.5	3.5	1.3	1.4

表1 - 3は自分のタイプを尋ねた。「とてもそう」の数値に着目すると、「テレビをよく見る」が58.9%と6割近くになる。以下「夢中になっているアイドル・タレントがいる」「友だちと電話でよくしゃべる」「ゲームが得意」が2割を超える程度である。「夢中になっているアイドル・タレントがいる」「友だちと電話でよくしゃべる」「おしゃれに関心がある」「ファッション雑誌をよく読む」の項目で、性差が顕著にみられ、女子の特徴となっている(表1 - 4)

次に表1 - 5では「自分のことが好きか」

と自己肯定感を尋ねた。「とても好き」10.6%、「わりと好き」を合わせれば3割の生徒が自己を肯定的に捉え、逆に「あまり好きではない」29.3%、「ぜんぜん好きではない」(10.4%)を合わせ約4割が否定的自己イメージを持ち、肯定的に捉える生徒をやや上回る。「とても好き」の数値に着目し性差を比較すると、男子に比べ女子の方が肯定的自己イメージが弱い。学年別では男女とも学年が上がるにつれ自己肯定感が減少し、否定的自己イメージが増加する傾向がみられる。

表1 - 3 自分のタイプ

	(%)			
	とても そう	かなり そう	あまり そうではない	ぜんぜん そうではない
1. テレビをよく見る	58.9	27.4	10.1	3.5
2. 夢中になっているアイドル・タレントがいる	28.2	14.8	26.4	30.6
3. 友だちと電話でよくしゃべる	21.3	16.3	34.5	27.9
4. ゲームが得意	20.2	24.4	36.2	19.3
5. おしゃれに関心がある	17.4	20.3	28.0	34.3
6. 誰とでも友だちになれる	17.1	32.1	39.8	11.0
7. ファッション雑誌をよく読む	13.9	13.3	26.7	46.1
8. 年より上に見える	8.4	13.2	29.6	48.7
9. カッコいい	2.9	2.2	30.8	64.2
10. 異性にもてる	1.9	3.1	34.4	60.6

表1 - 4 自分のタイプ × 性・学年

(%)

	男子	女子	1年	2年	3年
1. テレビをよく見る	54.6	64.1	63.2	59.0	54.3
2. 夢中になっているアイドル・タレントがいる	15.6	43.2	30.5	27.4	26.8
3. 友だちと電話でよくしゃべる	11.2	33.3	23.0	21.1	19.8
4. ゲームが得意	28.8	> 9.9	24.5	18.6	17.3
5. おしゃれに関心がある	6.1	30.7	14.8	18.0	19.4
6. 誰とでも友だちになれる	16.7	17.7	23.1	15.0	13.1
7. ファッション雑誌をよく読む	3.7	25.9	10.6	14.4	16.8
8. 年より上に見える	7.4	9.6	7.7	8.3	9.2
9. かっこいい	4.3	1.3	4.4	1.8	2.4
10. 異性にもてる	2.9	0.6	2.3	1.7	1.7

「とてもそう」の割合  
<10% 20%以上の差

表1 - 5 自分が好きか × 性・学年

(%)

		とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
全体		10.6	20.6	29.0	29.3	10.4
		31.2			39.7	
男子		14.2	23.4	32.1	22.4	7.9
女子		6.4	17.4	25.3	37.5	13.4
男子	1年	20.8	26.3	29.3	18.1	5.5
	2年	12.1	21.3	34.1	22.0	10.5
	3年	9.8	22.8	32.9	26.8	7.7
女子	1年	12.5	19.6	30.1	27.7	10.1
	2年	2.7	14.4	26.3	40.4	16.2
	3年	3.5	18.2	18.6	45.6	14.0

次に、成績の自己評価もみておこう。表1-6によれば、「上の方」と答えた生徒は6.8%にすぎず、「下の方」とする割合は20.6%にも達し成績の自己評価はかなり低い。

成績と関連するのが進路希望であるので、表1-7により卒業後の進路をみてみた。「高校まで」23.9%、「短大に進学」と「専修・専門学校に進学」を合わせ約2割、「普通の4年制大学に進学」が17.8%、「難しい4年制大学に進学」は7.6%と、難しい大学

に挑戦しようとする者は1割にも達しない。一方、「未定」と答えた生徒も22.9%おり、全体には将来の進路がまだ十分考えられないのだろう。調査時期が4月～5月で、3年生でも高校選びがこれから本格化する時期であるのでやむを得ない結果であろう。

しかし、将来の進路を決めるとき、将来つきたい仕事やかなえたい夢を持っていれば将来により具体的な目標も描けるのではないだろうか。そこで、表1-8により「将来つきたい仕事やかなえたい夢」を尋ねてみた。

表1-6 成績 × 性・学年

(%)					
	上の方	中の上	中くらい	中の下	下の方
全 体	6.8	15.8	35.1	21.7	20.6
	22.6			42.3	
男 子	8.7	17.5	32.6	20.8	20.5
女 子	4.6	13.8	38.0	22.8	20.7
1 年	5.0	14.3	39.9	22.7	18.1
2 年	6.8	15.1	31.1	23.3	23.6
3 年	8.7	18.2	34.3	18.9	19.8

表1-7 進路希望 × 性・学年

(%)						
	全 体	男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
1. 中学校まで	1.9	2.0	1.9	2.7	2.7	0.3
2. 高校まで	23.9	26.4	21.1	24.1	21.1	26.8
3. 短大に進学	6.3	3.8	9.4	5.2	6.1	7.9
4. 専修・専門学校に進学	14.2	8.5	21.1	14.1	15.9	12.6
5. 普通の4年制大学に進学	17.8	19.0	16.5	13.4	16.9	23.6
6. 難しい4年制大学に進学	7.6	9.7	5.1	8.8	6.2	7.9
7. 未定	22.9	24.1	21.5	25.1	27.3	15.9
8. その他	5.2	6.6	3.5	6.6	3.8	5.1

「ない」と答えた割合は9.7%、「ないが探している」26.8%、「あるし、そのために努力している」は39.7%、「あるが、努力していない」23.8%である。学年別では、学年が上がるにつれ「あるし、そのために努力している」割合が減少し、「ないが探している」割合が増える傾向にある。3年間の進路指導を通して、自分の成績や社会状況の変化など現実を見据えながら自分の将来を真剣に模索し始めた結果とも言えるのではないか。

最後に表1-9、10で、現在の体調を尋ね

た。「頭がボーっとしている」「肩がこる」「お腹が痛くなる」が4割を超え、体調の悪さを訴えている生徒が多くみられる(表1-9)。「貧血気味」のような医学的疾患より、精神的な原因と思われる体調の悪さが目立ち、ストレスを多く抱えている様子が見える。男子より女子に、学年では3年生に、より体調の悪さが顕著にみられる。以前より入学が楽になったとはいえ、高校入試が中学生に与える影響が体調の悪さをもたらしているのだろうか(表1-10)。

表1-8 将来つきたい仕事やかなえたい夢 × 性・学年

(%)

	全 体	男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
ない	9.7	11.5	7.7	9.1	11.9	8.1
ないが探している	26.8	26.5	27.3	20.7	28.5	31.6
あるし、そのために努力している	39.7	40.9	38.2	49.2	33.3	36.4
あるが、努力していない	23.8	21.2	26.9	21.1	26.3	23.9

表1-9 体調

(%)

	よ く あ る	わ りと あ る	あ まり な い	ぜ んぜ ん な い
1. 頭がボーっとしている	19.1	25.9	24.1	30.9
	45.0			
2. 肩がこる	17.4	24.5	23.6	34.5
	41.9			
3. お腹が痛くなる	14.7	25.9	29.5	29.8
	40.6			
4. 気力がない	12.9	16.6	29.4	41.1
	29.5			
5. 朝食欲がない	13.4	14.4	23.9	48.3
	27.8			
6. 夜眠れない	10.8	14.7	29.0	45.5
	25.5			
7. 胃が痛くなる	6.9	12.0	29.8	51.3
	18.9			
8. 貧血気味である	6.2	8.8	23.0	61.9
	15.0			

表1 - 10 体調 × 性・学年

	(%)					
	男子	<	女子	1 年	2 年	3 年
1. 頭がボーっとしている	37.0	<	54.6	39.0	47.6	48.7
2. 肩がこる	34.1	<	51.0	36.1	42.0	47.9
3. お腹が痛くなる	35.5	<	46.7	35.9	40.2	46.2
4. 気力がない	25.4		34.4	22.6	30.7	35.6
5. 朝食欲がない	23.0	<	33.5	27.1	27.8	28.5
6. 夜眠れない	22.9		28.7	25.6	22.3	29.1
7. 胃が痛くなる	15.0		23.6	14.9	19.0	23.0
8. 貧血気味である	9.9	<	21.1	10.5	16.5	18.4

「よく」+「わりと」ある割合  
<10%以上の差

## 2 . 中学生の生活 DDD

### 1 ) 朝、登校前の様子

それでは、サンプルの生徒たちはどんな生活を送っているのだろうか。悩みややせ願望を持つ中学生を分析する前に、中学生の生活を朝登校するまでの様子、友だち関係、学校の楽しさについて数値を追ってみておこう。

表1 - 11は、朝食を食べるかを尋ねた結果である。「毎日」食べると答えた割合は74.5%と、どの生徒も朝ご飯を食べて学校に行くわけではない。食べられないのだろうか。週に1日も「食べない」生徒も3.4%、約2割の生徒は食べたり食べなかったりである。3年生になると、「毎日」朝食を食べる生徒が70.9%と1年生の79.3%と比べると大幅に減少する。高校生になると、朝食食べられない生徒はお弁当を2時間目くらいに食べ、昼食は

食堂でという生徒も多くみられるが、中学校は食べ物を持ってくるのを禁止している学校が多いので、こうした生徒は給食まで何も食べられないことになる。これでは午前中の授業に集中できず無気力になるのも当然といえよう。

朝、食事がとれないほど忙しいのだろうか。そこで中学生の朝起きてから学校へ行くまでの行動を追ってみた。表1 - 12によれば、「顔を洗う」ことを「必ずする」と答えた割合は78.2%、「かなりする」の8.8%を合わせても9割には達しない。「歯を磨く」も「必ずする」と「かなりする」を合わせ77.0%、毎朝歯を磨いて登校する生徒は66.8%にすぎず、歯も磨かず顔も洗わず朝食も食べずに登校する、いわゆる基本的な生活習慣が確立できていない生徒が2割前後いることになる。一方、



表1 - 11 朝食を食べるか × 性・学年

(%)

	毎日	週6日	週5日	週4日	週3日	週2日	週1日	食べない
全 体	74.5	7.5	4.4	3.4	2.8	2.0	1.9	3.4
男 子	75.6	6.9	3.5	3.5	2.9	1.8	2.1	3.8
女 子	73.2	8.3	5.6	3.4	2.6	2.3	1.7	2.9
1 年	79.3	7.9	3.6	2.4	2.6	1.4	1.3	1.4
2 年	73.2	6.8	4.7	3.9	3.6	2.2	1.9	3.6
3 年	70.9	7.9	5.0	4.0	2.0	2.4	2.6	5.2

表1 - 12 朝起きてから学校に行くまでにすること

(%)

	必ず する	かなり する	まあ する	あまり しない	ぜんぜん しない
1. 顔を洗う	78.2	8.8	8.6	2.4	2.0
	87.0				
2. 歯を磨く	66.8	10.2	15.4	4.3	3.3
	77.0				
3. 鏡を見る	58.7	7.1	14.8	10.5	8.8
	65.8				
4. 髪を洗う	15.9	4.5	14.3	24.0	41.3
	20.4				
5. 化粧水などをつける	4.9	1.8	7.5	12.6	73.2
	6.7				
6. 日焼け止めなどをつける	1.8	1.7	9.6	12.4	74.4
	3.5				
7. まゆを整える	1.8	1.6	4.9	11.6	80.0
	3.4				

何年か前話題になった『朝シャン』は「必ずする」と「かなりする」を合わせても2割とすでに流行のピークを過ぎ、一部の生徒に定着している程度となっている。また、「化粧水などをつける」「日焼け止めなどをつける」「まゆを整える」は1割未満である。表1 - 13で性差と学年差をみてみよう。数値は「必ずする」割合を示しているが、「化粧水などをつける」「日焼け止めなどをつける」「まゆ

を整える」項目では「必ず+かなりする」割合を示している。「顔を洗う」は、男子69.2%<女子88.8%、「歯を磨く」では男子は56.0%<女子79.5%と、男子で毎朝歯を磨く生徒は6割にも達しない。このように性差が大きく開いているので、男子・女子別に学年差を示した。女子では「顔を洗う」から「化粧水などをつける」「まゆを整える」まで、学年が上がるにつれ数値が上昇し、洗顔や歯

磨きだけではなくおしゃれにも関心が高くなっていくことがわかる。

朝の忙しさは夜更かしや体調の悪さなどでなかなか起きられないこと、歯磨きや洗顔など基本的な生活習慣が幼少時から家庭で身につけられていないことなどが推測できる。家庭で身につけがなされていないのも事実であろうが、体調の悪さを訴える生徒も多いことから洗顔や歯磨きもそこそこに朝食もとらずに登校してしまう、午前中の授業はぼんやり過ごす、そんな生徒が多い実態が浮かんでくる。

## 2) 友だち関係

次に学校生活で大きな比重を占める友だち関係をみてみよう。表1-14は、「休み時間、話をする友だち」から「勉強やスポーツでライバルの友だち」まで具体的な項目をあげ、どのくらい友だちがいるのか、人数を尋ねた。

「いない」数値に注目すると、「勉強やスポーツでライバルの友だち」が最も多く31.8%である。次いで「困ったとき、相談にのってくれる友だち」「一生つきあえそうな友だち」が1割程度。一方、最も多くいる友だちは「休み時間、話をする友だち」で「1人以上いる」割合は98.7%、「それ(6人)以上いる」と答えた生徒も62.0%に達する。「放課後、一緒に遊ぶ友だち」も「1人以上いる」割合は9割を超える。性別で「それ(6人)以上いる」割合をみると、「休み時間、話をする友だち」が男子69.9%と高く、女子(52.6%)との差は17.3ポイントと大きく開いている。次いで「放課後、一緒に遊ぶ友だち」(男子53.1% > 女子37.5%)「休みの日に、一緒に遊びに行く友だち」(男子43.8% > 女子36.6%)「一生つきあえそうな友だち」(男子29.4% > 女子20.8%)「勉強やスポー

表1-13 朝起きてから学校に行くまでにすること × 性・学年

(%)

	男 子	女 子	男 子			女 子		
			1年	2年	3年	1年	2年	3年
1. 顔を洗う	69.2	< 88.8	63.7	67.0	76.7	85.1	88.4	96.8
2. 歯を磨く	56.0	<< 79.5	49.5	54.1	64.3	73.1	79.4	87.1
3. 鏡を見る	36.7	<<< 84.5	31.8	33.3	45.0	80.9	85.6	87.5
4. 髪を洗う	18.2	13.2	14.6	17.4	22.5	11.2	12.0	16.8
5. 化粧水などをつける*	0.9	< 13.4	0.0	1.6	1.1	6.0	13.5	21.8
6. 日焼け止めなどをつける*	0.6	7.0	0.8	0.6	0.3	3.3	8.7	9.0
7. まゆを整える*	1.3	5.8	0.0	1.3	2.7	1.5	8.1	8.5

「必ずする」割合  
 \*印 「必ず」 + 「かなり」する割合  
 < 10% << 20% <<< 30%以上の差

ツでライバルの友だち」(男子23.8% > 女子12.2%)と、男子の方が様々な友だちをたくさん持っていることがわかる(表1 - 15)。表は省略したが、成績別では成績上位者の方が友だちが多い。特に成績上位者に「休み時

間、話をする友だち」「放課後、一緒に遊ぶ友だち」「勉強やスポーツでライバルの友だち」が多い傾向がみられ、属性によってつきあう友だちのタイプが異なることがわかる。

表1 - 14 友だちの人数

(%)

	いない	1人 いる	2、3人 いる	4、5人 いる	それ以上 いる
1. 休み時間、話をする友だち	1.4	2.0	15.5	19.2	62.0
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち	8.9	3.0	22.2	20.0	45.9
3. 休みの日に、一緒に遊びに行く友だち	7.7	4.2	25.9	21.8	40.5
4. 一生つきあえそうな友だち	10.8	13.2	35.7	14.8	25.4
5. 困ったとき、相談にのってくれる友だち	11.1	11.0	39.5	14.7	23.7
6. 勉強やスポーツでライバルの友だち	31.8	11.7	28.3	9.9	18.4

表1 - 15 友だちの人数 × 性

(%)

		いない	1人 いる	2、3人 いる	4、5人 いる	それ以上 いる
1. 休み時間、話をする友だち	男子	1.9	1.5	12.3	14.5	69.9
	女子	0.8	2.5	19.3	24.7	52.6
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち	男子	9.8	1.3	17.8	18.0	53.1
	女子	7.8	4.9	27.4	22.4	37.5
3. 休みの日に、一緒に遊びに行く友だち	男子	10.5	3.1	22.6	19.9	43.8
	女子	4.4	5.4	29.6	24.1	36.6
4. 一生つきあえそうな友だち	男子	13.7	9.6	34.1	13.2	29.4
	女子	7.3	17.5	37.6	16.8	20.8
5. 困ったとき、相談にのってくれる友だち	男子	17.6	10.0	36.1	11.4	24.8
	女子	3.5	12.0	43.4	18.6	22.5
6. 勉強やスポーツでライバルの友だち	男子	29.5	10.6	25.6	10.5	23.8
	女子	34.5	12.9	31.4	9.1	12.2

○は「それ以上いる」の男女差が10%以上

では、友だちと一緒にどんなことをして過ごしているのかみていこう。表1 - 16によれば、「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」は「よくそうする」26.6%、「わりとそうする」の28.9%を合わせると55.5%と、半数を超える生徒がトイレに行くときは友だちと行っていることになる。次いで「流行っているものは手に入れようとする」が「よくそうする」と「わりとそうする」を合わせ43.2%となる。「友だちに誘われれば、好きでないことでもする」「飲み物を頼むとき、人と同じものにする」は2割前後で、後者では「ぜんぜんそうしない」割合の方が高く、自分のしたくないことを友だちに合わせてしてまで友だちを作ろうとはしていない。

性別で「よくそうする」割合をみると、「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」では男子14.0%、女子41.5%、「流行っているものは手に入れようとする」では男子10.5%、女子14.8%と若干女子の方が多い。一方、

「ぜんぜんそうしない」割合をみると、「友だちに誘われれば、好きでないことでもする」(男子28.3% > 女子17.7%)、「飲み物を頼むとき、人と同じものにする」(男子36.1% > 女子21.7%)と、男子は友だちに同調することを嫌う傾向がみられる(表1 - 17)。部活動参加状況や成績別でみると、「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」は運動部で熱心に活動している生徒(58.3%)、「流行っているものは手に入れようとする」「友だちに誘われれば、好きでないことでもする」のは文化部で熱心に活動していない生徒、「飲み物を頼むとき、人と同じものにする」は部活動に参加していない生徒に多い。成績別では、下位者に「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」(57.4%)、「流行っているものは手に入れようとする」(46.4%)、「飲み物を頼むとき、人と同じものにする」(21.8%)傾向がみられる(表1 - 18)。

表1 - 16 友だちと一緒にいるとき、していること

(%)

	よく そうする	わりと そうする	あまり そうしない	ぜんぜん そうしない
1. トイレに行くとき、誰かと一緒に行く	26.6	28.9	27.1	17.4
	55.5			
2. 流行っているものは手に入れようとする	12.5	30.7	38.7	18.1
	43.2			
3. 友だちに誘われれば、好きでないことでもする	3.7	20.1	52.8	23.5
	23.8			
4. 飲み物を頼むとき、人と同じものにする	2.7	15.3	52.5	29.5
	18.0			

表1 - 17 友だちと一緒にいるとき、していること × 性

(%)

		よく そうする	わりと そうする	あまり そうしない	ぜんぜん そうしない
1. トイレに行くとき、誰かと 一緒に行く	男子	14.0	26.5	32.8	(26.6)
	女子	(41.5)	31.7	20.4	6.5
2. 流行っているものは手に入れ ようとする	男子	10.5	27.8	39.6	22.0
	女子	14.8	34.2	37.5	13.5
3. 友だちに誘われれば、好き でないことでもする	男子	3.5	19.0	49.2	(28.3)
	女子	3.9	21.4	57.0	17.7
4. 飲み物を頼むとき、人と同 じものにする	男子	3.0	13.7	47.1	(36.1)
	女子	2.3	17.2	58.9	21.7

○は「よくそうする」「ぜんぜんそうしない」の男女差が10%以上

表1 - 18 友だちと一緒にいるとき、していること × 部活動の参加・成績

(%)

	部活動の参加					成 績				
	運動部 熱心	運動部 不熱心	文化部 熱心	文化部 不熱心	未加入 + 退部	上の方	中の上	中くらい	中の下	下の方
1. トイレに行くとき、誰かと一緒に行く	(58.3)	48.7	56.4	55.5	50.0	47.1	53.5	56.9	56.1	(57.4)
2. 流行っているものは手に入れようとする	44.5	45.3	37.8	(47.5)	40.1	32.9	40.1	43.1	44.3	(46.4)
3. 友だちに誘われれば、好きでないことでもする	24.6	26.1	18.9	(26.7)	23.7	18.6	20.1	24.9	(25.9)	25.1
4. 飲み物を頼むとき、人と同じものにする	18.2	16.9	13.5	18.5	(21.1)	13.6	12.0	19.0	17.2	(21.8)

「よく」+「わりと」そうする割合  
○は最大値

次に、このような友だちとどのような媒介を通して友だち関係を維持しているのだろうか。ここでは急激に普及している携帯電話やPHSをコミュニケーションツールとしている様子確かめた。図1-1は、携帯電話やPHSの所有率を示した。「持っている」生徒は33.5%と、3人に1人である。中学校では携帯電話を学校に持ってくることを禁止し

ている学校が多いと聞くと、保護者からすると居場所の確認や連絡がとりやすいのでむしろ持たせたいという気持ちもあるようだ。女子は41.4%と男子より所有率が高い。学年別では1年26.4% < 2年33.9% < 3年40.6%と学年が上がるにつれ所有する生徒も多く、3年生の所有率は最も高い。男女別の学年進行をみると、男子は1年生で19.6%が3年生に

図1-1 携帯電話やPHSの所有

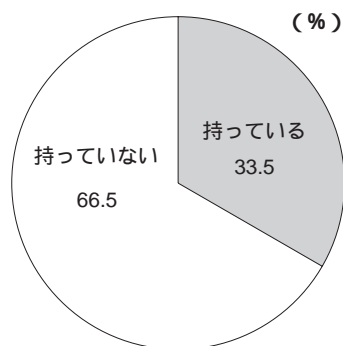
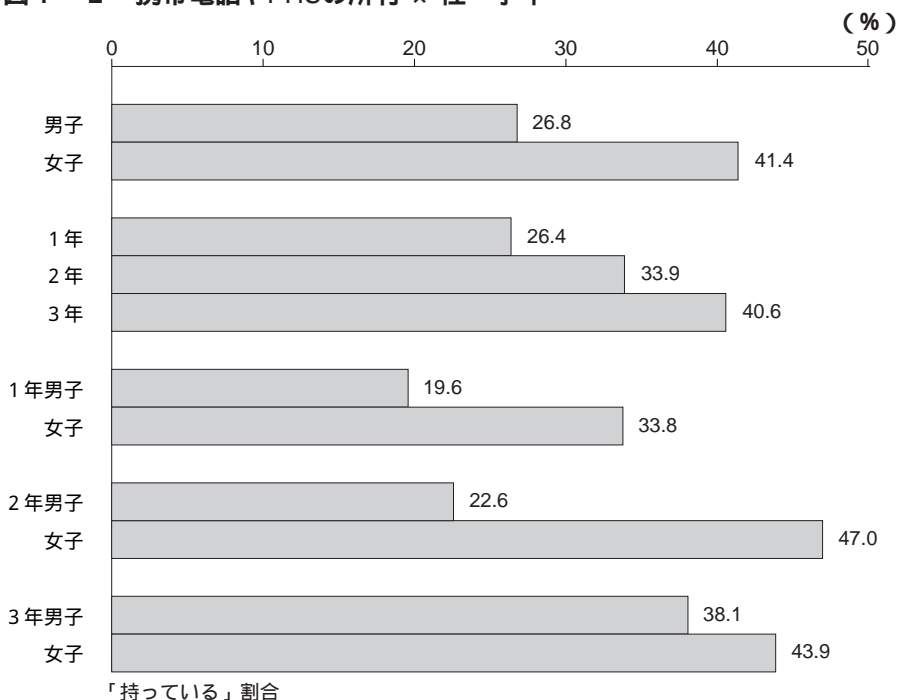


図1-2 携帯電話やPHSの所有 × 性・学年



なると38.1%とほぼ2倍となる。女子では2年生が最も多く47.0%と約半数を占め、2年生の女子はほぼ2人に1人が持っていることになる(図1-2)

では、携帯電話やPHSの所有率と友だちの人数の関連をみてみよう。表1-19によれば、携帯電話やPHSを持っている生徒と持っていない生徒を「それ以上いる」すなわち

6人以上いる割合で比較した。「放課後、一緒に遊ぶ友だち」「休みの日に、一緒に遊びに行く友だち」「一生つきあえそうな友だち」「困ったとき、相談にのってくれる友だち」の項目が携帯電話やPHSを持っている生徒の方が若干多い傾向がある。次に、表1-20で、友だちとしてしていることでの両群の差異をみた。「トイレに行くとき、誰かと一緒に

表1-19 友だちの人数 × 携帯電話・PHSの所有

(%)

	いない	1人いる	2、3人いる	4、5人いる	それ以上いる
1. 休み時間、話をする友だち	0.6	1.4	14.1	20.3	63.5
	1.7	2.1	16.2	18.5	61.4
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち	7.6	2.5	20.8	19.9	49.2
	9.4	3.2	22.7	20.3	44.5
3. 休みの日に、一緒に遊びに行く友だち	5.1	4.5	20.9	23.3	46.2
	8.9	4.0	28.3	20.9	37.9
4. 一生つきあえそうな友だち	8.1	11.7	35.0	15.4	29.9
	12.0	13.8	36.0	14.7	23.5
5. 困ったとき、相談にのってくれる友だち	7.3	9.9	37.8	16.8	28.3
	13.0	11.3	40.3	13.7	21.6
6. 勉強やスポーツでライバルの友だち	29.7	10.9	31.0	9.0	19.4
	32.4	12.2	26.9	10.3	18.2

上段：持っている 下段：持っていない

表1-20 友だちと一緒にいるとき、していること × 携帯電話・PHSの所有

(%)

	よくそうする	わりとそうする	あまりそうしない	ぜんぜんそうしない
1. トイレに行くとき、誰かと一緒に行く	38.5	32.4	20.5	8.6
	20.6	27.3	30.5	21.5
2. 流行っているものは手に入れようとする	19.8	36.7	32.6	11.0
	8.9	27.8	41.4	21.9
3. 友だちに誘われれば、好きでないことでもする	4.2	21.8	53.2	20.9
	3.4	19.3	52.3	25.0
4. 飲み物を頼むとき、人と同じものにする	3.6	15.2	53.7	27.6
	2.2	15.0	52.3	30.5

上段：持っている 下段：持っていない



行く」ことを「よくそうする」割合は持っている生徒38.5% > 持っていない生徒20.6%、「流行っているものは手に入れようとする」（同様に19.8% > 8.9%）は携帯電話やPHSを所有している生徒が多く、携帯電話やPHSを所有している生徒の方が友だちづきあいが活発で流行に敏感な生徒が多い。

### 3) 学校の楽しさ

次に学校の楽しさをみてみよう。表1-21によれば、「とても楽しい」と答えた生徒は27.5%、「わりと楽しい」の36.7%を合わせると6割を超える生徒が学校に行くのを楽しみにしている。性別では女子、学年では1年生が楽しみにしている割合が高い。

表1-22は、部活動の参加状況との関係を示した。「とても楽しい」数値で見ると、運動部で熱心に活動している生徒は34.9%、次いで文化部で熱心に活動している生徒が27.7%となる。部活動に入部していても熱心に活動していない生徒や加入していなかったり退部した生徒は「あまり+ぜんぜん楽しくない」と答えた割合が約3割となっており、中学校生活に部活動の占める比重が大きいことがわかる。

では、友だち関係はどうだろうか。表1-23で、「それ以上いる」すなわち6人以上いる割合で見ると、「休み時間、話をする友だち」から「勉強やスポーツでライバルの友だち」まで、友だちが多いほど学校が楽しくな

表1-21 学校に行く楽しさ × 性・学年

(%)

	とても楽しい	わりと楽しい	少し楽しい	あまり楽しくない	ぜんぜん楽しくない
全 体	27.5	36.7	19.2	10.7	5.8
男 子	25.3	36.3	20.2	10.3	8.0
女 子	30.2	37.3	18.0	11.1	3.3
1 年	37.3	36.1	18.2	5.1	3.3
2 年	22.9	38.2	19.0	12.9	6.9
3 年	22.3	35.8	20.5	14.1	7.3

表1-22 学校に行く楽しさ × 部活動の参加

(%)

	とても楽しい	わりと楽しい	少し楽しい	あまり楽しくない	ぜんぜん楽しくない
運動部 熱心	34.9	38.8	16.1	6.7	3.5
運動部 不熱心	15.5	37.6	20.4	15.9	10.6
文化部 熱心	27.7	39.5	19.3	10.1	3.4
文化部 不熱心	16.7	30.8	23.3	18.3	10.8
未加入+退部	17.3	31.4	24.4	17.3	9.6

る傾向がみられる。中学に入学したばかりの生徒たちに、1人でいいから早く、トイレに一緒に行ったり話をする友だちができるといいと願う教師は多い。1人でもそうした友だちがいれば、中学校生活への適応も早いし部活動や教科担任制など小学校生活と大きく異なる中学校生活への不安も和らぐだろうと考えられる。そこで、学校の楽しさと友だちが「1人でもいる」数値をまとめてみると以下の通りとなる。

学校の楽しさ 休み時間、話を する友だち	とても 楽しい	ぜんぜん 楽しくない	差
99.3%	89.4%	9.9%	
放課後、一緒に 遊ぶ友だち	94.9%	79.5%	15.4%

休みの日に、一緒に 遊びに行く友だち	94.0%	83.3%	10.7%
一生つきあえそう な友だち	93.9%	71.2%	22.7%
困ったとき、相談 にのってくれる友 だち	93.7%	64.1%	29.6%
勉強やスポーツで ライバルの友だち	77.3%	48.8%	28.5%

学校が楽しい生徒には、「一生つきあえそうな友だち」「困ったとき、相談にのってくれる友だち」「勉強やスポーツでライバルの友だち」と、遊んだり一緒に行動する以上に友人関係が深まっていることがわかる。

表1 - 23 友だちの人数 × 学校に行く楽しさ

	(%)				
	いない	1人 いる	2、3人 いる	4、5人 いる	それ以上 いる
1. 休み時間、話をする友だち	0.7	0.3	6.1	13.2	79.7
	10.7	3.3	21.3	16.4	48.4
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち	5.1	1.8	14.2	18.4	60.5
	20.5	6.6	18.0	18.0	36.9
3. 休みの日に、一緒に遊びに行く友だち	6.0	3.5	16.8	19.1	54.6
	16.7	5.0	23.3	17.5	37.5
4. 一生つきあえそうな友だち	6.0	8.9	28.2	17.7	39.1
	28.8	17.8	24.6	8.5	20.3
5. 困ったとき、相談にのってくれる友だち	6.4	8.7	30.9	14.3	39.8
	35.8	15.8	18.3	6.7	23.3
6. 勉強やスポーツでライバルの友だち	22.6	10.4	27.0	10.4	29.5
	51.3	10.9	18.5	3.4	16.0

上段：とても楽しい 下段：ぜんぜん楽しくない

次に、このような友だちとどんなつきあいをしているのだろうか。表1-24によれば、「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」ことを「よくそうする」と答えた割合は、学校が楽しい生徒が34.7%、楽しくない生徒では21.3%と差が顕著にみられる。逆に「ぜんぜんそうしない」数値でみると、「トイレに行くとき、誰かと一緒に行く」では学校が楽しい生徒は13.7%にすぎないが、学校が楽しくない生徒は32.8%にも達する。「飲み物を頼むとき、人と同じものにする」(同様に

27.7% < 50.0%)、「流行っているものは手に入れようとする」(同様に16.9% < 29.8%)、「友だちに誘われれば、好きでないことでもする」(同様に27.3% < 41.3%)となる。

学校生活が楽しいためには友だちは欠かせない。友だち関係は性別や部活動の参加、成績の良し悪しなど生徒の属性によって、友だちの人数もつきあい方も様々である。また、友だち関係を維持していくのには多少自分の意に添わないことでも友だちに同調する姿勢が必要だと考えている。

表1-24 友だちと一緒にいるとき、していること × 学校に行く楽しさ

(%)

	よく そうする	わりと そうする	あまり そうしない	ぜんぜん そうしない
1. トイレに行くとき、誰かと一緒に行く	34.7	28.8	22.7	13.7
	21.3	18.9	27.0	32.8
2. 飲み物を頼むとき、人と同じものにする	3.5	16.6	52.3	27.7
	6.6	9.0	34.4	50.0
3. 流行っているものは手に入れようとする	17.4	30.1	35.5	16.9
	15.7	25.6	28.9	29.8
4. 友だちに誘われれば、好きでないことでもする	5.4	17.9	49.5	27.3
	4.1	14.0	40.5	41.3

上段：とても楽しい 下段：ぜんぜん楽しくない

## 養護教諭から見た生徒たちの悩みⅠ

### 根 舂 セ ツ 子

休み時間になると、いつの間にか保健室に生徒たちが集まり賑やかになる。保健室のあまりの繁盛ぶりに、10分間の休み時間にどれだけの生徒が来室するのか、「休み時間の保健室来室状況調査」を1週間行ってみた。少ないときで6人、多いときで何と42人、平均すると38人もの生徒が、休み時間の10分間に狭い保健室に来室していた。

生徒たちを笑顔で迎えながら、彼らの様子を眺めていると、実に様々な理由で来室していることがわかる。休み時間のチャイムが鳴ると同時に、「先生～！身長計らせてください」と、太い声の2年男子が5～6人で、ドドッと競い合いながら身長計を囲む。一方では、3年女子の常連さんが2～3人で、「は～い、先生、お元気～！」とハイトーンの軽いノリでやってきて、ソファーに腰をおろして楽しそうにしゃべっている。また、振り向くと、かわいく映るらしい「保健室の鏡」の前で、髪の毛をいじっている生徒たちといろいろである。そして、チャイムが鳴ると、慌てて教室へ戻って行く。嵐のような賑やかさが去り、ホッとて出入口を見ると、1年男子が、1人で、入口

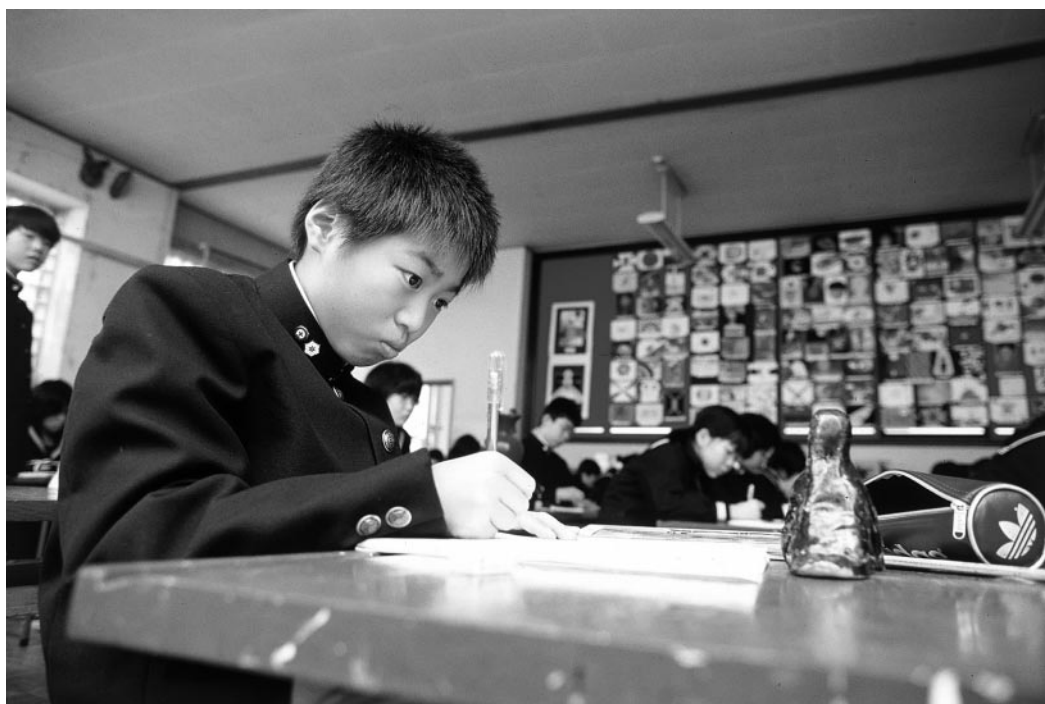
のソファーにポツリと腰掛けている等々。10分間の休み時間の保健室は本当に賑やかで、様々な機能を果たしている。

さらに観察していくと、思春期の中学生の「友人関係」の一端を知ることができる。女子はグループの中で友人関係のトラブルが生じた場合、そのグループの保健室への来室はバツリと途絶える。養護教諭が「どうしたのだろうか」と気になり始めたころ、メンバーの1人が、そっと放課後、目を潤ませながら保健室を訪れる。女子の場合、仲間割れを起こすのは、3人グループに多く、1年の2学期ごろからグループ割れが多くみられる。思春期の心の変化は、「友だちとのかかわり」を通してあらわれるため、保健室来室時の彼らの友人関係をかなり注意してみるようにしている。

保健室は、思春期の中学生にとって「心の調整の場」であり、悩んでいるとき、安心して「心の叫び」を出す場所として必要とされている。そして、養護教諭には、思春期の彼らの「悩みのサイン」に気づく鋭い感性が必要とされる。

(東京都狛江市立狛江第四中学校養護教諭)

## 第2章 中学生が抱く悩み



この章では、中学生の悩みとその解決に焦点を当て分析を試みた。公立中学生にとって、高校受験は人生の通過点にすぎず、学校生活、特に部活動における先輩・後輩の関係も以前のように厳しくないと聞く。学校では、友だちもいる、部活動もある、得意な教科もある。休み時間や放課後は、友だちとおしゃべりしたりカラオケにも行く。特に充実して

いるわけではないが、何となく学校生活が一日一日と過ぎていく。しかし、「キレる・ムカつく」という言葉に感じるイライラや慢性的なストレスは、中学生の心の安定感を損ねている。そんな中学生の悩みはどのようなものなのだろうか、実態を追ってみた。さらに、友だちやストレスとの関係から悩みとその解消方法を探った。

### 1. 友だちや家族から言われること DDD

最近の中・高校生は、友だちのちょっとした言葉や教師の注意に「あぁ～、傷ついた。立ち直れない」と大騒ぎをする。その言葉で相手がさらに「傷ついた」と叫ぶことがよくある。そこでまず、日頃、中学生が言われたら気にするような項目をあげ、友だちや家族からどのくらい言われているか尋ねてみた。

表2-1によると、「成績が下がったね」と言われることが最も多く、「いつも言われる」7.5%、「かなり言われる」の12.5%に「ときどき言われる」(30.7%)を合わせると、5割の生徒がよく言われていると感じている。次いで「いつも+かなり+ときどき言われる」数値の高い項目は、「字がきたないね」が37.0%と、学業に関することが上位となる。

「ニキビが増えたね」「最近、太った？」と身体的なことを言われる割合も3割程度ある。性別では、「字がきたないね」と言われるのは男子に多く、学年別では「成績が下がったね」「ニキビが増えたね」「最近、太った？」「この頃、女らしく/男らしくなったね」と言われるのは2年生に目立ち、この時期の成長発達の特徴がよく表れている(表2-2)

表2-3、4は、学校の楽しさと自分が好

きか(自己肯定感)との関係である。学校が「あまり+ぜんぜん楽しくない」生徒には、「成績が下がったね」「字がきたないね」「最近、太った？」「その服、ヘン」など、成績や容姿に自信を喪失するような言葉が多く投げかけられている。また、自分が好きか(自己肯定感)との関係をみると、自分のことを「ぜんぜん好きではない」否定的自己イメージを持つ生徒に、「成績が下がったね」「字がきたないね」「ニキビが増えたね」「最近、

表2-1 友だちや家族から言われること

	いつも言われる	かなり言われる	ときどき言われる	あまり言われない	ぜんぜん言われない
1. 成績が下がったね	7.5	12.5	30.7	27.6	21.7
	50.7				
2. 字がきたないね	8.6	8.9	19.5	25.7	37.3
	37.0				
3. ニキビが増えたね	2.7	5.1	21.1	22.0	49.0
	28.9				
4. 最近、太った?	3.5	5.1	18.1	23.5	49.8
	26.7				
5. この頃、女らしく/ 男らしくなったね	1.8	3.7	18.4	27.7	48.4
	23.9				
6. その服、ヘン	1.5	3.0	13.0	31.5	51.0
	17.5				

表2-2 友だちや家族から言われること × 性・学年

	男子	女子	1年	2年	3年
1. 成績が下がったね	49.9	51.5	35.2	(61.0)	56.0
2. 字がきたないね	47.2 >	25.0	39.3	36.1	35.4
3. ニキビが増えたね	27.3	30.9	23.3	(32.1)	31.5
4. 最近、太った?	18.3 <	36.7	18.3	(36.7)	26.7
5. この頃、女らしく/ 男らしくなったね	22.9	25.1	23.9	(26.8)	20.8
6. その服、ヘン	16.0	19.1	17.4	17.0	18.2

「いつも」+「かなり」+「ときどき」言われる割合 <10%以上の差  
○は最大値(学年の「最大値 最小値」が5%以上)

太った?」「その服、ヘン」などの言葉が多いことが認められる。一方、「この頃、女らしく/男らしくなったね」とよく言われる生徒は、自己肯定感の高い生徒に多い。この結果をまとめると、

学校の楽しさ	とても楽しい	ぜんぜん楽しくない
成績が下がったね	49.1%	< 56.6%
字がきたないね	35.4%	46.0%
ニキビが増えたね	29.9%	31.2%
最近、太った?	25.4%	24.6%
この頃、女らしく/ 男らしくなったね	25.7%	24.6%

自分が好きか	とても好き	ぜんぜん好きではない
成績が下がったね	41.6%	59.6%
字がきたないね	35.6%	< 41.6%
ニキビが増えたね	26.0%	< 34.6%
最近、太った?	22.4%	38.0%
この頃、女らしく/ 男らしくなったね	32.6%	21.5%
その服、ヘン	18.8%	< 25.7%

「いつも+かなり+ときどき」言われる割合  
< 5% 10%以上の差

表2 - 3 友だちや家族から言われること × 学校に行く楽しさ

(%)

	とても楽しい	わりと楽しい	少し楽しい	あまり楽しくない	ぜんぜん楽しくない
1. 成績が下がったね	49.1	48.3	53.5	(56.8)	56.6
2. 字がきたないね	35.4	37.0	38.4	32.3	(46.0)
3. ニキビが増えたね	29.9	(37.9)	26.1	35.1	31.2
4. 最近、太った?	25.4	25.5	27.7	(33.7)	24.6
5. この頃、女らしく/ 男らしくなったね	(25.7)	22.5	24.5	23.2	24.6
6. その服、ヘン	13.9	18.8	15.4	23.3	(24.2)

「いつも」+「かなり」+「ときどき」言われる割合  
○は最大値

表2 - 4 友だちや家族から言われること × 自分が好きか

(%)

	とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
1. 成績が下がったね	41.6	45.4	51.1	55.2	(59.6)
2. 字がきたないね	35.6	38.9	35.5	35.3	(41.6)
3. ニキビが増えたね	26.0	25.6	29.4	30.3	(34.6)
4. 最近、太った?	22.4	19.1	21.6	34.6	(38.0)
5. この頃、女らしく/ 男らしくなったね	(32.6)	26.9	22.1	21.2	21.5
6. その服、ヘン	18.8	13.4	13.9	20.7	(25.7)

「いつも」+「かなり」+「ときどき」言われる割合  
○は最大値



まわりの人々からの成績や容姿について否定的な評価は、自己肯定感や学校の楽しさにマイナスの要因となり、逆に「女らしく/男

らしくなった」と順調な成長を認める発言は、自尊感情を高め、そのことが学校生活の充実につながっているようだ。

## 2 . 中学生が悩むとき D D D

では、中学生はどんなことで悩んでいるのだろうか。表2 - 5で、最近1年間で悩んだことを尋ねてみた。表には、友だち関係、先生・親との関係、学業成績や将来の進路、性格や容姿・外見の悩みをおおまかにまとめた。「かなり+わりと悩んだ」数値でみていくと、「学業成績」が39.2%と最も多く、次いで「高校受験」「将来の進路」「身長や体重」

が3割を超える。友だち関係は1～2割、親・先生との関係は1割未満で、やはり成績や高校入試が大きな比重を占めている。そして「顔など、自分の外見」(29.0%)も「身長や体重」に次いで高い数値になっており、心身の発達の悩みや他者からどのように評価されるか気にしている様子がうかがえる。

表2 - 5 最近1年間で悩んだこと

	かなり悩んだ	わりと悩んだ	少し悩んだ	あまり悩まなかった	ぜんぜん悩まなかった
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	8.4	12.5	23.1	28.4	27.7
	20.9				
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	5.3	7.0	17.3	31.6	38.6
	12.3				
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	10.9	13.2	22.3	25.3	28.3
	24.1				
4. 先生との関係で	4.3	5.0	14.9	32.2	43.7
	9.3				
5. 親との関係で	4.6	5.0	12.0	27.4	51.0
	9.6				
6. 学業成績について	19.0	20.2	26.8	16.0	18.1
	39.2				
7. 高校受験について	17.0	17.0	23.6	15.7	26.8
	34.0				
8. 将来の進路について	18.4	16.7	25.0	16.8	23.1
	35.1				
9. 自分の性格について	13.6	14.2	24.0	23.9	24.2
	27.8				
10. 身長や体重について	17.2	16.3	21.5	18.7	26.3
	33.5				
11. 顔など、自分の外見について	14.9	14.1	20.0	23.9	27.1
	29.0				

では、この悩みを属性別にみてみよう。表2-6では性別・学年別を示した。女子の方が悩みの経験を多く持っている。「親しい友だちはどうやったらできるか」の項目をみると、女子31.6%と比べ男子は17.6%と差が開いている。さらに「自分の性格」(男子20.5

% < 女子36.6%) は16.1ポイント、「身長や体重」(男子23.9% < 女子44.8%) は20.9ポイント、「顔など、自分の外見」(16.6% < 43.8%) は27.2ポイントの差がみられ、女子が性格や容姿を気にして悩んでいる様子がうかがえる。

表2-6 最近1年間で悩んだこと × 性・学年

			(%)		
	男子	女子	1年	2年	3年
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	15.3	< 27.5	20.3	22.7	19.3
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	11.2	13.5	8.8	12.2	15.9
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	17.6	< 31.6	28.3	23.2	20.6
4. 先生との関係で	8.0	10.7	10.2	8.9	8.6
5. 親との関係で	7.9	11.7	7.5	10.3	11.0
6. 学業成績について	38.7	39.6	31.5	38.3	48.2
7. 高校受験について	35.7	31.6	20.0	30.3	52.5
8. 将来の進路について	38.2	31.5	26.5	32.5	47.1
9. 自分の性格について	20.5	< 36.6	28.8	26.5	28.1
10. 身長や体重について	23.9	44.8	33.3	33.3	33.9
11. 顔など、自分の外見について	16.6	43.8	26.0	29.4	31.8

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
<10% 20%以上の差

## 生徒がこの1年で悩んだこと

亀澤 信一

表2-6によると、多くの生徒たちがこの1年間に悩んだこととして、以下①②の2つが目につく。

### ①「学業成績」や「将来の進路」「高校受験」などの成績や進路に関する悩み

実際に現場で生徒たちと接していると、成績や進路に関することはいろいろな場面で話題となる。特に保護者も含めた面談(家庭訪問や三者面談)では、話題の中心となることが多い。

データをみると、「将来の進路」や「高校受験」については女子よりも男子の方が悩んだ割合が高い(すべての項目の中で、男子の方の割合が高いのはこの2項目だけである)。また、「学業成績」も含めて、当然のことながら学年が上がるにつれ「悩んだ」割合が高くなっている。受験状況が緩和されたとはいえ、中学生にとって、進路や学業成績は、いつも頭から離れない問題だといえよう。小学校と比べて中学校では絶対評価を行っていることもあり、テストの点数や全体の平均点、評価など、友だちと自分を比較せざるを得ない場が多い。特に東京など、3年次の内申が高校受験に結びつくところでは、進路や学業成績について悩まざるを得ない。

最近では、保護者も我が子の成績には過敏ともいえる反応を示す。「うちの子の評定が納得できない」など説明を求めてきたり、実技を伴う教科では「うちの子はもっと才能があるはずだから、こんな成績のはずがない」など、クレームを

つけてくることも多い。絶対評価される社会で生きている中学生にとって、自分の進路や成績は悩みの種であるが、こうした親のスタンスが、さらに子どもにプレッシャーをかけているのではないだろうか。いずれにしても、生徒と保護者にとって、中学卒業後の進路(高校受験)は最大の関心事で、いい高校に入るためには常に内申を気にしている。勉強ができるようになるため、自分の学力を伸ばすため、というよりいい内申を取るためにテストの点数にこだわっているように思われる。

来年度から、中学校に絶対評価が導入されることになっている。しかし、高校入試のあり方が変わらない限り、生徒たちにとって成績や進路についての悩みは簡単には解消されないであろう。

### ②「身長や体重」「顔など、自分の外見」「自分の性格」など自分の身体や性格に関する悩み

ふだん生徒たちと接していると、こうした自分の身体や性格について悩んでいる、ということが表面化することはあまりなく、教師からみて捉えにくい悩みである。

データをみると、いずれも男子より女子の方が圧倒的に悩んでいる割合が高いが、中でも「身長や体重」「顔など、自分の外見」について悩んでいる女子が4割を超えているのには驚かされる。また、「親しい友だちはどうやったらできるか」「みんなから好かれるのにはどうしたら

いしか」と悩んだ割合も女子に多く、身体や性格に関する悩みは、こうした周囲の人（特に友だち）の目を意識することから生じているのではないだろうか。

実際に現場にいてこうしたことに気づかされるのは、年に1回行われる身体測定するときである。特に女子は自分の体重などを知られたくないらしく、記録用紙の体重や身長欄を折り曲げている光景をよく目にする。数年前からは、私の勤務する学校では個人のプライバシーの観点、生徒の心情を考えて、記録の記入は全て各自で行わせることとなった（それまでは、係の生徒か教師が行っていたのである）。ある程度予期されることではあるが、やはりデータを若干ごまかして記入している生徒もいるようである。そ

れだけ生徒にとって身体データは重要な問題なのであろう。

中学生はちょうど思春期のまっただ中で、身体だけでなく精神的にも大きく成長する時期である。そしてこうした成長は、個人により大きく差が開く時期でもある。おとなになるにつれ視野が広がり、客観的に物事も見つめられるようになる。おのずとまわりを見る目は厳しくなり、自分自身に対しても客観的に見つめ、どうありたいかを模索するようになる。その中で、自分の身体や性格についての欠点を気にして悩んでいる生徒は、私たちおとなが考える以上に多いということであらう。

（東京都稲城市立稲城第五中学校教諭）

表2 - 7は、部活動の参加状況との関係である。全体の印象では、運動部の生徒は悩みが少なく、文化部で熱心に活動している生徒が様々な悩みを経験している。表には「最大値 - 最小値」が5%以上差のある最大値に○印がつけてある。「異性から好かれるのにはどうしたらいいか」は運動部で活動が不熱心な生徒、「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」「親との関係」「学業成績」「自

分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」に悩むのは文化部で熱心に活動している生徒、「高校受験」「将来の進路」は退部または部活動に加入したことがない生徒に悩みを抱えている割合が高い。逆に、運動部で熱心に活動している生徒は「親との関係」「高校受験」「将来の進路」「身長や体重」「顔など、自分の外見」について悩みの経験は最も低い数値となっている。

表2 - 7 最近1年間で悩んだこと × 部活動の参加

(%)

	運動部で熱心に活動	運動部だが熱心に活動していない	文化部で熱心に活動	文化部だが熱心に活動していない	退部 + 入部していない
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	19.1	24.7	○26.3	18.6	20.4
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	12.7	○15.2	10.0	10.2	12.5
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	22.4	24.8	○29.8	17.8	25.9
4. 先生との関係で	8.2	11.7	9.9	10.2	9.7
5. 親との関係で	8.4	12.1	○14.3	8.5	8.8
6. 学業成績について	37.6	37.4	○44.0	39.0	41.4
7. 高校受験について	31.1	32.9	37.9	39.0	○39.6
8. 将来の進路について	33.4	34.1	37.4	38.1	○40.0
9. 自分の性格について	26.1	30.0	○36.6	25.9	25.7
10. 身長や体重について	30.6	34.7	○41.5	33.9	35.0
11. 顔など、自分の外見について	25.9	29.6	○40.5	28.0	30.6

○「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
 ○は最大値    — は最小値(差が5%以上)

次に、表2 - 8により成績との関係をもておこ。成績下位者(中の下+下の方)に「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」「親との関係」「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」など、学業成績から将来像、性

格、容姿まで様々な悩みを抱えている生徒が多いことがわかる。

では、自己肯定感との関係を表2 - 9からみてみよう。自分のことが「ぜんぜん好きではない」すなわち否定的自己イメージを持つ生徒は、「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったら

表2 - 8 最近1年間で悩んだこと × 成績

	(%)				
	上の方	中の上	中くらい	中の下	下の方
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	17.8	21.0	18.1	20.2	26.6
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	14.7	11.4	11.2	12.6	14.9
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	17.9	23.9	23.5	25.4	25.7
4. 先生との関係で	8.6	8.3	8.5	9.9	10.9
5. 親との関係で	7.2	10.2	6.7	11.6	13.0
6. 学業成績について	26.4	35.3	36.5	45.1	47.0
7. 高校受験について	35.3	29.7	31.4	38.6	37.3
8. 将来の進路について	33.6	36.4	30.8	37.1	40.9
9. 自分の性格について	26.4	28.7	31.1	34.8	43.0
10. 身長や体重について	23.6	28.7	23.9	30.4	33.5
11. 顔など、自分の外見について	22.9	25.6	25.2	30.0	41.2

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
 ○は最大値 〻は最小値(差が5%以上)  
 ■は30%以上

できるか」「親との関係」「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」などに悩んでいる割合が高く、成績下位者と同様な傾向がみられる。特に、「とても好き」と答えた自己肯定感の高い生徒との差が顕著で、自己肯定感の高い生徒は悩みの経験も少なく心の安

定を感じる。中でも「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」など性格や容姿などについて、否定的自己イメージの生徒と比較するとその差は20～40ポイントもの差がみられ、自分の性格や容姿をどのように受け入れるかは中学生の心身の成長に大きな影響をもたらすものと感じる。

表2 - 9 最近1年間で悩んだこと × 自分が好きか

(%)

	とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	<u>13.6</u>	18.2	16.1	23.9	(38.5)
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	13.2	13.8	10.2	11.9	16.5
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	<u>19.3</u>	23.4	19.4	27.4	(35.5)
4. 先生との関係で	7.4	9.2	8.0	10.5	11.2
5. 親との関係で	<u>6.4</u>	8.1	7.9	10.4	(19.4)
6. 学業成績について	<u>30.2</u>	36.4	32.8	46.4	(47.4)
7. 高校受験について	30.7	<u>29.2</u>	29.8	40.1	(41.6)
8. 将来の進路について	34.2	<u>31.5</u>	32.7	38.0	(42.6)
9. 自分の性格について	20.1	20.2	<u>19.4</u>	34.6	(57.6)
10. 身長や体重について	<u>26.1</u>	26.8	29.1	40.3	(49.1)
11. 顔など、自分の外見について	<u>13.7</u>	18.4	21.3	40.7	(57.0)

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
○は最大値 〓は最小値(差が10%以上)



もう少し、悩みとの関係を探ってみよう。表2 - 10は、日頃の生活態度や意識、行動と悩みとの関係である。表は、「誰からも好かれない」「人から注目されたい」「友だちを怒らせるくらいなら、自分ががまんする」「友だちとは絶対けんかをしたくない」ことを「とてもそう思う」と肯定した生徒と「この1年間で悩んだこと」とをクロス集計し「かなり+わりと悩んだ」割合を示した。「誰から

も好かれない」と思う生徒は「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「身長や体重」「顔など、自分の外見」を悩み、「人から注目されたい」生徒は「異性から好かれるのにはどうしたらいいか」「高校受験」「将来の進路」を悩み、「友だちを怒らせるくらいなら、自分ががまんする」生徒は「自分の性格」を悩む割合が高い。( )内の全体値と比較すると、日頃このような生活態度や意識を持つ

表2 - 10 最近1年間で悩んだこと × 友だちとのつきあい方（意識や行動）

(%)

	「とてもそう思う」			
	誰からも好かれない	人から注目されたい	友だちを怒らせるくらいなら、自分ががまんする	友だちとは絶対けんかをしたくない
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか (20.9)	34.6	33.2	33.9	27.3
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか (12.3)	22.4	30.4	19.4	17.9
3. 親しい友だちはどうやってできるか (24.1)	35.2	32.3	31.7	30.8
4. 先生との関係で (9.3)	12.5	12.3	14.9	13.5
5. 親との関係で (9.6)	12.9	15.8	14.8	12.5
6. 学業成績について (39.2)	47.0	46.8	46.9	46.0
7. 高校受験について (34.0)	39.8	45.3	39.8	41.8
8. 将来の進路について (35.1)	42.0	49.3	41.1	42.9
9. 自分の性格について (27.8)	36.8	34.1	40.4	35.2
10. 身長や体重について (33.5)	46.2	42.9	41.6	40.5
11. 顔など、自分の外見について (29.0)	42.2	41.7	36.9	35.3

「かなり」+「わりと」悩んだ割合 ( )内は全体値

生徒は、全ての悩みの項目での数値が全体値を大きく上回っており、人から認められ、友だちと仲良くつきあっていくためには悩みも多く難しさを感じている。

次に、将来につきたい仕事や夢を明確に持っていることや進路希望の見通しがきちんと立っていることと悩みの経験にはどのような関係があるのだろうか。表2 - 11で、将来につきたい仕事や夢を明確に持っているかの結

果を示した。将来つきたい仕事や夢が「あるし、そのために努力している」生徒は、「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」で悩みを抱えている割合が高く、将来つきたい仕事や夢が「ない」生徒と比べると10ポイント以上の差がみられる。

進路希望では「難しい4年制大学」を希望している生徒に「学業成績」「高校受験」「将来の進路」を悩む割合が高く、進路が「未定」

表2 - 11 最近1年間で悩んだこと × 将来つきたい仕事やかなえたい夢

(%)

	ない	ないが探している	あるし、そのために努力している	あるが、努力はしていない
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	15.0	18.1	23.4	22.1
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	<u>5.0</u>	9.4	14.0	(15.2)
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	<u>11.1</u>	22.0	26.7	(27.4)
4. 先生との関係で	8.5	7.6	11.0	8.1
5. 親との関係で	4.5	7.2	11.1	11.5
6. 学業成績について	<u>26.6</u>	36.2	(43.6)	40.4
7. 高校受験について	<u>23.2</u>	34.2	(36.5)	33.8
8. 将来の進路について	<u>20.5</u>	32.6	(41.6)	32.7
9. 自分の性格について	<u>19.1</u>	26.3	(31.1)	27.9
10. 身長や体重について	27.0	30.0	36.8	34.9
11. 顔など、自分の外見について	22.0	28.9	31.1	29.5

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
 ○は最大値    ◯は最小値(差が10%以上)

の生徒は悩みの経験が少ない(表2 - 12)。将来像や職業の社会的達成期待、その実現のために難関大学を目指して学業に努力することは「学業成績」「高校受験」「将来の進路」での悩みを増加させるが、真剣に将来を模索するゆえの悩みといえるのではないだろうか。

次に表2 - 13は、友だちの人数との関連を示した。友だちの人数の分類は以下の項目のスケールを点数化して加算し3分した。

あなたは、次のような友だちがいますか。

(調査票⑤)

1. 休み時間、話をする友だち
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち

3. 困ったとき、相談にのってくれる友だち
4. 休みの日に、一緒に遊びに行く友だち
5. 勉強やスポーツでライバルの友だち
6. 一生つきあえそうな友だち

いない = 1点

1人いる = 2点

2、3人いる = 3点

4、5人いる = 4点

それ以上いる = 5点

6 ~ 18点 (29.7%) ... 友だちの少ない群

19 ~ 25点 (38.5%) ... 中程度群

26 ~ 30点 (31.9%) ... 友だちの多い群

表2 - 13によれば、当然といえば当然であ

表2 - 12 最近1年間で悩んだこと × 進路希望

(%)

	高校まで	短大・ 専門学校	普通の 4年制大学	難しい 4年制大学	未定
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	19.6	(28.9)	18.1	20.5	19.6
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	12.9	15.6	14.6	13.5	7.7
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	22.1	(33.7)	22.3	25.8	18.9
4. 先生との関係で	9.2	10.1	9.9	13.5	7.5
5. 親との関係で	9.2	12.2	9.6	10.3	7.1
6. 学業成績について	40.2	41.1	43.0	(44.2)	33.8
7. 高校受験について	36.1	36.3	39.8	(44.5)	25.2
8. 将来の進路について	34.8	36.6	39.7	(43.9)	29.1
9. 自分の性格について	29.0	32.6	24.5	32.1	23.9
10. 身長や体重について	35.9	(39.0)	32.9	32.9	27.5
11. 顔など、自分の外見について	30.3	(36.8)	31.2	27.6	23.2

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
○は最大値 □は最小値(差が10%以上)

るが、「友だちの少ない群」では「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」「親しい友だちはどうやったらできるか」で悩んでいる様子がわかる。

それでは現在の体調との関係はどうだろうか。体調の分類も友だちの人数の分類と同様に、各項目のスケールを点数化し加算し3分した。

あなたの現在の体調について教えてください。(調査票②)

1. お腹が痛くなる
2. 胃が痛くなる

3. 肩がこる
4. 夜眠れない
5. 朝食欲がない
6. 頭がボーっとしている
7. 気力がない
8. 貧血気味である

よくある = 1点

わりとある = 2点

あまりない = 3点

ぜんぜんない = 4点

8 ~ 21点 (31.9%) ... 体調の悪い群

22 ~ 27点 (38.0%) ... 普通群

28 ~ 32点 (30.1%) ... 体調のよい群

表2 - 13 最近1年間で悩んだこと × 友だちの人数

(%)

	友だちの少ない群	中程度群	友だちの多い群
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか*	(27.2)	20.9	16.2
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	12.5	13.7	11.4
3. 親しい友だちはどうやったらできるか*	(31.4)	23.9	17.9
4. 先生との関係で**	10.9	8.4	9.3
5. 親との関係で**	11.0	8.8	9.3
6. 学業成績について	37.4	41.0	39.0
7. 高校受験について	35.9	34.4	33.7
8. 将来の進路について	36.8	34.9	34.7
9. 自分の性格について*	(35.4)	27.1	23.3
10. 身長や体重について*	38.0	32.8	31.6
11. 顔など、自分の外見について*	31.9	31.1	26.0

「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
 ○は最大値    ◻は最小値(差が10%以上)  
 \*P<0.001    \*\*P<0.05

表2 - 14によれば、体調の悪い群は全ての項目で「かなり+わりと悩んだ」と答えた割合が高い。特に、「学業成績」「高校受験」「将来の進路」「自分の性格」「身長や体重」「顔など、自分の外見」の悩みは4割を超え、ほぼ2人に1人が悩んでいる様子が見えてくる。そして体調のよい群と比較すると、「親しい友だちはどうやったらできるか」(体調の悪い群34.5% > よい群14.2%)で20.3ポイ

ント、「自分の性格」(悪い群42.4% > よい群15.0%)で27.4ポイント、「顔など、自分の外見」(悪い群44.0% > よい群17.4%)で26.6ポイントと大きな開きがみられる。今回調査した体調に関する項目はストレスとの関連が高い項目であり、中学生の悩みがストレスを高め、そのことが体調を一層崩しているように感じる。

表2 - 14 最近1年間で悩んだこと × 体調

	体調の悪い群 (A)	普通群	体調のよい群 (B)	差 (A)-(B)
1. みんなから好かれるのにはどうしたらいいか	31.4	17.9	13.1	18.3
2. 異性から好かれるのにはどうしたらいいか	17.0	11.7	7.0	10.0
3. 親しい友だちはどうやったらできるか	34.5	22.8	14.2	20.3
4. 先生との関係で	14.9	8.8	4.0	10.9
5. 親との関係で	17.0	7.4	4.7	12.3
6. 学業成績について	47.5	40.2	30.0	17.5
7. 高校受験について	42.2	34.8	25.0	17.2
8. 将来の進路について	42.4	35.4	27.8	14.6
9. 自分の性格について	42.4	25.7	15.0	27.4
10. 身長や体重について	42.3	33.3	24.7	17.6
11. 顔など、自分の外見について	44.0	25.8	17.4	26.6

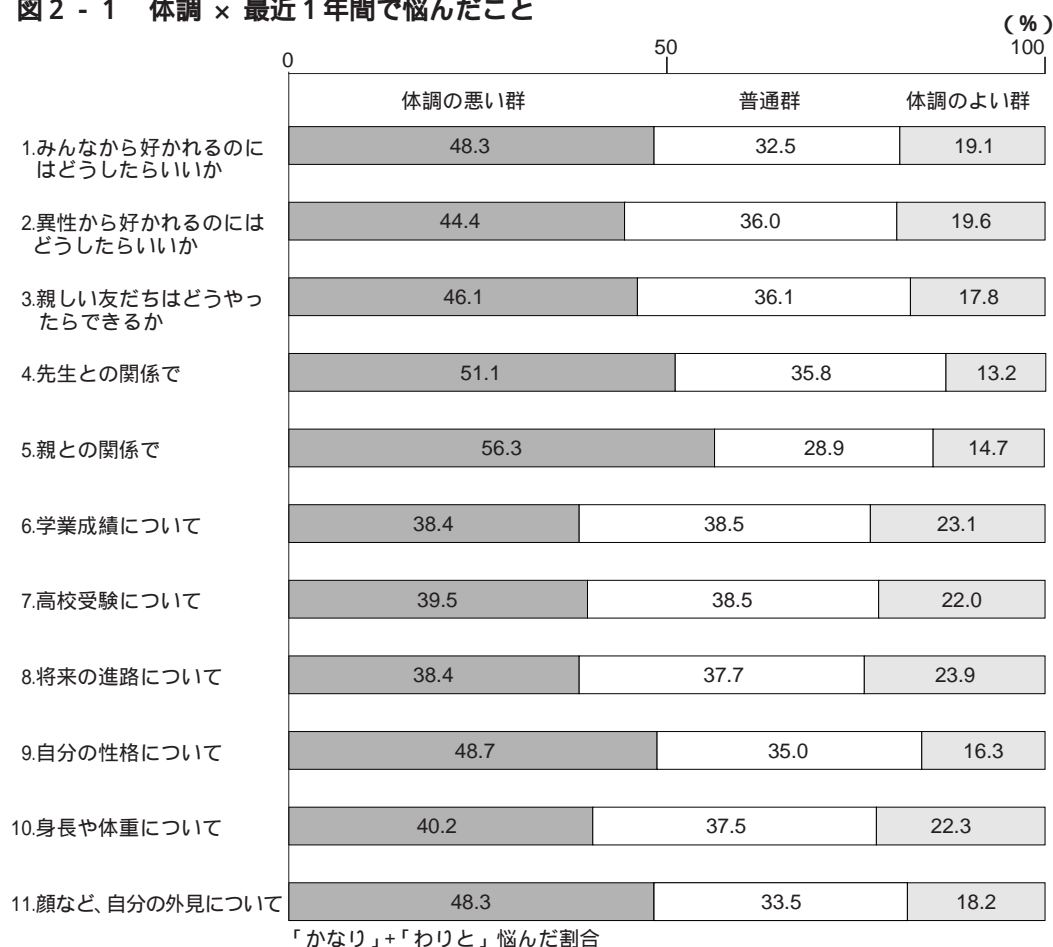
「かなり」+「わりと」悩んだ割合  
 ○は最大値 〓は最小値(差が10%以上)  
 P < 0.001

図2 - 1は、悩みの各項目別に体調の悪い群、普通群、よい群の分布を示した。「先生との関係」「親との関係」で体調の悪い群は5割を超え、友だち関係や性格、容姿など以上に深刻な様子が感じられ、親や教師の中学生への対応を考えさせる結果である。

悩みを持つ生徒の属性、意識や行動、友だちの人数、体調などとの関連をみてきた。ここで中学生の悩みや不安を簡単にまとめる

と、以下ようになる。中学生の悩みには、性別、学年、自己肯定感や成績などの自己評価、友だち関係、体調の悪さ（ストレス）などが強く影響を与えている。そして「学業成績」「高校受験」「将来の進路」の悩みは、中学生の多くに共通する悩みである。特に3年生になるとその悩みは増大するが、高校受験や高校選択を通して将来を模索し、職業観を形成する時期となれば当然だろう。それゆ

図2 - 1 体調 × 最近1年間で悩んだこと



え成績下位者や否定的自己イメージを持つ生徒はもちろん、将来つきたい仕事や夢を持つ生徒や難しい4年制大学に進学しようとする生徒にもこうした悩みは多い。悩むことで将来の仕事や夢を実現させていく基盤を作るものと考えれば、むしろ学業や受験・進路の悩みは、中学生の心身の発達に必要な悩みとなる一定層の存在が認められる。一方、性格や体重や身長、顔などの外見、容姿についての悩みは、性別では女子に、学年では2年生に多く、成績や自己肯定感とも深く関連してお

り、身体的発達への戸惑いの中でかなり重い悩みと推測できる。そして、体調のよさも悩みと大いに関連があり、体調の悪い群は様々な悩みを多く抱えている。特に「親との関係」「先生との関係」と体調の悪さとの関連が強く、このような悩みがストレスとなって体調を崩すものと推測できる。悩みは生徒の属性、自己肯定感、将来像、生活態度や意識、友だちの人数、体調などにより、その程度も種類にも差が大きいことが明らかになった。



### 3 . 悩みへの対処と解決 D D D

次に、中学生が不安を感じたり悩みを持ったとき、どのように対処しているのか、その解決方法を探ってみよう。表2 - 15は、不安や悩みがあるとき、どのような行動をとるか尋ねた結果である。「友だちとくだらない話をする」と答えた割合は、「いつもそうなる」20.3%、「かなりそうなる」の25.2%を合わせると45.5%とほぼ半数に達する。そして「物に当たりたくなる」が「いつも+かな

りそうなる」割合は42.2%、「親に反抗的になる」「友だちに相談する」が4割に迫る割合で、友だち、親が悩みの解決方法として重要な役割を負っていることがわかる。さらに、「死にたい気分になる」が「カラオケに行く」とほぼ同じ数値であり、「過食にはしる」が「いつも+かなりそうなる」7.9%は、数値としては低いが行動内容では気になる結果である。

表2 - 15 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか

(%)

	いつも そうなる	かなり そうなる	あまり そうならない	ぜんぜん そうならない
1. 友だちとくだらない話をする	20.3	25.2	29.7	24.8
	45.5			
2. 物に当たりたくなる	14.2	28.0	29.2	28.5
	42.2			
3. 親に反抗的になる	13.4	26.3	33.2	27.1
	39.7			
4. 友だちに相談する	11.9	24.0	33.0	31.1
	35.9			
5. 無気力になる	11.0	17.6	33.5	37.8
	28.6			
6. 学校に行きたくなくなる	10.1	16.6	29.7	43.7
	26.7			
7. 眠れなくなる	5.8	14.9	37.8	41.5
	20.7			
8. 思いっきり泣く	6.0	9.9	23.3	60.8
	15.9			
9. カラオケに行く	5.1	10.1	21.9	62.9
	15.2			
10. 食欲が落ちる	3.5	10.8	37.4	48.3
	14.3			
11. 死にたい気分になる	6.2	8.1	21.1	64.6
	14.3			
12. 友だちに当たりたくなる	2.6	8.2	34.6	54.6
	10.8			
13. 過食にはしる	2.3	5.6	31.6	60.5
	7.9			

表2 - 16は、性別・学年別を示した。女子は男子に比較し、「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「友だちに相談する」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「思っきり泣く」「カラオケに行く」「死にたい気分になる」項目で数値が高い。不安や悩みがあるときの行動のベスト3をあげると、男子は「友だちとくだらない話をする」(41.2%)、「物に当たりたくなる」(34.1%)、「親に反抗的になる」(32.9%)、女子では「友だちに相談する」(55.6%)、「物に当たりたくなる」(51.9%)、「友だちとくだらない話をする」(50.5%)でいずれも半数を超え、

女子は悩みを持ったときの行動は活発である。特に「友だちに相談する」では、男子19.3%、女子55.6%とその差が36.3ポイントに達し、男子に比べ女子は悩みや不安があるときには友だちを頼り、物に当たったり、一人で泣いたり、無気力になったりと、その行動も多種多様である。学年別では、「友だちとくだらない話をする」「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「友だちに相談する」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」行動をとる生徒は、学年が上がるにつれ増加する傾向がみられる。

表2 - 16 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 性・学年

	(%)				
	男子	女子	1年	2年	3年
1. 友だちとくだらない話をする	41.2	50.5	42.0	43.7	51.1
2. 物に当たりたくなる	34.1	< 51.9	36.7	41.4	49.0
3. 親に反抗的になる	32.9	< 47.7	35.2	41.6	42.3
4. 友だちに相談する	19.3	55.6	33.0	34.2	40.9
5. 無気力になる	23.9	< 34.4	19.6	28.4	38.6
6. 学校に行きたくなくなる	20.5	< 34.0	21.2	28.2	30.8
7. 眠れなくなる	16.7	25.5	18.8	21.5	21.7
8. 思っきり泣く	5.0	29.0	15.9	16.2	15.5
9. カラオケに行く	7.7	< 24.1	9.7	18.9	17.0
10. 食欲が落ちる	10.0	19.3	12.9	15.6	14.5
11. 死にたい気分になる	8.9	< 20.8	10.9	16.3	15.8
12. 友だちに当たりたくなる	8.2	13.9	9.4	9.3	13.9
13. 過食にはしる	6.2	9.9	6.4	8.1	9.2

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 <10% 20%以上の差  
 ○は「3年 - 1年」が10%以上

## 不安や悩みがあるとき、どうするか

亀澤 信一

表2-16によると、不安や悩みがあるとき、「友だちとくだらない話をする」「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「友だちに相談する」生徒の割合が多くなっている。男女別では他の項目も含め、いずれも女子の方が割合が高い。中でも「友だちに相談する」女子は約56%もいて、男子よりも圧倒的に多く、「物に当たりたくなる」「思いっきり泣く」割合も女子の方が高い。学年別でみると「無気力になる」割合が学年が上がるにつれ急増している点が目につく。

不安や悩みを抱えているとき、女子は友だちを頼りにしている割合が高いわけだが、生徒をみていると、女子は少人数のグループになり、男子に比べて親密につきあっているようである。そのため、気心の知れた仲のよい友だちと、とりとめのない話をすることで、不安がまぎれるのであろう。また、親密性の高さから、友だちに真剣な悩みを相談することもしやすいのではないだろうか。学校にいると、教室や廊下など、女子どうして細かく折ったりした手紙をやりとりしている光景をよく見る。休み時間など、女子が楽しげにいろいろな話をしているが、そうした時間だけでは伝えきれないものがたくさんあるらしく、最近では帰宅してからメールをやりとりし、いろいろな相談をしている様子もうかがえる。

学年が上がるにつれ「無気力になる」

割合が高くなるのは、私たち教師にとって、いつも気になる点である。この時期の中学生は、学業成績や進路について悩むことが多いが、自分の現状に関する悩みを抱えてしまうと無気力になってしまう。自分の潜在的な能力を信じてがんばるのではなく、「どうせがんばったって成績は上がらないし...」「自分には能力がないから...」「親や先生は自分の言い分なんか聞いてくれない」など、あきらめてしまっているのだろうか。

いずれにせよ、毎日たくさんの生徒と接していると、何かしらサインを発している生徒がいる。物に当たったり、急に反抗的になったり、無気力になったり、続けて学校を休んだり、暗い表情をしていたり...。これらのサインを見逃さずに、生徒に上手にアプローチしていくと、意外な事実、悩みなどをキャッチすることもできるはずである。しかし、私たちおとなは、必ずしもこうしたサインをきちんとキャッチできていないのが現状である。最近では身体の不調を訴えて保健室に行き、養護教諭に悩みを打ち明けるケースも多い。また、スクールカウンセラーに相談する生徒も増えてきている。親や教師だけでなく多くのおとなが、たくさんの目で一人一人の生徒をしっかりとみていくと同時に、生徒をサポートしていくシステム作りの必要性を感じる。

(東京都稲城市立稲城第五中学校教諭)

表2 - 17は部活動の参加、表2 - 18は成績別に示した。文化部に参加しているが熱心に活動していない層に「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「死にたい気分になる」

行動が目を引き。成績別では成績下位者は上位者に比べ、「友だちとくだらない話をする」「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」

表2 - 17 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 部活動の参加

(%)

	運動部で熱心に活動	運動部だが熱心に活動していない	文化部で熱心に活動	文化部だが熱心に活動していない	退部+入部していない
1. 友だちとくだらない話をする	45.7	51.4	45.9	46.2	40.0
2. 物に当たりたくなる	40.5	47.5	46.4	44.1	42.3
3. 親に反抗的になる	39.3	45.7	41.1	37.0	38.4
4. 友だちに相談する	36.0	27.4	47.6	33.9	32.8
5. 無気力になる	24.8	31.8	33.1	42.9	29.5
6. 学校に行きたくなくなる	21.5	32.3	31.0	40.7	30.8
7. 眠れなくなる	18.8	25.6	22.1	20.2	23.1
8. 思いっきり泣く	13.8	14.8	25.9	16.0	12.9
9. カラオケに行く	13.6	15.7	18.2	21.0	14.2
10. 食欲が落ちる	12.2	13.9	15.6	21.8	17.2
11. 死にたい気分になる	12.1	14.4	16.8	22.7	16.0
12. 友だちに当たりたくなる	10.4	14.9	9.9	12.6	10.0
13. 過食にはしる	7.6	9.9	7.8	4.3	9.8

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○ は最大値    — は最小値(差が10%以上)

「カラオケに行く」「死にたい気分になる」行動をとる生徒が多く、差が大きい。特に、成績下位者では「学校に行きたくなくなる」が36.0%、「眠れなくなる」25.8%、「死にたい

気分になる」23.6%とかなり内的な行動をとる生徒が認められ、悩みや不安の解消には、性別、学年別、成績など生徒の属性によりその対処は様々である。

表2 - 18 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 成績

(%)

	上の方	中の上	中くらい	中の下	下の方
1. 友だちとくだらない話をする	<u>39.3</u>	41.6	45.3	45.2	(51.4)
2. 物に当たりたくなる	<u>35.7</u>	42.6	38.6	45.1	(47.2)
3. 親に反抗的になる	<u>32.9</u>	39.9	35.3	43.7	(44.8)
4. 友だちに相談する	30.7	32.2	38.3	35.8	37.5
5. 無気力になる	26.4	27.2	26.5	30.3	33.3
6. 学校に行きたくなくなる	<u>17.8</u>	17.9	24.5	31.2	(36.0)
7. 眠れなくなる	<u>15.7</u>	16.3	19.2	23.1	(25.8)
8. 思いっきり泣く	14.3	12.0	17.0	16.1	17.6
9. カラオケに行く	<u>9.3</u>	11.5	15.1	16.5	(19.4)
10. 食欲が落ちる	8.5	10.8	14.1	17.6	15.4
11. 死にたい気分になる	<u>10.7</u>	13.0	11.0	13.8	(23.6)
12. 友だちに当たりたくなる	7.9	10.5	8.8	10.7	15.3
13. 過食にはしる	8.6	8.8	7.7	7.9	8.0

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○ は最大値         は最小値(差が10%以上)

さて、もう少し具体的に悩みの経験と解消のための行動をみてみよう。表2 - 19は、表2 - 5 (P.31) で示した「最近1年間で悩んだこと」の中で「かなり+わりと悩んだ」と答えた生徒の悩みや不安があるときの行動を示した。「最大値 - 最小値」が10%以上の数値の最小値に  印、最大値に  印をつけた。また、50%以上の数値には網掛けをしてある。まず、目を引くのは「親との関係」の悩みで、「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」「思いっきり泣く」「カラオケに行く」「死にたい気分になる」などの行動をとる生徒が多いことである。「顔など、自分の外見」の悩みは「友だちに相談

する」割合が高い。

次に50%以上の数値に着目すると、「学業成績」「高校受験」の悩みは、「友だちとくだらない話をする」ことしか解消方法は見いだせないのか、それ以外の数値は低い。学業成績や高校受験を親や教師、友だちに相談してもよい解決方法はないと考えているのか、それとも高校入試も以前より楽になったので友だちとくだらない話をする程度で解決できる軽い悩みなのだろうか。友だち関係、親・先生との関係、性格、容姿などの悩みは「友だちとくだらない話をする」ことに加え、「親に反抗的になる」「友だちに相談する」「物に当たりたくなる」行動をとる傾向がみられる。

表2 - 19 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 悩みの経験（「かなり」+「わりと」悩んだ割合）

(%)

	友だちから好かれるのにはどうしたらいいか	異性から好かれるのにはどうしたらいいか	親しい友だちはどうやってたか	先生との関係で	親との関係で	学業成績について	高校受験について	将来の進路について	自分の性格について	身長や体重について	顔など、自分の外見について
1. 友だちとくだらない話をする	50.2	56.3	52.8	56.0	58.2	53.4	50.6	50.1	54.2	53.6	57.0
2. 物に当たりたくなる	57.4	58.0	53.5	58.0	64.0	49.8	49.3	51.2	59.5	54.2	62.1
3. 親に反抗的になる	54.8	58.0	50.5	59.9	69.3	47.5	46.3	46.0	53.9	48.5	55.7
4. 友だちに相談する	49.2	53.5	49.6	47.7	51.2	42.2	42.7	40.4	48.4	46.6	53.8
5. 無気力になる	43.7	40.6	38.7	47.2	52.2	36.1	35.7	35.3	43.4	35.4	43.4
6. 学校に行きたくなる	45.1	40.6	41.9	41.7	45.5	32.9	31.4	31.0	41.1	36.2	43.4
7. 眠れなくなる	35.1	32.4	34.4	31.6	37.8	25.6	24.5	25.7	35.4	29.3	31.7
8. 思いっきり泣く	31.2	30.6	29.1	27.5	36.8	21.0	19.6	19.8	30.6	25.5	29.2
9. カラオケに行く	20.0	24.2	17.3	17.1	27.9	17.9	18.9	16.3	20.1	21.0	25.6
10. 食欲が落ちる	24.1	21.1	21.5	26.4	26.9	17.8	17.9	16.6	23.3	19.8	23.7
11. 死にたい気分になる	30.2	29.4	27.4	28.0	37.5	19.9	18.3	18.1	29.7	22.2	28.0
12. 友だちに当たりたくなる	18.1	18.8	17.5	16.6	22.5	14.0	15.4	14.9	19.5	18.3	19.8
13. 過食にはしる	13.4	15.7	12.1	16.8	16.5	10.0	10.1	9.5	13.1	13.0	13.6

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○は最大値 □は最小値(差が10%以上)  
 ■は50%以上



では、悩みへの対処で最も中学生の心を支えている友だち関係についてみてみよう。ここでは友だちの人数に焦点を当ててみた。表2-20によれば、友だちの多い群は「友だちに相談する」、友だちの少ない群は「学

校に行きたくなくなる」ことが行動パターンとしてあげられ、それ以外の項目では友だちの人数はそれほどの影響を与えていない。

次に、体調（ストレス）との関係を確認してみた。表2-21により体調の悪い群と体調

表2-20 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか  
× 友だちの人数 ( % )

	友だちの少ない群	中程度の群	友だちの多い群
1. 友だちとくだらない話をする *	39.7	48.5	49.1
2. 物に当たりたくなる * *	43.6	45.0	38.6
3. 親に反抗的になる * *	38.4	42.8	38.6
4. 友だちに相談する *	<u>28.3</u>	(40.6)	40.2
5. 無気力になる *	32.5	31.1	24.3
6. 学校に行きたくなくなる *	(34.2)	27.4	<u>20.5</u>
7. 眠れなくなる *	22.4	24.2	15.7
8. 思いっきり泣く *	16.7	16.6	15.4
9. カラオケに行く *	11.0	16.0	18.7
10. 食欲が落ちる *	15.7	16.2	11.4
11. 死にたい気分になる *	20.3	14.2	10.5
12. 友だちに当たりたくなる *	14.0	10.1	9.1
13. 過食にはしる *	7.7	9.2	7.1

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○ は最大値    — は最小値(差が10%以上)  
 \* < 0.001    \*\* p < 0.05

のよい群を比較すると、体調の悪い群は悩みや不安があるとき、「友だちとくだらない話をする」から「過食にはしる」まで全ての項目で高い数値を示している。特に両群で差が顕著な行動は、「物に当たりたくなる」「親に反抗的に

なる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「眠れなくなる」で、その差は30～40ポイント近く開いている。体調の悪い群は悩みの対処に暴力的でかつ無気力的な行動が目立ち、心のコントロールができない様子うかがえる。

表2 - 21 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 体調

(%)

	体調の悪い群 (A)	普通群	体調のよい群 (B)	差 (A)-(B)
1. 友だちとくだらない話をする	56.2	44.4	36.0	20.2
2. 物に当たりたくなる	60.3	41.2	25.1	35.2
3. 親に反抗的になる	56.2	38.5	24.2	32.0
4. 友だちに相談する	45.2	38.5	24.1	21.1
5. 無気力になる	51.2	23.6	11.3	39.9
6. 学校に行きたくなくなる	46.7	20.9	11.8	34.9
7. 眠れなくなる	37.7	16.9	6.9	30.8
8. 思いっきり泣く	23.8	15.5	7.4	16.4
9. カラオケに行く	22.3	14.7	8.4	13.9
10. 食欲が落ちる	29.7	9.0	3.9	25.8
11. 死にたい気分になる	28.6	10.2	4.9	23.7
12. 友だちに当たりたくなる	18.6	8.6	5.7	12.9
13. 過食にはしる	15.1	5.0	3.9	11.2

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○は最大値 —は最小値(差が10%以上)  
 P > 0.001

表2 - 22は、自己肯定感との関係である。自分が好きでない否定的自己イメージを持つ生徒は「物に当たりたくなる」「親に反抗的になる」「無気力になる」「学校に行きたくなくなる」「死にたい気分になる」割合は4～5割にも達する。特に「死にたい気分になる」と答えた生徒は39.3%にもなり、自己肯定感を持たせる指導の大切さを痛感する。

最後に、中学生の悩みは身体的変化への戸惑いや『ムカつく・キレる』という言葉に感じる心のコントロールができないこと、受験

を通し自分の可能性が期待通りにならず自己嫌悪感に陥ってしまうこと、そこに体調の悪さや友だちや親などの人間関係、性別、部活動への参加など、様々な要因が絡み合って深刻な悩みに発展する。一方、自己肯定感の高い生徒にとっては将来像や職業観を形成する中で、悩むことはより高い目標や社会的達成意欲を高める要因にもなる。中学生が悩みながら成長発達するためには自尊感情を高め、将来に夢や希望を持たせられるよう指導のあり方を工夫する必要性を感じた。

表2 - 22 不安や悩みがあるとき、どんな行動をとるか × 自分が好きか

	(%)				
	とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
1. 友だちとくだらない話をする	47.5	45.2	43.4	46.0	50.9
2. 物に当たりたくなる	<u>31.7</u>	35.0	38.9	51.2	(54.5)
3. 親に反抗的になる	<u>32.6</u>	32.9	36.9	46.8	(51.2)
4. 友だちに相談する	33.2	34.9	32.1	41.0	41.1
5. 無気力になる	<u>20.5</u>	24.1	22.1	35.7	(45.5)
6. 学校に行きたくなくなる	<u>16.5</u>	17.1	20.3	36.6	(47.2)
7. 眠れなくなる	15.5	<u>15.3</u>	17.7	23.9	(36.4)
8. 思いっきり泣く	15.1	12.5	<u>11.9</u>	20.7	(22.9)
9. カラオケに行く	15.5	<u>9.9</u>	14.3	17.4	(22.5)
10. 食欲が落ちる	12.3	<u>10.1</u>	11.9	15.9	(27.1)
11. 死にたい気分になる	6.9	<u>6.6</u>	9.8	18.6	(39.3)
12. 友だちに当たりたくなる	9.1	<u>5.2</u>	8.2	14.7	(21.0)
13. 過食にはしる	9.6	<u>4.0</u>	8.1	7.7	(15.0)

「いつも」+「かなり」そうなる割合  
 ○は最大値 —は最小値(差が10%以上)

## 4 . 悩んでいる生徒とは D D D

最後に悩んでいる生徒とはどのような生徒なのか、悩みの有無との関連をみることにする。表2 - 23は性別でみたものである。この節で使用する悩みの尺度は調査票⑩の「みんなから好かれるのにはどうしたらいいか」など対人関係の悩み・学業成績や受験、進路についての悩み・体重や外見についての悩みの3領域について尋ねた11項目を使用し、「かなり悩んだ」を4点、「わりと悩んだ」を3点、「少し悩んだ」を2点、「あまり悩まなかった」を1点、「ぜんぜん悩まなかった」を0点とし、

11項目全てを加算したもので、0～44点までに分かれる。以下の分析で使用するため、この数値を上位25%、下位で25%となるよう3分類した。「悩みが少ない」層は0～10点、「中程度」は11～22点、「悩みが多い」層は23～44点の分布となった。男女別にみると、男子に比べ女子は悩みが多い割合が高く、男子は5人に1人という割合であるのに対し、女子は3人に1人が「悩みが多い」層に属する。

表2 - 24は学年別にみたものである。「悩みが多い」割合は、1年生では20.9%である

表2 - 23 性 × 悩み

(%)

	全体	男子	女子
少ない	25.3	33.4	15.5
中程度	48.4	47.2	49.9
多い	26.3	19.4	34.6

\* この1年間に悩んだ経験について尋ねた11項目（調査票⑩）を使用し、「かなり悩んだ」を4点・「わりと悩んだ」を3点・「少し悩んだ」を2点・「あまり悩まなかった」を1点・「ぜんぜん悩まなかった」を0点とし、11項目全てを加算。上位・下位が25%程度になるように分類した。

「悩みが少ない」層は0～10点、「中程度」は11～22点、「悩みが多い」層は23～44点である。

表2 - 24 学年 × 悩み

(%)

	1年	2年	3年
少ない	33.3	23.7	18.6
中程度	45.9	50.5	48.9
多い	20.9	25.8	32.5

のに対し3年生は32.5%と、学年が上がるにつれ悩みが増加していることがわかる。表2-25は学年別・性別でまとめたものである。悩みが多い属性を並べると、3年女子>2年女子>1年女子>3年男子>2年男子>1年男子、という順になっている。受験を意識するようになる3年生は、多くの悩みを抱えることが多い。しかし、男子の場合3年生であっても、どの学年の女子よりも悩みが少ない。

では、悩んでいる生徒とはどのような生徒なのだろうか。表2-26は学校に通うのが楽しいかどうかをまとめたものである。「とても楽しい」と「わりと楽しい」を合わせた数値

から傾向をみると、「悩みが少ない」層は69.0%が楽しいと回答しているのに対し、「中程度」は64.0%、「悩みが多い」層は60.2%と、悩みが少ない層の方が学校が楽しいと感じていることがわかる。

表2-27は自分が好きかどうかとの関連をみたものである。自分が「ぜんぜん好きではない」割合は、「悩みが少ない」層は8.0%であるのに対し、「悩みが多い」層は17.6%である。また、「あまり好きではない」と「ぜんぜん好きではない」を合わせた割合は、「悩みが少ない」層は26.4%と約4人に1人でしかない。しかし「悩みが多い」層は54.3%と

表2-25 学年 × 性 × 悩み

(%)

	1 年		2 年		3 年	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
少ない	43.2	21.9	30.7	15.6	26.7	8.1
中程度	42.1	50.2	49.9	51.2	49.3	48.2
多い	14.7	27.9	19.5	33.1	24.0	43.7

表2-26 学校に行く楽しさ × 悩み

(%)

	とても楽しい	わりと楽しい	少し楽しい	あまり楽しくない	ぜんぜん楽しくない
少ない	34.3	34.7	17.4	6.1	7.5
中程度	25.0	39.0	20.2	11.0	4.7
多い	25.7	34.5	19.1	14.0	6.8

自分が好きではないとする割合は半数を超えていることがわかる。こうしてみると、「悩みが多い」層は学校が楽しくないし、自分が好きではないと感じていることがわかる。では、具体的にどのような自己評価をしているのだろうか。

表2 - 28は自己評価との関連をみたもので、自分に「とても満足している」「わりと満足している」を合わせた数値がのせてある。表の下線部は最小値を示しているが、今回尋ねた11項目全てで、「悩みが多い」層の数値が低くなっている。また、層ごとに数値が高い項目から順に並べると次のようになる。

「悩みが少ない」層

- ① 友だちとのつきあい方 (79.3%)
- ② 性格 (64.9%)
- ③ 声 (63.1%)
- ④ 顔の大きさ (58.9%)
- ⑤ 顔立ち・ウエストのサイズ (55.2%)

「悩みが多い」層

- ① 友だちとのつきあい方 (48.2%)
- ② 身長 (37.8%)
- ③ 声 (37.0%)
- ④ 足の長さ (31.6%)
- ⑤ 性格 (29.8%)

表2 - 27 自分が好きか × 悩み

(%)

	とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
少ない	17.4	25.2	31.0	18.4	8.0
中程度	9.2	20.2	32.3	30.6	7.8
多い	6.4	16.7	22.5	36.7	17.6

表2 - 28 自己評価 × 悩み

(%)

	友だちとのつきあい方	性格	声	顔の大きさ	ウエストのサイズ	顔立ち	運動能力	足の長さ	体重	身長	成績
少ない	79.3	64.9	63.1	58.9	55.2	55.2	52.8	52.7	51.9	51.8	43.0
中程度	67.7	51.2	47.9	39.6	40.6	32.7	40.7	37.7	34.7	45.6	28.9
多い	<u>48.2</u>	<u>29.8</u>	<u>37.0</u>	<u>25.9</u>	<u>24.1</u>	<u>21.8</u>	<u>29.7</u>	<u>31.6</u>	<u>22.1</u>	<u>37.8</u>	<u>17.8</u>

「とても」+「わりと」満足している割合  
      は最小値

では表2 - 28でみた自己評価はどの程度根拠があるものなのであろうか。11項目のうち、実際の状況がわかる「成績」「身長」「体重」についてみることにしよう。表2 - 29はクラスにおける自分の成績を5段階で尋ねたものである。前述したように表2 - 28では、自分の成績に満足している割合は「悩みが少ない」層は43.0%、「悩みが多い」層は17.8%と、倍近い数値の開きがみられた。しかし自分の成績がクラスの中で「上の方」「中の上」と回答した割合は、「悩みが少ない」層は24.8%、「悩みが多い」層は19.3%である。確かに「悩みが少ない」層の方が、勉強ができる」と回答しているが、自己評価でみられた差の開きほど、成績に違いがあるとは思えない。

表2 - 30は身長・体重との関連をみたもので、層ごとの平均値をのせてある。表2 - 28でみたように、身長・体重はともに、「悩みが少ない」層の方が自分に満足していると回答しており、身長は51.8%に対し37.8%、体重は51.9%に対し22.1%と、かなり大きな差がみられる。しかし実際の平均値をみると、身長・体重ともにほとんど差はみられない。また、BMI（ボディ・マス・インデックス - 3章で説明している）の数値もばらつきはみられず、体型としてもほとんど違いがないことがわかる。表2 - 30から、「悩みが多い」層は自分の体型に対する不満感が強いものの、客観的にみれば、それほどの原因があるとは思えない。こうしてみると、「悩みの多い」層は、

表2 - 29 成績 × 悩み

(%)

	上の方	中の上	中くらい	中の下	下の方
少ない	8.5	16.3	38.2	18.5	18.5
中程度	7.2	16.5	35.9	22.2	18.2
多い	5.0	14.3	31.2	24.1	25.4

表2 - 30 体型 × 悩み

	身長( cm )	体重( kg )	BMI
少ない	157.88	48.41	19.28
中程度	158.22	48.80	19.41
多い	156.91	48.26	19.57



自分の成績や体型に対する満足感が低い。しかしこれは、彼らの実際の成績や体型が悪いというわけではない。むしろ自己評価の基準が厳しいために、自分に対する不満感が強いのではないかと推測される。

では、なぜ「悩みが多い」層が自分自身を見つめる目が厳しいのであろうか。表2 - 31は、人からどう見られているか気にするかどうかをまとめたものである。この項目は特に差が大きい。「とても気にする」の割合は、「悩みが少ない」層はわずか3.9%と極少数派であるのに対し、「悩みが多い」層は50.5%と過半数を占める。こうした人目を気にすることが、実際の自分以上にシビアに自己評価をしているのではないだろうか。

今度はネガティブな自己評価から傾向性をみることにしよう。表2 - 32では10項目の否定的な項目がのせてある。特に「悩みが多い」層が多い項目は、「頭がよくない」「外見に自信がない」「友だちが少ない」で、「悩みが少ない」層に比べて10%以上高くなっている。前の2項目についてはすでに現実と評価とのギャップから分析を試みたため、以下では人間関係に焦点を絞ってみたいことにしよう。

表2 - 33は友だちのタイプについてであり、「4、5人以上いる」割合をのせてある。いずれの項目についても「悩みが多い」層が最小値を占めており、あらゆるタイプの友だちの人数が少ないことがわかる。

表2 - 31 人からどう見られているか気にする × 悩み

	(%)			
	とても 気にする	わりと 気にする	あまり 気にしない	ぜんぜん 気にしない
少ない	3.9	17.3	43.6	35.2
中程度	13.3	42.9	35.6	8.2
多い	50.5	37.3	10.9	1.3

表2 - 32 自分のタイプ × 悩み

	(%)									
	精神的に 子ども	頭が よくない	悩みが 少ない	外見に 自信が ない	友だちが 少ない	仲間から 孤立し ている	暗い性格	人に 頼る方	決まりを 守らない	消極的
少ない	30.9	40.8	53.5	35.0	8.8	11.3	9.7	14.4	26.4	12.8
中程度	30.3	47.5	34.8	53.3	9.7	9.4	9.7	16.9	20.5	15.6
多い	35.1	56.0	20.6	67.1	21.7	17.7	15.5	20.7	26.4	19.4

「とても」 + 「わりと」の割合

表2 - 33 友だちのタイプ × 悩み

	(%)					
	休み時間、 話をする 友だち	放課後、一緒 に遊ぶ友だち	困ったとき、 相談にのって くれる友だち	休みの日に、 一緒に遊ぶ 友だち	勉強やスポー ツでライバル の友だち	一生つきあえ そうな友だち
少ない	86.6	73.4	46.8	65.9	30.8	47.9
中程度	82.4	66.8	36.7	63.9	29.2	39.1
多い	74.0	57.7	34.6	56.7	25.2	35.4

「4、5人」 + 「それ以上」いる割合

表2 - 34は友だちといるときの行動について、同調志向を示す4項目を尋ねたもので、「よくそうする」「わりとそうする」を合わせた数値がのせてある。いずれの項目も「悩みが多い」層が最大値となっている。特に20%以上もの大差が開いた項目は「流行っているものは手に入れようとする」「友だちに誘われれば、好きでないことでもする」の2項目であり、「悩みが多い」層の行動基準に、同調傾向が強い。

表2 - 35は人とのつきあい方について、「とてもそう思う」と「わりとそう思う」を合わせた数値がのせてある。やはりいずれの項目

も「悩みが多い」層の割合が高く、特に「誰からも好かれない」「人から注目されたい」「友だちを怒らせるくらいなら、自分ががまんする」の3項目は20%以上、「悩みが多い」層の割合が高い。表2 - 31でまとめたが、「悩みが多い」層は人の目を気にする傾向が強い。はっきりとした自己、というより他者との関係性を重視した自己のあり方が中学生の悩みの多さと関連しているのかもしれない。

最後に、悩みと将来展望についてみてみることにしよう。どの時期でも悩みはあるが、必ずしも現在悩みを多く抱いているからといって、悲観的な将来展望につながるとは限ら

表2 - 34 友だちと一緒にいるとき、していること × 悩み

(%)

	トイレに行くとき、誰かと一緒に行く	飲み物を頼むとき、人と同じものにする	流行っているものは手に入れようとする	友だちに誘われれば、好きでないことでもする
少ない	48.5	14.0	29.7	13.7
中程度	55.8	18.9	45.4	23.1
多い	62.8	21.2	51.6	34.7

「よく」+「わりと」そうする割合

表2 - 35 友だちとのつきあい方（意識や行動）× 悩み

(%)

	誰からも好かれない	人から注目されたい	友だちを怒らせるくらいなら、自分ががまんする	友だちとは絶対けんかをしたくない
少ない	49.8	23.8	42.1	52.2
中程度	70.7	32.3	52.5	60.6
多い	85.4	47.9	66.2	64.8

「とても」+「わりと」そう思う割合

ない。表2 - 36は今後の進路との関連をみたものである。将来の進路が「未定」であるとする割合は「悩みが少ない」層は30.7%、「悩みが多い」層は17.1%と、悩みが少ない者ほど将来を具体的にイメージしていないことがわかる。また表2 - 37でも、将来の夢が「ない」とする割合は、「悩みの少ない」層に高く、「悩みが多い」層が3.8%に対し16.4%となっている。また、夢があって今「そのために努力している」とする割合は「悩みが少ない」層は34.3%、「悩みが多い」層は45.9%である。したがって「悩みが多い」層の方が、将来を考え、そのために現在努力を

していることがわかる。

こうしてみると、「悩みが多い」ことはそれほど問題とすべきではなく、「悩みが少ない」ことについて考えるべきなのかもしれない。「悩みが多い」層は確かに、人目を気にしすぎる傾向があり、そのことが実際以上にシビアな自己評価につながっている。また、過度な悩みはやはり好ましいとはいえないであろう。しかし、自分の現状に満足せず、いろいろなことを思い、悩みながらも将来を見据え努力をする。そうした悩み多き中学生の方が、多くの可能性を持ちながらも将来が見えないこの時期、自然な姿といえるのかもしれない。

表2 - 36 進路希望 × 悩み

(%)

	高校まで	短大・ 専門学校	普通の 4年制大学	難しい 4年制大学	未定	その他
少ない	24.9	14.8	16.3	7.0	30.7	6.4
中程度	26.3	20.5	18.4	8.2	21.6	5.1
多い	26.1	26.4	19.4	7.0	17.1	4.0

表2 - 37 将来つきたい仕事やかなえたい夢 × 悩み

(%)

	ない	ないが探している	あるし、そのために 努力している	あるが、努力は していない
少ない	16.4	27.3	34.3	22.0
中程度	9.4	27.9	39.2	23.5
多い	3.8	24.7	45.9	25.6

## 養護教諭から見た生徒たちの悩みⅡ

### 根 舛 セ ツ 子

放課後の保健室は、常連さんの憩いの場となり、休み時間とは違った賑やかさがある。彼らは一日の学校生活で受けたストレスを、声高らかにしゃぎながら保健室で吐き出していく。彼らの話に、にこやかに耳を傾けていくと、必ず「ムカつくじゃあん」という言葉が耳に飛び込んでくる。「何にムカつくの？」と遠くから聞き返すと、「先生、聞いてよ～、聞いて！」と、A子がオーバーな身振りで傍にやってきて、話し始めた。A子が授業中居眠りをしていたら、教科担任がA子を無視して数学の練習問題を当てなかったことに、A子はムカついているらしい。授業中居眠りをしていた自分が悪いのではなく、「無視」した担任が悪いとの主張である。「無視されると悩んじゃうよね」と消えるような声で淋しげな表情を見せた。そして、何よりもそんなことでクヨクヨ悩んでいる自分が嫌いらしい。「疲れていたのよ受験生だもん。次からは、授業中居眠りしないでがんばればいいのよ」と肩に手をあてて励ますと、素直にうなずき、「さあ、塾の時間だ。先生、ありがとう」と、いともあっさり帰って行った。

下校時間が過ぎ、やっと保健室にも静けさが…。

ところが、保健室をそっとのぞき込むように入室してきた訪問者がいる。このような生徒に対しては十分向き合うように心がけている。なぜならば、その様子から悩みの深刻さを感じるからである。こうした元気のない来室者は女子に多い。ゆっくり話を聞いていくと、その大

半が友人関係のトラブルである。しかし、よくよく話を聞いていくと、変化していく自分自身が受け入れられず、「女に生まれて損した」「男に生まれてくればよかった」「女子のドロドロした人間関係が大嫌い」「自分がいやだ！」など、悩み戸惑い、迷い、イラつき、その辛さで心身がクタクタに疲れている様子が見受けられる。

このような悩みを抱えている生徒には、母親との関係がうまくいっていない場合が多く、「母親のようにはなりたくない」「女性は嫌だ」と自分自身の「性」を否定してしまっていることもある。個人差があるものの、ここ数年、保健室相談活動の多くがこのような女子の「悩み」相談で、養護教諭は彼女らの「心身の調整」に追われる毎日である。

11～12月の受験期になると3年男子が、成績のことで悩み、イラつき来室してくることが多くなる。受験期の不安定な心を受け止め、調整し気持ちの落ち着いたところで教室へ戻すように心がけている。

思春期の中学生に、この時期にしっかり悩んでほしいと思う。そして、悩みながらも友人とのかかわりを通して、また、身近で一生懸命生活しているおとな（高齢者）と触れ合いながら、様々な生き方を学んでほしいと思う。学校では、発達段階に応じた性に関する指導や人間関係のコミュニケーションスキル、おとなのモデルを示しながら、揺れながらも安心して「自分探し」の旅が続けられるようにかかわり、応援していきたい。

（東京都狛江市立狛江第四中学校養護教諭）

## 第3章 中学生と身体の悩み



この章では、中学生の身体の悩みについて、自尊感情や自己評価との関連から分析を進めていくことにする。この時期、中学生は第二次性徴をむかえ、単に身体が成長するだけではなく、おとなの身体へと変化を遂げる

時期である。その反面、成長に個人差が大きく、中学生たちの悩みの種ともなりうる。この章では身体の悩みについて、「やせ願望」を軸に分析をすすめていくことにする。

### 1. サンプルの体型 D D D

表3-1は、現在の身長・体重の平均を学年・性別でまとめたものである。男子の場合、1年生と3年生を比較してみると、身長は153.9cmから166.7cmと約13cm高くなり、体重は45.4kgから55.8kgと約10kg重くなるなど、中学校3年間で体重も身長も大きく変化していく。女子の場合、身長は152.0cmから157.4cmと約5cm、体重は42.7kgから46.4kgと男子ほどではないにせよ、やはり急速に成長する時期にあっている。

表3-2、3は、ローレル指数・BMI式の

両者を使って、今回のサンプルの体型を大まかにまとめてみたものである。これまで学校では、ローレル指数が使われてきたが、国際的に一般的なBMI式（ボディ・マス・インデックス）を用いられることが多くなってきたとされる。ともに、指数に身長の影響を大きく受けるため、肥満度を計る際の尺度としては問題があることが指摘されているが、現在もよく使われている指数であり、今回の調査でも肥満度を測る指標として用いることとした。ローレル指数は、 $\text{体重 (kg)} \div \text{身長 (cm)}^2 \times 10^7$

の公式を使用し、指数が160以上を肥満とみなすものである。表3 - 2でまとめたように、肥満(ローレル指数160以上)に属するのは、全体で6.2%、男子は6.8%、女子は4.6%という結果となった。

BMI方式では、体重(kg)÷身長(cm)<sup>2</sup>の公式を用いて算出するものである。表3 - 3は、BMIの分類に則してまとめたものである

が、一般にBMIを成人が使用する場合、BMI=22が理想とされる。この分類にしたがうと、今回のケースでは、低体重が全体の46.8%、普通が46.7%、肥満が6.4%という割合になる。また、性別でみると、男子に比べ女子の低体重の割合が高く、男子の43.9%に対し女子は53.6%となっている。こうしてみると、今回のサンプルの約半数が低体重に属

表3 - 1 現在の平均身長・体重 × 学年 × 性

	1 年		2 年		3 年	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
身長 (cm)	153.9	152.0	159.8	154.8	166.7	157.4
体重 (kg)	45.4	42.7	50.1	45.2	55.8	46.4

表3 - 2 ローレル指数 × 性

	(%)		
	全体	男子	女子
普通	93.8	93.2	95.4
肥満 (160以上)	6.2	6.8	4.6

することになる。この原因として、子どもの場合、身長伸びと肉体的な成熟のバランスが必ずしもとれていないこともあり、BMIの数値が低くなる傾向がある。そのため、統計的裏づけはないが、児童に対してはBMI = 18を理想として使用する場合も多い。表3 - 4は、BMIの分布をまとめたものであり、今回のサンプルではBMIが16以上

21未満が全体の7割と、最も多く集中していることになる。BMI = 18を軸に今回のサンプルを相対的に比較し、大まかに分類すると、やせているが1割、平均が7割、太り気味が2割、ということになる。

**表3 - 3 BMI × 性 成人尺度**

(%)

	全 体	男 子	女 子
低体重 (18.5未満)	46.8	43.9	53.6
普 通 (18.5以上25未満)	46.7	48.4	42.8
肥 満 (25以上)	6.4	7.7	3.6

BMI = 22を理想とする(成人)

**表3 - 4 BMIの分布 × 性**

(%)

	全 体	男 子	女 子
16未満	10.3	9.3	12.5
16以上21未満	68.8	67.3	72.4
21以上26未満	15.3	16.9	11.8
26以上	5.6	6.5	3.4



## 2 . 希望する体型 D D D

表3 - 5は希望する体重をまとめたものである。全体として「太りたい」は12.9%、「今のままでいい」は38.8%、「やせたい」と考えているのは48.4%である。希望する体重について、性別による差が大きい。男子は「太りたい

い」と考えている者が21.1%であるのに対し、女子は3.1%。逆に「やせたい」割合は、男子が29.4%、女子は70.8%と全体の7割を占める。表3 - 6は学年別に希望体重をみたものであるが、学年による差はあまりみられない。

表3 - 5 希望する体重 × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
10kg以上やせたい	11.8	7.7	16.6
5kgくらいやせたい	17.9	9.5	27.9
2、3kgやせたい	18.7	12.2	26.3
今のままでいい	38.8	49.5	26.1
太りたい	12.9	21.1	3.1

表3 - 6 希望する体重 × 学年

(%)

	1 年	2 年	3 年
10kg以上やせたい	10.9	11.2	13.4
5kgくらいやせたい	15.2	18.9	19.7
2、3kgやせたい	19.2	19.9	16.7
今のままでいい	42.6	38.1	35.4
太りたい	12.1	11.8	14.8



表3 - 7は学年・性別で希望体重をみたものである。男子の場合、学年による差はあまり大きくないが、「太りたい」とする割合が19.2%から24.5%と増加している。逆に女子の場合、学年が上がるにつれやせたいとする願望が強くなる。「やせたい」割合をみると、女子の場合、1年生では63.0%、3年生では79.7%と「やせたい」割合が増加し、「今のままでいい」とする割合は32.8%から18.2%と大きく減少することがわかる。

表3 - 8は、理想の体重ごとに現在の体重の平均値をまとめたものである。全体としてみると、やはりやせ願望が強い層ほど、現在の体重が多い。また、現在の平均体重とどの程度やせたいかを合わせて考えると、男子の場合は50kg程度、女子の場合は40kg程度が理想的な体重だと考えられているようである。

表3 - 7 希望する体重 × 学年 × 性

(%)

	1 年		2 年		3 年	
	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子
10kg以上やせたい	7.4	14.8	8.7	13.9	7.0	21.8
5kgくらいやせたい	9.0	22.0	10.1	29.1	9.4	33.3
2、3kgやせたい	12.9	26.2	13.0	27.9	10.7	24.6
今のままでいい	51.5	32.8	49.1	26.1	48.4	18.2
太りたい	19.2	4.2	19.1	3.0	24.5	2.1

表3 - 8 理想の体重 × 現在の体重

(平均値 : kg)

	全 体	男 子	女 子
10kg以上やせたい	60.45	66.32	52.85
5kgくらいやせたい	50.79	56.54	46.19
2、3kgやせたい	48.71	52.81	44.44
今のままでいい	47.83	49.66	41.17
2、3kg太りたい	42.51	43.70	36.40
5kgくらい太りたい	44.40	44.53	42.17
10kg以上太りたい	45.17	45.17	

表3 - 9は、やせている人のイメージについて「とてもそう」と「わりとそう」を合わせた数値がのせてある。全体として、やせている人のイメージは「運動神経がよさそう(49.3%)」「人からうらやましがられる(39.8%)」「かっこいい(38.3%)」といった順になっている。また、性別に数値が高い方から順に並べると次のようになる。

#### 男子

- ①運動神経がよさそう(42.0%)
- ②かっこいい(24.3%)
- ③頭がよさそう(23.1%)
- ④自分に自信がありそう(22.1%)
- ⑤神経質そう(21.8%)

#### 女子

- ①人からうらやましがられる(65.0%)
- ②運動神経がよさそう(58.0%)

- ③自分に自信がありそう(57.2%)
- ④かっこいい(54.9%)
- ⑤異性にもてそう(52.8%)

男子の場合、「運動神経がよさそう」が唯一4割を超えたものの、その他は全て25%以下となっている。しかし女子の場合、全般的にやせている人に対する肯定的な評価が高い点が特徴的である。9項目中5項目が5割を超えており、特に「人からうらやましがられる」については男子の18.4%に対し65.0%と、大きく差が開いている。またやせていることと関連する「運動神経がよさそう」という項目だけでなく、やせている人は「人からうらやましがられる」「自分に自信がありそう」などと考えており、女子にとってやせているということは、理想的な状態であり、自尊感情を保つ上でも重要な要素となっているようである。

表3 - 9 やせている人のイメージ × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
運動神経がよさそう	49.3	42.0	58.0
人からうらやましがられる	39.8	18.4	65.0
かっこいい	38.3	24.3	54.9
自分に自信がありそう	38.2	22.1	57.2
異性にもてそう	35.6	21.2	52.8
性格が明るそう	26.7	18.9	36.0
頭がよさそう	22.7	23.1	22.2
コンプレックスがなさそう	22.7	14.4	32.4
神経質そう	21.9	21.8	22.1

「とても」+「わりと」そうの割合

### 3. やせたい理由 DDD

では、なぜ「やせたい」と考えているのだろうか。表3-10は、今「やせたい」と考えている層に、その理由を複数回答で答えてもらったものである。全体の傾向をみると、「自分に自信が持てる」が最も多く45.6%が回答している。次いで「もっとおしゃれができる(43.7%)」「スポーツがうまくできそう(41.1%)」という順になっている。性別で「やせたい」理由を数値が高い方から順に並べると次のような結果となる。

男子

- ①スポーツがうまくできそう(55.0%)
- ②自分に自信が持てる(29.8%)
- ③その他(22.9%)

女子

- ①もっとおしゃれができる(60.7%)
- ②自分に自信が持てる(53.9%)
- ③スポーツがうまくできそう(33.8%)

もともと、「やせたい」とする割合が3割しかない男子の場合、「スポーツがうまくできそう」が55.0%と理由の過半数を占める。その他、「自分に自信が持てる」「その他」の理由となっているが、その割合は3割に満たない。7割が「やせたい」と考えている女子の場合、「もっとおしゃれができる」が60.7%と最も多く、次に割合が高い「自分に自信が持てる」も53.9%と半数を超えている。

表3-10 やせたい理由 × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
自分に自信が持てる	45.6	29.8	53.9
もっとおしゃれができる	43.7	11.3	60.7
スポーツがうまくできそう	41.1	55.0	33.8
その他	23.9	22.9	24.3
人からバカにされなくなる	18.1	21.3	16.4
異性にもてる	14.2	10.5	16.1
性格が明るくなれる	13.4	9.1	15.7
いじめられなくなる	5.1	6.6	4.3

(複数回答)

では、どの程度実際にダイエットをした経験があるのだろうか。表3 - 11は、ダイエットの経験をまとめたものであるが、今回のサンプルでは全体の55.5%が「1回もない」と回答している。「やせたい」と考えていることについて性差がみられたが、ダイエット経験についても男女で差がみられる。男子の場合、ダイエットした経験が「1回もない」割合が73.1%と4人に3人がダイエット未経験である。女子の場合、「1回もない」割合は35.6%と3人に1人がダイエット未経験ということになり、「やせたい」という願望の高さに比例し、女子はダイエットの経験率が高いということがわかる。また、「何回もある」と「しょっちゅうしている」を合わせると、女子は17.6%と約2割がかなりの頻度でダイエットをしていることになる(男子は6.6%)。

では、どのようなダイエットをしているのだろうか。表3 - 12では「何回もある」と「しょっちゅうしている」を合わせた数値をのせてある。全体の傾向をみると、「やせるための運動をする」が最も多く20.4%、次い

で「間食をしない」18.9%、「野菜やこんにやくをたくさん食べる」が18.1%となり、上位を占めている。逆に「食事を抜く(3.9%)」「薬を飲む(2.3%)」「食べたものをはく(0.9%)」の割合は相対的に低い。しかし、こうした不自然で過激なダイエットにつながる行為の経験者が中学生段階で、少数ではあるものの存在している点が気になる。

では、なぜやせたいと考えるようになったのだろうか。そのきっかけについて、過去に人から傷つくようなことを言われた経験があるかどうか、表3 - 13では、「1回以上ある」とする割合がのせてある。全体をみると、「先生」から言われた経験は7.9%と少ないが、その他「異性の友だち」「同性の友だち」「家の人」からは、3割前後が「体型について傷つくことを言われた」経験を持っていることになる。性別でみると、やはり「やせたい」願望が強い女子の方が、言われた経験が高い傾向がみられる。特に男子との差が顕著なのは「異性の友だち」「家の人」からで、ともに20%以上差が開いていることになる。

表3 - 11 ダイエット経験 × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
1回もない	55.5	73.1	35.6
1回ある	14.8	10.5	19.6
2、3回ある	18.0	9.8	27.3
何回もある	8.2	4.5	12.4
しょっちゅうしている	3.6	2.1	5.2

表3 - 12 やせるためにしたこと × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
やせるための運動をする	20.4	12.9	28.9
間食をしない	18.9	12.8	26.0
野菜やこんにやくをたくさん食べる	18.1	13.8	23.2
甘いものを食べないようにする	15.5	9.6	22.3
長い時間お風呂に入る	15.3	8.7	22.6
食べる量を減らす	10.7	6.1	15.9
油ものを食べないようにする	8.1	5.7	10.8
ダイエットに関する本を読む	4.7	0.9	8.9
食事を抜く	3.9	2.1	6.0
カロリー計算をする	3.4	2.0	4.9
薬を飲む	2.3	2.5	2.1
食べたものをはく	0.9	1.0	0.8

「何回もある」 + 「しょっちゅうしている」割合

表3 - 13 体型について傷つくようなことを言われた経験 × 性

(%)

	全 体	男 子	女 子
異性の友だちから	29.3	18.8	41.6
同性の友だちから	32.0	30.3	34.0
先生から	7.9	7.1	8.8
家の人から	36.5	26.0	48.9

「1回以上ある」割合

## 4. やせ願望と現在の体型 女子の場合 DDD

表3 - 14は、やせ願望と現在の平均体重・BMIの数値をのせたものである。男子の場合、「やせたい」者の平均体重は56.66kg、「太りたい」者は44.38kg、女子は46.66kgと38.05kgで男子の方が平均体重に差が開いている。またBMI数値をみると、男子は「やせたい」が22.70、「太りたい」が17.24、女子は「やせたい」が19.41、「太りたい」が16.26である。こうしてみると男子に比べ、女子はやせ願望と実際の体重にはそれほど開きはみられない。女子の場合は現在の体重に

かわらず、全般的に「やせ願望」を抱いているのではないと思われる。

表3 - 15はBMIの分布との関連をみたものである。女子と男子を比較すると、どの層においても「やせたい」とする願望は2倍以上、女子の方が強く持っていることがわかる。以下の分析では女子を抜き出し、やせ願望について分析を試みた。対象を女子に限定したのは、ある程度必然性があると考えられる男子のやせ願望と、多くの女子が抱く漠然と蔓延したやせ願望では、ロジックが異なると思

表3 - 14 やせ願望 × 性 × 平均体重・BMI

	男 子			女 子		
	やせたい	今のまま	太りたい	やせたい	今のまま	太りたい
平体体重 (kg)	56.66	49.66	44.38	46.66	41.17	38.05
BMI	22.70	19.39	17.24	19.41	17.55	16.26

表3 - 15 やせ願望 × 性 × BMI

(%)

	男 子			女 子		
	やせたい	今のまま	太りたい	やせたい	今のまま	太りたい
16未満	1.2	48.6	50.2	5.4	74.2	20.4
16以上21未満	5.6	77.0	17.4	19.7	74.8	5.5
21以上	26.8	69.2	4.0	57.1	38.1	4.8

われたからである。また、以下ではBMIを使用し、「16以上21未満」を「普通」、「21以上」を「太め」として分析を行う。ある程度必然性があるやせたいもの（以下、「太めでやせたい」と表記）と、必然性がないのにやせたいもの（以下、「普通でやせたい」と表記）を比較することで、女子にとっての「やせ願望」の意味について考察をすすめていく。

表3 - 16はダイエット経験とやせ願望についてである。「1回もない」とする数値は「普通でやせたい」が21.8%、「太めでやせたい」は17.0%と、微差ながら、「太めでやせたい」層がダイエット経験をしている。しかし、「何回もある」と「しょっちゅうしている」を合わせると「普通でやせたい」は22.8%、「太めでやせたい」は22.7%と差は

みられない。おとなの女性の場合、ダイエットを日常的にしているから現在普通の体型が維持できている、と考えることができる。しかし成長期で基礎代謝も多く、それほど体型に差がみられない中学生にとって、ダイエットをしているから現在の体型がキープできている、と考えるのは難しい。この数値はむしろ、現在普通の体型であってもやせ願望が強く、ダイエットをしている女子中学生が多いことを意味しているのではないだろうか。

表3 - 17には具体的なダイエット方法について「何回もある」と「しょっちゅうしている」を合わせた数値がのせてある。「普通でやせたい」方が数値が高かったダイエット方法は「食べる量を減らす」「食事を抜く」「薬を飲む」「ダイエットに関する本を読む」

表3 - 16 ダイエット経験 × やせ願望（女子）

	（%）				
	1回もない	1回ある	2、3回ある	何回もある	しょっちゅうしている
普通でやせたい	21.8	20.7	34.7	15.0	7.8
太めでやせたい	17.0	24.5	35.8	17.0	5.7

普通：BMI = 16以上21未満 太め：BMI = 21以上（以下同）

表3 - 17 やせるためにしたこと × やせ願望（女子）

	（%）				
	やせるための運動をする	間食をしない	野菜やこんにやくをたくさん食べる	長い時間お風呂に入る	甘いものを食べないようにする
普通でやせたい	38.7	36.3	32.6	31.2	29.7
太めでやせたい	45.3	38.3	39.6	32.0	32.1
食べる量を減らす	ダイエットに関する本を読む	油ものを食べないようにする	食事を抜く	薬を飲む	食べたものをはく
25.0	20.7	11.9	8.4	2.6	0.0
22.6	15.0	22.6	7.6	1.9	1.9

「何回もある」+「しょっちゅうしている」割合

であり、あまり健康的ではない手段の項目が並んでいる。

表3 - 18はやせたい理由についてまとめたものである。両群を比較すると、「太めでやせたい」層の数値が高くなっているが、ここでは10%以上差が開いた項目に注目したい。「人からバカにされなくなる(普：太・10.9%：34.0%)」「いじめられなくなる(2.6%：18.9%)」「異性にもてる(15.5%：28.3%)」の3項目で10%以上差が開いている。やせたいのは「もっとおしゃれができる」

「自分に自信が持てる」からと考えるのは、体型にかかわらず共通してみられる理由である。しかし、これら両群で差がついた項目からは、「太めでやせたい」女子は過去に体型のことが原因で傷つく経験をしたことがあるのではないかと推測される。そうした過去を持っているとするならば、彼女らにとってやせることは、おとなである我々が考える以上に切実な問題なのかもしれない。

表3 - 19は過去に体型について人から傷つくことを言われた経験があるかどうかを尋

表3 - 18 やせたい理由 × やせ願望 (女子)

(%)

	もっとおしゃれができる	自分に自信が持てる	スポーツがうまくできそう	性格が明るくなれる	異性にもてる	人からバカにされなくなる	いじめられなくなる
普通でやせたい	61.1	59.1	28.5	16.1	15.5	10.9	2.6
太めでやせたい	66.0	64.2	37.7	20.8	28.3	34.0	18.9

不等号は差が5%以上開いた項目

表3 - 19 体型について傷つくようなことを言われた経験 × やせ願望 (女子)

(%)

	異性の友だちから	同性の友だちから	先生から	家の人から
普通でやせたい	40.6	38.5	6.3	52.1
太めでやせたい	60.4	50.9	17.0	56.6

「1回以上ある」割合



ねたもので、数値は「経験がある」ことを意味する。「普通でやせたい」女子も、それなりに傷つくことを言われた経験を持つが、「太めでやせたい」女子の割合は高く、特に「異性の友だちから」は約20%、「同性の友だちから」「先生から」は10%近く多く、傷つくことを言われた経験をしているのである。

表3 - 20は、自分に自信があるかどうか尋ねたもので、「とても満足している」と「わりと満足している」を合わせた数値がのせてある。「太めでやせたい」方が自信がない項目は「運動能力」「友だちとのつきあい

方」「足の長さ」「体重」「ウエストのサイズ」の5項目であるが、特にここで「友だちとのつきあい方」に「太めでやせたい」方が自信がないとする割合が高い点に着目したい。

表3 - 21は自己評価との関連をみたものである。「太めでやせたい」方が高い項目は「精神的におとな」「悩みが多い」「決まりを守る」。「普通でやせたい」方が高い項目は「外見に自信がある」「友だちが多い」「意欲的」であり、やはり「普通でやせたい」方が、友だちが多いと回答しているのである。

表3 - 20 自己評価 × やせ願望（女子）

(%)

	友だちとのつきあい方	身長	性格	声	足の長さ	成績	運動能力	顔の大きさ	ウエストのサイズ	顔立ち	体重
普通でやせたい	52.9	40.8	34.9	32.8	32.3	32.2	31.8	26.7	21.5	19.4	14.5
	∨			∧	∨		∨		∨	∧	∨
太めでやせたい	47.2	41.5	35.8	42.3	20.8	32.1	25.0	22.7	13.2	24.6	7.6

「とても」+「わりと」満足している割合  
不等号は5%以上差が開いた項目

表3 - 21 自分のタイプ × やせ願望（女子）

(%)

	明るい性格	友だちが多い	悩みが多い	人から頼られる方	外見に自信がある	決まりを守る	意欲的	仲間から信頼される	精神的におとな	頭がいい
普通でやせたい	59.2	50.8	46.6	41.6	33.7	33.6	30.2	28.4	21.3	20.9
		∨	∧		∨	∧	∨		∧	
太めでやせたい	56.6	39.6	52.8	40.4	24.5	54.7	17.3	26.5	28.9	22.6

「とても」+「わりと」の割合  
不等号は差が5%以上開いた項目

では、なぜ体型によって、対人関係に差がみられるのであろうか。表3 - 22は行動レベルで自己評価をしてもらったものである。「太めでやせたい」方が高い項目は「ゲームが得意」「年より上に見える」、「普通でやせたい」は「ファッション雑誌をよく読む」「おしゃれに関心がある」「夢中になっているアイドル・タレントがいる」「友だちと電話でよくしゃべる」「誰とでも友だちになれる」である。表3 - 21と表3 - 22を合わせて傾向をまとめると、「普通でやせたい」女子は、ファッションやおしゃれに関心があり、誰とでも仲良くなれ、学外でも電話を使って友だちと頻りにやりとりをしているようである。しかし、「太めでやせたい」女子は、精神的にも外見的にも年より上にみられ、ゲームが得意で悩みが多い、どちらかといえば内向的で友だちとなじみにくいタイプであると推測

される。

表3 - 23は、自分が好きかどうかをまとめたものである。この表に関して、全体の半数が自分が好きではないと回答している点が非常に気にかかるが、両群の差はみられない。

今までの結果をまとめ、考察をすすめてみよう。女子中学生にとっては「自分がどうありたいか」よりも「他人からどう見られるか」が行動をする際の重要な要因となっており、とりわけ体型に関するこだわりは強い。標準的な体型であったとしても、現在の自分の体重や体型に満足せず、タレントやモデルのようなスラリとした肢体を理想型とし、少しでもそれに近づけようとする。確かに、スリムな身体を手に入れれば、いろいろなファッションを楽しむことができる。しかしそうしたレベルを超えて、やせていることは女子中学生に意味を持っているのである。ある子に「な

表3 - 22 どんなタイプか × やせ願望 (女子)

(%)

	テレビをよく見る	おしゃれに関心がある	夢中になっている アイドル・タレント がいる	友だちと電話で よくしゃべる	誰とでも友だち になれる
普通でやせたい	89.0	67.0	61.3	60.2	50.5
太めでやせたい	90.6	45.3	47.1	45.3	43.4
ファッション雑誌 をよく読む	ゲームが得意	年より上 に見える	かっこいい	異性にもてる	
49.7	29.0	26.2	5.8	4.3	
v	^	^			
35.9	35.9	41.5	1.9	3.8	

「とても」+「かなり」その割合  
不等号は差が5%以上開いた項目

「ぜ、顔よりもスリムな身体にこだわるの？」と尋ねたところ、「顔は、見る人によって基準がまちまちだけど、太っていることは誰が見ても太っているから。女性タレントを見ても、変な顔の人とかもいっぱいいるけど、太った人はいないし…。やっぱ、やせてなくちゃ」という答えが返ってきた。

日本では、大きな夢を持ちにくいとされる。女性の社会進出がすすみ、キャリア志向の生き方を選択する女性も増えてきている。しかし、そうしたおとなの女性の生き方は、子どもから魅力的なものとして映っているのだろうか。日本は依然として、専業主婦願望が根強く、その意味では就職は、専業主婦になるための過程にしかすぎない。女の子にとって理想のモデルは、そうした地道な生き方をしたおとなではなく、華やかな生活をしているかに思えるタレントやモデルこそが、体型だ

けでなく生き方としても理想的なのだろう。雑誌の読者モデルがブロのモデル以上に人気が出る現在、やせていることがそうした生き方をする最低限のパスポートなのである。

外見による価値判断が一般化する女子中学生という社会の中で、「太めでやせたい」女子中学生は、実際、過去に体型のことで傷つくことを言われた経験を持つことが多い。精神的にも肉体的にも年上に見られ、集団からどこか浮いた自分を感じているのではないだろうか。自分としては今の自分がそれほど嫌いではないものの、自分や自分の意思に自信が持てず、常に「人からどう見られているか」を気にしてしまう。その結果、さらに自分に自信が持てなくなり、不満感や悩みがつのる、といった悪循環に陥っているのではないだろうか。

表3 - 23 自分が好きか × やせ願望（女子）

(%)

	とても好き	わりと好き	少し好き	あまり好きではない	ぜんぜん好きではない
普通でやせたい	6.3	18.5	27.5	33.9	13.8
太めでやせたい	5.7	17.0	28.3	35.8	13.2

## 中学生の心と体の健康状態

田上 純子

最近のメディアに取り上げられた事件の中に、10代や20代前半の若者の起こしたものが多くあった。虐待、傷害事件など残虐な内容が多く、どうしてここまでできるのだろうかと人間性を疑ってしまう。かつて頭を悩ませた「キレる子」世代がおとなになり、おとなに育ちきれなかった青年が、このような事件に結びついていると言えるのではないだろうか。

今の中学生の心と体の状態はどうか。中学校の保健室は、教室では見られない生徒たちの姿が見える。今回の調査結果を養護教諭の立場でみてみた。

今回の調査で、自分のことが「あまり」「ぜんぜん」好きではないと答えた生徒は男子約30%、女子約50%もいる。自己肯定感が持てないのは今の子どもたちの特徴で、小学校でもすでに見られる。保健室では「よいところを見ているよ」と、できるだけ伝えるようにし、生徒が自分を大切に思えるように配慮している。

学校が「あまり」「ぜんぜん」楽しくないと答えた生徒が16.5%いる。よく登校時にとても重苦しい場面を目にする。遅刻をし登校しても下駄箱の前でゆっくり時間をかけたり、外にあるバスケットのゴールポストを蹴っ飛ばしてから下駄箱に向かって歩いて行ったり、保健室で一呼吸したり、という様子がある。大幅に遅刻をする生徒が年々増加している。夜型の生活リズムや、親が先に仕事に出て起こしてくれる人がいないから、という理由もあるが、学校へ向かっていく元気が出ないことが大きいと思う。

質問24「自分にどの程度満足しているか」の「友だちとのつきあい方」につい

ては約65%が「とても」「わりと」満足していると答えている。一方、「性格」「運動能力」「自分の外見」などは約50～60%が「あまり」「ぜんぜん」満足していないと答えている。成績については約70%が満足していないと答えている。

先の「自分が好きではない」という答えと、自分に「満足していない」という答えが多かったことを考えると、生徒たちが鬱積した心の状態であることが想像できる。

家族のあり方が変化してきている。食卓にコンビニ食が入り、家族がバラバラに食事をしたり、自分の部屋にこもって外に出ないなどの形が増えている。父親、母親の役割もはっきりしていない。ファッションも同じような茶髪で、携帯を持ってメールを送って...というように、親が友だち・兄弟姉妹のようにみえる。

しかし、子どもたちの中には、「親」を求める気持ちや、特に3年生の進路選択の時期などに大きくなる。不況の影響や、親の勤務時間が長くなったりしている社会情勢の中で、家庭が子どもたちの安定を得られるところでなくなってきているように思われる。

今回の調査結果で気になったのは、「親から傷つくことを言われた」「悩みがあるとき親に当たる」という生徒が比較的多かったことである。昔から親に当たることはあったと思うが、家庭の機能が十分ではない昨今、うまく対処できずシコリとなって残る場合がとても多いようだ。保健室での相談も深刻な事例が増えている。親子であっても、一人の人格として認め合うことが大切である。子ども

たちは親と向き合うことを求めている。冒頭に述べたように、まるで自分本位としか思われぬ若者の行動の背景が「自分を好きではない」「自分はダメなんだ」と考えている中学生とつながっているのではないかと危惧する。

#### 調査結果からみた健康状態

##### [質問②より]

各学年とも、運動部に約60%、文化部に約20%が所属している。今年度から、部活動が自由参加になった学校が増えているが、やはり参加希望者が多いのが実態である。部活動での精神的・肉体的ストレスはあるが、乗り越える力をつけることでたくましく成長できると思う。

##### [質問③より]

朝食を毎日食べている生徒が全体の74.5%であった。朝食の必要性はいろいろな機会に伝えているが、生活習慣が夜型で朝ギリギリに起きるため時間がなく食べられなかったり、食事の大切さが位置づけられていない家庭の増加で、朝食を食べて登校するように促すのがとても難しい。

##### [質問⑬・⑭より]

男子29.4%、女子70.8%というように、やせ願望が多い。中でも3年生の女子に多く、79.7%が「やせたい」と思っていることがわかる。男子の場合は、運動部の生徒の中で体脂肪を気にする生徒が多くなってきている。これはサッカー選手や男性モデルなどの低い体脂肪率で引き締まった体が理想になっているからかもしれない。また、女子に比べ男子には体重が増えてほしいと思っている者がい

る。これは、思春期の特徴である「強く、たくましい」体への願望が強いからだと思う。女子はどんなにやせた生徒でも「やせたい」という願望を強く持っている。スポーツができて、スマートで、おしゃれができるファッション雑誌に登場するモデルやタレントが理想になっているからであろう。雑誌やテレビなどでダイエットが多く扱われていることを考えると、その影響は大きい。成長期の体の大切さ、精神的な病気へとつながることなどをわからせたいと思う。

##### [質問⑳より]

タレントや歌手などのテレビで活躍する人になりたい生徒が「とてもになりたい」「わりとになりたい」を合わせて約30%いる。調査対象が都会の生徒で可能性が高いのかもしれないが、中学生のよく読む雑誌などのオーディション広告や同世代のモーニング娘。の存在などで、そうした人が身近になっているようである。保健室での雑談で、「オーディションに応募した」という話を聞くことが増えている。

##### [質問㉔より]

すべての項目について、女子の方が体調が悪い。「頭がボーっとしている」「肩がこる」と答えた女子は50%以上おり、「お腹が痛くなる」も46.7%いる。毎日の保健室の利用をみても女子の方が多く、ストレスを多く抱えている傾向がみえる。最近では、メールのやりとりや、授業中の手紙などが原因となっていることが多くみえる。塾から帰っての夜中のメール交換も多く、睡眠が妨げられることが多くなっているのではないかとと思われる。

(東京都港区立港南中学校養護教諭)

## まとめに代えて

### 悩みを持つのが自然

「悩みがある」というと、何か問題を抱えているように思う。しかし、本調査によると、生徒たちは様々な面で悩みを感じている。背の低い生徒は低さを悩み、高い生徒は高すぎるとなげく。運動神経のいい生徒は、運動神経のよさがあたり前なので、数学がいまひとつなのに悩む。数学が得意な生徒は、友だち関係がうまくいっていないのが気がかりとなる。

こう考えてくると、100人の生徒に100通りの悩みがあるのがわかる。データを読んでいるうちに、悩みの多様さに気がついた。つまり、どの友だちも何らかの悩みを抱いている。換言するなら、悩まないようでは中学生らしくない。そう捉えることが、悩みを考えたときの第一歩であろう。

悩みがあることは決して悪いことではない。悩むことは、自分を高めようとする心の動きで、素晴らしいものだ。

自分はこう悩んでいると言いつらすことはないが、悩んでいる自分を卑下する必要はない。悩みを直視し、悩みをどう克服するかを大事にする。

悩みを抱えている生徒に必要なのは、「悩んでいるのは、君だけでない。まわりのどの子も、その子なりの悩みを持っている」ことをわからせることであろう。

### 悩みを語る雰囲気作りを

それと同時に必要なのは、悩みをどう解消したらよいかの仕方を身につけさせることであろう。もちろん、「がんばれ」と励ますだ

けが解決法ではない。忘れることも大事だし、気晴らしをするのもいい。

生徒たちは、高校生となりさらに成人するにつれて、様々な悩みを経験していくことになる。そうしたとき、悩みと向き合い、悩みを解消する力を持っていけば、悩みが怖くなる。

ホームルームや総合的学習の時間などを使って、何に悩み、それをどう克服したかを語り合う機会を作ってはどうかと思う。生徒たちは、教師や親の言葉に反発したり、無視したりすることが多かろう。しかし、友だちの言葉には素直に耳を傾けるように思う。もちろん、どの生徒も簡単に悩みを語るとは思えない。それなりの雰囲気作りが大事であろう。特に教師があれこれと指示的に発言することは避けよう。悩みという意味では、教師も生徒もともに同じレベルに立つ。月に1回とか定例化して、悩みを語る会を持つのも有効であろう。

悩みは語るだけで、なかば解消するといわれる。それだけに、人の悩みを聞く機会があり、自分も語る機会があれば、悩みを超える力を持てる。

そうはいつでも、クラスで語れる生徒は限られているかもしれない。それだけに、学校の中でどこかに悩みを聞いてくれるところを設定しておくことが重要になる。具体的には、保健室が有力候補になると思うが、保健室の先生がそうした役割を意識し、生徒の悩みを積極的に受け入れる体制作りを意図することも大事であろう。

いずれにせよ、生徒が悩みを語る雰囲気学校の学校を作り、学校全体で悩みをサポートしていく。これからの学校では、生徒の悩みが増えてくると思われるだけに、そうした体制作りを心がけることが大事になろう。



## アンケートのお願い

これはテストではありません。全国の中学生にお願いして、中学生の生活の様子をうかがうアンケートです。思ったことをそのままお答えください。

### 回答のしかた

あなたはスポーツが好きですか。

とても 好き	かなり 好き	ふつう	少し 嫌い	とても 嫌い
1	②	3	4	5

あなたが、もしスポーツをかなり好きだと思ったら、  
上のように番号のところを でかこんでください。

① まず、あなたの学校、学年、性別を教えてください。

- 1) 学校名..... ( ) 中学校
- 2) 学 年..... ( 1 . 1年    2 . 2年    3 . 3年 )
- 3) 性 別..... ( 1 . 男子    2 . 女子 )

I . あなたの中学校生活についてお聞きします。

② あなたは、部活動に参加していますか。

- 1 . 運動部に入って、熱心に活動している
- 2 . 運動部に入っているが、あまり熱心に活動していない
- 3 . 文化部に入って、熱心に活動している
- 4 . 文化部に入っているが、あまり熱心に活動していない
- 5 . 以前入っていたが、今は入っていない
- 6 . 入ったことがない
- 7 . その他

資料1 調査票見本

③ 朝ご飯を週に何日くらい食べますか。

毎日 週6日 週5日 週4日 週3日 週2日 週1日 食べない  
 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7 ——— 8

④ 学校に行く日、朝起きてから学校に行くまでの間に、何をしますか。

	必ず する	かなり する	まあ する	あまり しない	ぜんぜん しない
1. 歯をみがく……………	1	2	3	4	5
2. 髪を洗う……………	1	2	3	4	5
3. 顔を洗う……………	1	2	3	4	5
4. 鏡を見る……………	1	2	3	4	5
5. 化粧水などをつける……………	1	2	3	4	5
6. 日やけどめなどをつける……………	1	2	3	4	5
7. まゆを整える……………	1	2	3	4	5

⑤ あなたは、次のような友だちがいますか。

	いない	1人 いる	2、3人 いる	4、5人 いる	それ以上 いる
1. 休み時間、話をする友だち……………	1	2	3	4	5
2. 放課後、一緒に遊ぶ友だち……………	1	2	3	4	5
3. 困ったとき、相談にのってくれる 友だち……………	1	2	3	4	5
4. 休みの日に、一緒に遊びに行く 友だち……………	1	2	3	4	5
5. 勉強やスポーツでライバルの 友だち……………	1	2	3	4	5
6. 一生つきあえそうな友だち……………	1	2	3	4	5

⑥ あなたは、学校の中にいるときや学校の友だちと一緒にいるとき、次のようなことをしますか。

	よく そうする	わりと そうする	あまり そうしない	ぜんぜん そうしない
1. トイレに行くとき、誰かと一緒に行く……………	1	2	3	4
2. 飲み物を頼むとき、人と同じものにする……………	1	2	3	4
3. <sup>はや</sup> 流行っているものは手に入れようとする……………	1	2	3	4
4. 友だちに誘われれば、好きでないことでも する……………	1	2	3	4



7 あなたは、学校に行くのが楽しいですか。

とても 楽しい	わりと 楽しい	少し 楽しい	あまり 楽しくない	ぜんぜん 楽しくない
1	2	3	4	5

8 あなたは、自分のことが好きですか。

とても 好き	わりと 好き	少し 好き	あまり 好きではない	ぜんぜん 好きではない
1	2	3	4	5

II. ここからは、今不安に感じていたり、悩んだりしていることについてお聞きします。

9 あなたは友だちや家族から、次のようなことを言われますか。

	いつも 言われる	かなり 言われる	ときどき 言われる	あまり 言われない	ぜんぜん 言われない
1. 成績が下がったね.....	1	2	3	4	5
2. 最近、太った?.....	1	2	3	4	5
3. ニキビが増えたね.....	1	2	3	4	5
4. 字がきたないね.....	1	2	3	4	5
5. その服、ヘン.....	1	2	3	4	5
6. この頃、女らしく/男らしく なったね.....	1	2	3	4	5

10 あなたはこの1年間に、次のようなことで悩みましたか。

	かなり 悩んだ	わりと 悩んだ	少し 悩んだ	あまり 悩まなかった	ぜんぜん 悩まなかった
1. みんなから好かれるのには どうしたらいいか.....	1	2	3	4	5
2. 異性から好かれるのには どうしたらいいか.....	1	2	3	4	5
3. 親しい友だちはどうやったら できるか.....	1	2	3	4	5
4. 先生との関係で.....	1	2	3	4	5
5. 親との関係で.....	1	2	3	4	5
6. 学業成績について.....	1	2	3	4	5
7. 高校受験について.....	1	2	3	4	5

資料1 調査票見本

- |                        | かなり<br>悩んだ | わりと<br>悩んだ | 少し<br>悩んだ | あまり<br>悩まなかった | ぜんぜん<br>悩まなかった |
|------------------------|------------|------------|-----------|---------------|----------------|
| 8. 将来の進路について.....      | 1          | 2          | 3         | 4             | 5              |
| 9. 自分の性格について.....      | 1          | 2          | 3         | 4             | 5              |
| 10. 身長や体重について.....     | 1          | 2          | 3         | 4             | 5              |
| 11. 顔など、自分の外見について..... | 1          | 2          | 3         | 4             | 5              |

11) あなたは不安や悩みがあるとき、どうなることが多いですか。

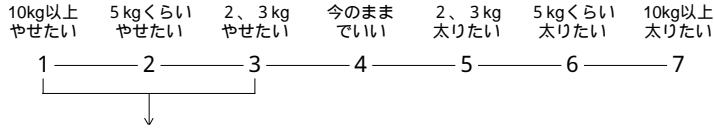
- |                       | いつも<br>そうなる | かなり<br>そうなる | あまり<br>そうならない | ぜんぜん<br>そうならない |
|-----------------------|-------------|-------------|---------------|----------------|
| 1. 眠れなくなる.....        | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 2. 食欲が落ちる.....        | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 3. 過食にはしる.....        | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 4. 物に当たりたくなる.....     | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 5. 親に反抗的になる.....      | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 6. 友だちに当たりたくなる.....   | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 7. 友だちに相談する.....      | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 8. 友だちとくだらない話をする..... | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 9. 学校に行きたくなくなる.....   | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 10. 無気力になる.....       | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 11. 死にたい気分になる.....    | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 12. カラオケに行く.....      | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 13. 思いっきり泣く.....      | 1           | 2           | 3             | 4              |

Ⅲ. ここからは、体のことについてお聞きします。

12) あなたは、自分が人からどう見られているかを気にする方ですか。

- | とても<br>気にする | わりと<br>気にする | あまり<br>気にしない | ぜんぜん<br>気にしない |
|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 1           | 2           | 3            | 4             |

13 あなたは、自分の体重がどうだったらいいと思いますか。

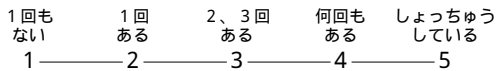


【「やせたい」と思っている人にお聞きします。】

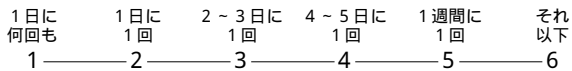
SQ. あなたはなぜ、やせたいのですか。あてはまるものはいくつでも をつけてください。

1. スポーツがうまくできそう
2. もっとおしゃれができる
3. 自分に自信が持てる
4. 人からバカにされなくなる
5. いじめられなくなる
6. 性格が明るくなれる
7. 異性にもてる
8. その他、やせたい理由があれば、なんでも自由に書いてください。

14 今までに、やせるために何かをしたことがありますか。



15 あなたは、体重計にどれくらい乗りますか。



16 あなたはやせるために、次のようなことをしたことがありますか。

- |  |           |          |            |           |                |
|--|-----------|----------|------------|-----------|----------------|
|  | 1回も<br>ない | 1回<br>ある | 2、3回<br>ある | 何回も<br>ある | しょっちゅう<br>している |
|--|-----------|----------|------------|-----------|----------------|
1. 油ものを食べないようにする…………… 1 — 2 — 3 — 4 — 5
  2. 甘いものを食べないようにする…………… 1 — 2 — 3 — 4 — 5
  3. 食べる量を減らす…………… 1 — 2 — 3 — 4 — 5
  4. 野菜やこんにやくをたくさん  
食べる…………… 1 — 2 — 3 — 4 — 5

資料1 調査票見本

- |                        | 1回も<br>ない | 1回<br>ある | 2、3回<br>ある | 何回も<br>ある | しょっちゅう<br>している |
|------------------------|-----------|----------|------------|-----------|----------------|
| 5. 食事を抜く.....          | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 6. 間食をしない.....         | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 7. 薬を飲む.....           | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 8. カロリー計算をする.....      | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 9. やせるための運動をする.....    | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 10. 長い時間お風呂に入る.....    | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 11. ダイエットに関する本を読む..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |
| 12. 食べたものをはく.....      | 1         | 2        | 3          | 4         | 5              |

17 あなたは今までに、体重や身長などの体型のことで傷つくようなことを言われた経験はありますか。

- |                  | 1回も<br>ない | 1回<br>ある | 2、3回<br>ある | 何回も<br>ある | よく言われ<br>ている |
|------------------|-----------|----------|------------|-----------|--------------|
| 1. 異性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 2. 同性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 3. 先生から.....     | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 4. 家の人から.....    | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |

18 あなたは今までに、外見のことで傷つくようなことを言われた経験はありますか。

- |                  | 1回も<br>ない | 1回<br>ある | 2、3回<br>ある | 何回も<br>ある | よく言われ<br>ている |
|------------------|-----------|----------|------------|-----------|--------------|
| 1. 異性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 2. 同性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 3. 先生から.....     | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 4. 家の人から.....    | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |

19 あなたは今までに、性格のことで傷つくようなことを言われた経験はありますか。

- |                  | 1回も<br>ない | 1回<br>ある | 2、3回<br>ある | 何回も<br>ある | よく言われ<br>ている |
|------------------|-----------|----------|------------|-----------|--------------|
| 1. 異性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 2. 同性の友だちから..... | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 3. 先生から.....     | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |
| 4. 家の人から.....    | 1         | 2        | 3          | 4         | 5            |

- ⑳ もしさしつかえなければ、今までに人から言われて傷ついたことについて、「いつ頃」「誰から」「どんなことを」言われたのが、くわしく教えてください。

- ㉑ あなたは「やせている」人について、どんなイメージがありますか。

- |                      | とても<br>そう | わりと<br>そう | あまり<br>そうでない | ぜんぜん<br>そうでない |
|----------------------|-----------|-----------|--------------|---------------|
| 1. 人からうらやましがられる…………… | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 2. 異性にもてそう……………      | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 3. 運動神経がよさそう……………    | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 4. 性格が明るそう……………      | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 5. 自分に自信がありそう……………   | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 6. 神経質そう……………        | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 7. カッコいい……………        | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 8. 頭がよさそう……………       | 1         | 2         | 3            | 4             |
| 9. コンプレックスがなさそう…………… | 1         | 2         | 3            | 4             |

- ㉒ あなたはタレントや歌手など、テレビで活躍する人になりたいと思いますか。

- | とても<br>なりたい | わりと<br>なりたい | あまり<br>なりたくない | ぜんぜん<br>なりたくない |
|-------------|-------------|---------------|----------------|
| 1           | 2           | 3             | 4              |

- ㉓ あなたは外見的に、こうなりたいと思う人はいますか。具体的に書いてください。

資料1 調査票見本

Ⅳ．もう少し、あなたご自身のことをお聞きします。

㉔ あなたは自分にどの程度、満足していますか。

		とても満足 している	わりと満足 している	あまり満足 していない	ぜんぜん満足 していない
1. 性格	1	2	3	4	
2. 成績	1	2	3	4	
3. 運動能力	1	2	3	4	
4. 友だちとのつきあい方	1	2	3	4	
5. 身長	1	2	3	4	
6. 足の長さ	1	2	3	4	
7. 体重	1	2	3	4	
8. ウエストのサイズ	1	2	3	4	
9. 声	1	2	3	4	
10. 顔だち	1	2	3	4	
11. 顔の大きさ	1	2	3	4	

㉕ あなたは、どのようなタイプの人ですか。

		とても そう	かなり そう	あまり そうではない	ぜんぜん そうではない
1. ファッション雑誌をよく読む	1	2	3	4	
2. おしゃれに関心がある	1	2	3	4	
3. テレビをよく見る	1	2	3	4	
4. 夢中になっているアイドル・タレント がいます	1	2	3	4	
5. 友だちと電話でよくしゃべる	1	2	3	4	
6. ゲームが得意	1	2	3	4	
7. 誰とても友だちになれる	1	2	3	4	
8. 異性にもてる	1	2	3	4	
9. カッコいい	1	2	3	4	
10. 年より上に見える	1	2	3	4	

26 あなたの現在の体調について教えてください。

- |                    | よく<br>ある | わりと<br>ある | あまり<br>ない | ぜんぜん<br>ない |
|--------------------|----------|-----------|-----------|------------|
| 1. お腹が痛くなる.....    | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 2. 胃が痛くなる.....     | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 3. 肩がこる.....       | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 4. 夜眠れない.....      | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 5. 朝食欲がない.....     | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 6. 頭がボーっとしている..... | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 7. 気力がない.....      | 1        | 2         | 3         | 4          |
| 8. 貧血気味である.....    | 1        | 2         | 3         | 4          |

27 あなたは、次のAとBのうち、どちらのタイプに近いですか。

- |   | とても<br>A | わりと<br>A | どちらとも<br>いえない | わりと<br>B | とても<br>B |
|---|----------|----------|---------------|----------|----------|
| 1. <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">A</span> 精神的におとな..... | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 2. 頭がいい.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 3. 悩みが多い.....   | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 4. 外見に自信がある.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 5. 友だちが多い.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 6. 仲間から信頼される.....   | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 7. 明るい性格.....   | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 8. 人から頼られる方.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 9. 決まりを守る.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |
| 10. 意欲的.....  | 1        | 2        | 3             | 4        | 5        |

28 あなたは、次のようなことを思いますか。

- |                                    | とても<br>そう思う | わりと<br>そう思う | あまり<br>そう思わない | ぜんぜん<br>そう思わない |
|------------------------------------|-------------|-------------|---------------|----------------|
| 1. 誰からも好かれたい.....                  | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 2. 人から注目されたい.....                  | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 3. 友だちを怒らせるくらいなら、自分が<br>がまんする..... | 1           | 2           | 3             | 4              |
| 4. 友だちとは絶対けんかをしたくない.....           | 1           | 2           | 3             | 4              |

資料1 調査票見本

29 あなたは、次のような意見をどう思いますか。

とても  
そう思う      わりと  
そう思う      あまり  
そう思わない      ぜんぜん  
そう思わない

1. いい大学に行けばいい仕事につける..... 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4
2. サラリーマンとして就職するには  
外見が大事だ..... 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4
3. OLとして就職するには外見が大事だ..... 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4
4. いい大学に行けばいい結婚ができる..... 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4
5. 結婚するには外見が大事だ..... 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

30 あなたは、ファッション雑誌を読みますか。

月に(      )冊くらい      読まない場合は0と記入してください。

31 あなたは、専用のPHS、あるいは携帯電話を持っていますか。

1. 持っている      2. 持っていない

32 あなたのクラスでの成績は、どのくらいですか。

上の方      中の上      中くらい      中の下      下の方  
1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5

33 あなたは将来、つきたい職業やかなえたい夢はありますか。

ない      ないが      あるしそのために      あるが努力は  
探している      努力している      していない  
1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

34 もしよかったら、あなたの身長と体重を教えてください。

1. 身長..... 1 m (      ) cm      2. 体重..... (      ) kg

35 あなたは将来、どんな進路を考えていますか。

1. 中学校まで      5. 普通の4年制大学に進学
2. 高校まで      6. 難しい4年制大学に進学
3. 短大に進学      7. 未定
4. 専修・専門学校に進学      8. その他

～これで終わりです。どうもありがとうございました。～



資料2 学年・性別集計表

単位：サンプル数以外はパーセント

質問項目		全体	性別		学年別				
			男子	女子	1年	2年	3年		
サンプル数		2,118	1,151	967	720	726	672		
①	属性	学年							
		性別							
	1. 1年	720	381	339					
		726	388	338					
2. 2年	672	382	290						
	1,151			381	388	382			
3. 3年	967			339	338	290			
	1. 運動部に入って、熱心に活動している	50.9	57.6	42.9	57.3	49.3	45.9		
②	部活動の参加	2. 運動部に入っているが、熱心に活動していない	11.0	13.5	8.1	7.4	12.6	13.0	
		3. 文化部に入って、熱心に活動している	14.4	5.6	24.8	14.9	14.7	13.6	
		4. 文化部に入っているが、熱心に活動していない	5.8	4.3	7.6	3.4	5.6	8.7	
		5. 以前入っていたが、今は入っていない	9.3	10.6	7.7	2.6	11.2	14.2	
		6. 入ったことがない	6.5	6.7	6.3	10.9	5.2	3.2	
		7. その他	2.0	1.6	2.5	3.5	1.3	1.4	
		③	朝食を週に何日くらい食べるか	1. 毎日	74.5	75.6	73.2	79.3	73.2
2. 週6日	7.5	6.9		8.3	7.9	6.8	7.9		
3. 週5日	4.4	3.5		5.6	3.6	4.7	5.0		
4. 週4日	3.4	3.5		3.4	2.4	3.9	4.0		
5. 週3日	2.8	2.9		2.6	2.6	3.6	2.0		
6. 週2日	2.0	1.8		2.3	1.4	2.2	2.4		
7. 週1日	1.9	2.1		1.7	1.3	1.9	2.6		
8. 食べない	3.4	3.8		2.9	1.4	3.6	5.2		
④	朝起きてから学校に行くまでにすること	歯を磨く	1. 必ずする	66.8	56.0	79.5	60.8	65.9	74.1
			2. かなりする	10.2	12.7	7.3	12.4	10.3	7.8
			3. まあする	15.4	20.1	9.8	18.7	16.0	11.3
			4. あまりしない	4.3	6.2	2.1	5.0	4.3	3.6
			5. ぜんぜんしない	3.3	5.0	1.3	3.1	3.6	3.2
		髪を洗う	1. 必ずする	15.9	18.2	13.2	13.0	14.9	20.1
			2. かなりする	4.5	5.1	3.7	3.0	5.5	4.9
			3. まあする	14.3	12.6	16.3	11.1	16.4	15.3
			4. あまりしない	24.0	20.9	27.7	22.1	25.2	24.6
			5. ぜんぜんしない	41.3	43.2	39.2	50.7	38.0	35.1
		顔を洗う	1. 必ずする	78.2	69.2	88.8	74.0	76.9	84.1
			2. かなりする	8.8	12.1	4.9	10.7	9.9	5.6
			3. まあする	8.6	11.8	4.9	9.9	9.2	6.8
			4. あまりしない	2.4	3.7	0.8	2.7	2.4	2.1
			5. ぜんぜんしない	2.0	3.2	0.5	2.7	1.7	1.5
		鏡を見る	1. 必ずする	58.7	36.7	84.5	55.3	57.6	63.4
			2. かなりする	7.1	8.9	5.1	6.6	8.6	6.1
			3. まあする	14.8	20.7	7.9	14.9	13.5	16.2
			4. あまりしない	10.5	17.7	2.0	12.6	11.0	7.8
			5. ぜんぜんしない	8.8	16.0	0.4	10.7	9.2	6.4
化粧水などを付ける	1. 必ずする	4.9	0.8	9.6	2.0	5.8	7.0		
	2. かなりする	1.8	0.1	3.8	0.9	1.4	3.2		
	3. まあする	7.5	2.3	13.4	5.2	8.5	8.8		
	4. あまりしない	12.6	6.6	19.7	8.5	14.0	15.6		
	5. ぜんぜんしない	73.2	90.2	53.5	83.5	70.4	65.5		
日焼け止めを塗る	1. 必ずする	1.8	0.2	3.7	1.1	1.5	2.7		
	2. かなりする	1.7	0.4	3.3	0.9	2.8	1.4		
	3. まあする	9.6	1.6	19.0	8.5	8.6	12.0		
	4. あまりしない	12.4	4.3	22.0	10.5	12.8	14.1		
	5. ぜんぜんしない	74.4	93.5	52.1	79.1	74.3	69.8		

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別			
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年	
4	で学朝 に校起 すにき る行く てから とまら	まゆを整 える	1. 必ずする	1.8	0.8	3.0	0.1	2.8	2.6
			2. かなりする	1.6	0.5	2.8	0.6	1.7	2.6
			3. まあする	4.9	1.5	8.9	3.0	5.9	5.9
			4. あまりしない	11.6	6.0	18.3	8.0	14.5	12.4
			5. ぜんぜんしない	80.0	91.1	66.9	88.3	75.1	76.5
5	友だち の人数	を休 すみ時 間、 友だち 話	1. いない	1.4	1.9	0.8	1.1	1.4	1.6
			2. 1人いる	2.0	1.5	2.5	2.1	1.8	1.9
			3. 2、3人いる	15.5	12.3	19.3	13.6	16.6	16.3
			4. 4、5人いる	19.2	14.5	24.7	18.3	18.7	20.7
			5. それ以上いる	62.0	69.9	52.6	64.9	61.4	59.4
		に放 遊課 後、 友だち 一緒	1. いない	8.9	9.8	7.8	10.9	7.9	8.0
			2. 1人いる	3.0	1.3	4.9	3.5	2.7	2.7
			3. 2、3人いる	22.2	17.8	27.4	21.9	21.3	23.3
			4. 4、5人いる	20.0	18.0	22.4	19.6	21.2	19.1
			5. それ以上いる	45.9	53.1	37.5	44.2	47.0	46.8
		く相 困つ たの とき、 友だち と	1. いない	11.1	17.6	3.5	12.4	11.0	10.0
			2. 1人いる	11.0	10.0	12.0	10.4	12.4	10.0
			3. 2、3人いる	39.5	36.1	43.4	36.6	39.4	42.5
			4. 4、5人いる	14.7	11.4	18.6	14.9	15.2	14.0
			5. それ以上いる	23.7	24.8	22.5	25.7	22.0	23.5
		行一 休 み の 日 に、 友だち と	1. いない	7.7	10.5	4.4	11.3	6.7	5.0
			2. 1人いる	4.2	3.1	5.4	5.5	3.5	3.5
			3. 2、3人いる	25.9	22.6	29.6	26.5	25.3	25.8
			4. 4、5人いる	21.8	19.9	24.1	19.2	23.5	22.6
			5. それ以上いる	40.5	43.8	36.6	37.5	41.1	43.0
		のツ で強 やス ポ ル ト	1. いない	31.8	29.5	34.5	39.6	28.8	26.8
			2. 1人いる	11.7	10.6	12.9	12.8	12.4	9.7
			3. 2、3人いる	28.3	25.6	31.4	25.7	26.4	32.9
			4. 4、5人いる	9.9	10.5	9.1	7.4	12.2	9.8
			5. それ以上いる	18.4	23.8	12.2	14.5	20.1	20.8
そ一 生 な つき 友だ ちあ ちえ	1. いない	10.8	13.7	7.3	10.5	11.4	10.3		
	2. 1人いる	13.2	9.6	17.5	15.3	13.4	10.9		
	3. 2、3人いる	35.7	34.1	37.6	33.8	35.6	37.9		
	4. 4、5人いる	14.8	13.2	16.8	13.3	15.3	15.9		
	5. それ以上いる	25.4	29.4	20.8	27.0	24.3	25.0		
6	友だち と一 緒の とき、 して いる こと	緒ト イレ 行く に	1. よくそうする	26.6	14.0	41.5	20.6	27.5	31.9
			2. わりとそうする	28.9	26.5	31.7	29.9	26.8	30.1
			3. あまりそうしない	27.1	32.8	20.4	28.2	28.3	24.7
			4. ぜんぜんそうしない	17.4	26.6	6.5	21.3	17.4	13.2
		にと飲 す同 じ物 は の	1. よくそうする	2.7	3.0	2.3	3.6	2.5	2.0
			2. わりとそうする	15.3	13.7	17.2	18.3	14.7	12.8
			3. あまりそうしない	52.5	47.1	58.9	49.9	53.8	54.0
			4. ぜんぜんそうしない	29.5	36.1	21.7	28.3	29.0	31.3
		れも流 行つ ては 手 で 入 る	1. よくそうする	12.5	10.5	14.8	16.2	10.3	11.1
			2. わりとそうする	30.7	27.8	34.2	28.9	32.1	31.1
			3. あまりそうしない	38.7	39.6	37.5	36.4	37.8	41.9
			4. ぜんぜんそうしない	18.1	22.0	13.5	18.5	19.7	15.9
		こ好 とき でも ない すい	1. よくそうする	3.7	3.5	3.9	4.0	3.1	4.0
			2. わりとそうする	20.1	19.0	21.4	18.9	20.8	20.5
			3. あまりそうしない	52.8	49.2	57.0	51.6	52.2	54.6
			4. ぜんぜんそうしない	23.5	28.3	17.7	25.5	24.0	20.8

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全体	性別		学年別			
				男子	女子	1年	2年	3年	
7	が学校に楽しい行くの	1. とても楽しい	27.5	25.3	30.2	37.3	22.9	22.3	
		2. わりと楽しい	36.7	36.3	37.3	36.1	38.2	35.8	
		3. 少し楽しい	19.2	20.2	18.0	18.2	19.0	20.5	
		4. あまり楽しくない	10.7	10.3	11.1	5.1	12.9	14.1	
		5. ぜんぜん楽しくない	5.8	8.0	3.3	3.3	6.9	7.3	
8	好きか自分のことが	1. とても好き	10.6	14.2	6.4	16.8	7.7	7.1	
		2. わりと好き	20.6	23.4	17.4	23.1	18.0	20.8	
		3. 少し好き	29.0	32.1	25.3	29.7	30.5	26.7	
		4. あまり好きではない	29.3	22.4	37.5	22.7	30.6	34.9	
		5. ぜんぜん好きではない	10.4	7.9	13.4	7.7	13.1	10.4	
9	友だちや家族から言われるか	た成績が下がったね	1. いつも言われる	7.5	9.1	5.6	3.5	9.9	9.3
			2. かなり言われる	12.5	12.2	12.7	5.9	16.8	14.7
			3. ときどき言われる	30.7	28.6	33.2	25.8	34.3	32.0
			4. あまり言われぬ	27.6	25.7	29.9	32.8	24.0	26.0
			5. ぜんぜん言われぬ	21.7	24.3	18.6	31.9	15.0	18.0
		最近、太った？	1. いつも言われる	3.5	3.2	3.9	3.2	3.9	3.5
			2. かなり言われる	5.1	3.5	7.0	3.5	7.0	5.1
			3. ときどき言われる	18.1	11.6	25.8	11.6	25.8	18.1
			4. あまり言われぬ	23.5	18.1	30.0	18.1	30.0	23.5
			5. ぜんぜん言われぬ	49.8	63.7	33.3	63.7	33.3	49.8
		た二キビが増え	1. いつも言われる	2.7	3.3	2.0	2.3	2.9	3.0
			2. かなり言われる	5.1	4.1	6.3	3.8	5.2	6.3
			3. ときどき言われる	21.1	19.9	22.6	17.2	24.0	22.2
			4. あまり言われぬ	22.0	18.2	26.5	17.8	21.7	26.9
			5. ぜんぜん言われぬ	49.0	54.4	42.6	58.9	46.2	41.6
		ね字がきたない	1. いつも言われる	8.6	12.8	3.8	9.9	8.1	7.9
			2. かなり言われる	8.9	12.3	4.8	10.3	8.3	7.9
			3. ときどき言われる	19.5	22.1	16.4	19.1	19.7	19.6
			4. あまり言われぬ	25.7	20.1	32.4	24.7	28.2	24.1
			5. ぜんぜん言われぬ	37.3	32.7	42.7	36.0	35.6	40.4
		その服、ヘン	1. いつも言われる	1.5	1.9	1.0	1.4	1.3	1.9
			2. かなり言われる	3.0	2.6	3.3	3.1	2.2	3.6
			3. ときどき言われる	13.0	11.5	14.8	12.9	13.5	12.7
			4. あまり言われぬ	31.5	29.2	34.3	23.5	34.5	36.7
			5. ぜんぜん言われぬ	51.0	54.7	46.5	59.0	48.5	45.1
くこの頃、男なら女なら	1. いつも言われる	1.8	2.0	1.6	1.4	1.8	2.3		
	2. かなり言われる	3.7	4.3	2.9	3.3	5.0	2.7		
	3. ときどき言われる	18.4	16.6	20.6	19.2	20.0	15.8		
	4. あまり言われぬ	27.7	24.6	31.4	24.5	28.4	30.4		
	5. ぜんぜん言われぬ	48.4	52.5	43.5	51.6	44.8	48.8		
10	最近1年間で悩んだこと	しれんたのいいか	1. かなり悩んだ	8.4	5.5	11.8	7.3	9.5	8.2
			2. わりと悩んだ	12.5	9.8	15.7	13.0	13.2	11.1
			3. 少し悩んだ	23.1	17.5	29.7	20.1	22.7	26.7
			4. あまり悩まなかった	28.4	29.9	26.5	28.4	29.2	27.4
			5. ぜんぜん悩まなかった	27.7	37.4	16.3	31.2	25.5	26.5
	た異性のいいか	1. かなり悩んだ	5.3	5.1	5.4	2.7	5.1	8.1	
		2. わりと悩んだ	7.0	6.1	8.1	6.1	7.1	7.8	
		3. 少し悩んだ	17.3	14.2	21.0	16.7	16.7	18.6	
		4. あまり悩まなかった	31.6	29.8	33.7	27.2	33.8	33.7	
		5. ぜんぜん悩まなかった	38.9	44.8	31.8	47.2	37.3	31.8	

資料2 学年・性別集計表

質問項目		全体	性別		学年別				
			男子	女子	1年	2年	3年		
10	最近1年間で悩んだこと	ら親でできるや友たがた	1. かなり悩んだ	10.9	7.4	15.0	13.8	10.3	8.6
			2. わりと悩んだ	13.2	10.2	16.6	14.5	12.9	12.0
			3. 少し悩んだ	22.3	18.2	27.3	23.0	22.2	21.8
			4. あまり悩まなかった	25.3	26.3	24.1	19.7	26.9	29.5
			5. ぜんぜん悩まなかった	28.3	37.9	16.9	29.1	27.6	28.1
		で先生との関係	1. かなり悩んだ	4.3	3.8	4.8	5.5	3.6	3.6
			2. わりと悩んだ	5.0	4.2	5.9	4.7	5.3	5.0
			3. 少し悩んだ	14.9	14.0	16.0	16.4	13.6	14.7
			4. あまり悩まなかった	32.2	28.4	36.6	29.7	33.6	33.2
			5. ぜんぜん悩まなかった	43.7	49.6	36.7	43.6	43.9	43.5
		親との関係で	1. かなり悩んだ	4.6	3.6	5.9	5.0	4.9	4.0
			2. わりと悩んだ	5.0	4.3	5.8	2.5	5.4	7.0
			3. 少し悩んだ	12.0	9.8	14.6	10.9	12.1	12.9
			4. あまり悩まなかった	27.4	25.6	29.6	23.7	30.6	28.0
			5. ぜんぜん悩まなかった	51.0	56.7	44.2	57.9	46.9	48.1
		い学業成績につ	1. かなり悩んだ	19.0	20.5	17.1	15.4	18.8	23.0
			2. わりと悩んだ	20.2	18.2	22.5	16.1	19.5	25.2
			3. 少し悩んだ	26.8	24.1	30.1	25.8	27.4	27.2
			4. あまり悩まなかった	16.0	14.4	17.9	19.5	15.2	13.1
			5. ぜんぜん悩まなかった	18.1	22.8	12.4	23.1	19.2	11.6
		い高校受験につ	1. かなり悩んだ	17.0	18.7	14.8	10.7	14.8	25.9
			2. わりと悩んだ	17.0	17.0	16.8	9.3	15.5	26.6
			3. 少し悩んだ	23.6	21.6	26.0	16.6	24.8	29.8
			4. あまり悩まなかった	15.7	14.3	17.3	18.6	19.1	8.9
			5. ぜんぜん悩まなかった	26.8	28.3	25.1	44.9	25.8	8.9
		つ将来の進路に	1. かなり悩んだ	18.4	21.0	15.3	15.3	16.0	24.3
			2. わりと悩んだ	16.7	17.2	16.2	11.2	16.5	22.8
			3. 少し悩んだ	25.0	23.3	27.0	20.4	25.7	29.1
			4. あまり悩まなかった	16.8	13.3	20.9	19.1	19.9	10.9
			5. ぜんぜん悩まなかった	23.1	25.2	20.6	34.0	21.9	12.9
		つ自分の性格に	1. かなり悩んだ	13.6	9.8	18.2	15.6	11.7	13.5
			2. わりと悩んだ	14.2	10.7	18.4	13.2	14.8	14.6
			3. 少し悩んだ	24.0	22.4	26.0	19.9	26.9	25.4
			4. あまり悩まなかった	23.9	23.7	24.3	22.5	25.0	24.3
			5. ぜんぜん悩まなかった	24.2	33.5	13.1	28.7	21.5	22.2
つ身長や体重に	1. かなり悩んだ	17.2	13.0	22.2	18.6	15.1	18.0		
	2. わりと悩んだ	16.3	10.9	22.6	14.7	18.2	15.9		
	3. 少し悩んだ	21.5	17.6	26.2	19.5	23.3	21.7		
	4. あまり悩まなかった	18.7	20.8	16.1	17.4	19.4	19.2		
	5. ぜんぜん悩まなかった	26.3	37.6	12.9	29.8	24.0	25.2		
ての外見などに、つ自分	1. かなり悩んだ	14.9	8.3	22.7	14.4	14.7	15.6		
	2. わりと悩んだ	14.1	8.3	21.1	11.6	14.7	16.2		
	3. 少し悩んだ	20.0	16.3	24.5	17.7	20.4	22.2		
	4. あまり悩まなかった	23.9	26.6	20.6	21.4	26.6	23.5		
	5. ぜんぜん悩まなかった	27.1	40.6	11.1	34.9	23.6	22.6		
11	どが不安や悩みがあるかき	1. いつもそうなる	5.8	5.2	6.6	6.3	5.0	6.1	
		2. かなりそうなる	14.9	11.5	18.9	12.5	16.5	15.6	
		3. あまりそうならない	37.8	34.0	42.2	37.2	36.5	39.8	
		4. ぜんぜんそうならない	41.5	49.3	32.3	43.9	42.0	38.5	

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全体	性別		学年別		
				男子	女子	1年	2年	3年
不安や悩みがあるとき、どうなるか	食欲が落ちる	1. いつもそうなる	3.5	2.5	4.6	3.7	4.2	2.5
		2. かなりそうなる	10.8	7.5	14.7	9.2	11.4	12.0
		3. あまりそうならない	37.4	33.9	41.5	33.7	39.0	39.6
		4. ぜんぜんそうならない	48.3	56.1	39.1	53.5	45.5	45.9
	過食にはした物に当たる	1. いつもそうなる	2.3	2.0	2.6	1.7	2.2	3.0
		2. かなりそうなる	5.6	4.2	7.3	4.7	5.9	6.2
		3. あまりそうならない	31.6	27.6	36.4	28.7	32.6	33.5
		4. ぜんぜんそうならない	60.5	66.3	53.7	64.9	59.3	57.3
	親に反抗的	1. いつもそうなる	14.2	11.6	17.3	13.0	13.2	16.6
		2. かなりそうなる	28.0	22.5	34.6	23.7	28.2	32.4
		3. あまりそうならない	29.2	30.4	27.8	29.5	31.7	26.2
		4. ぜんぜんそうならない	28.5	35.4	20.4	33.8	26.9	24.7
友だちと相談する	1. いつもそうなる	13.4	11.0	16.3	11.3	13.6	15.4	
	2. かなりそうなる	26.3	21.9	31.4	23.9	28.0	26.9	
	3. あまりそうならない	33.2	34.5	31.7	31.4	32.3	36.2	
	4. ぜんぜんそうならない	27.1	32.6	20.6	33.5	26.1	21.4	
友だちと話しにくい	1. いつもそうなる	2.6	2.3	2.9	2.8	1.8	3.2	
	2. かなりそうなる	8.2	5.9	11.0	6.6	7.5	10.7	
	3. あまりそうならない	34.6	29.7	40.4	27.5	36.3	40.3	
	4. ぜんぜんそうならない	54.6	62.1	45.7	63.0	54.4	45.9	
友だちと話す	1. いつもそうなる	11.9	4.0	21.3	11.8	10.7	13.4	
	2. かなりそうなる	24.0	15.3	34.3	21.2	23.5	27.5	
	3. あまりそうならない	33.0	35.9	29.6	33.0	35.2	30.6	
	4. ぜんぜんそうならない	31.1	44.8	14.7	34.0	30.6	28.5	
友だちと話しにくい	1. いつもそうなる	20.3	18.3	22.5	19.6	18.3	23.1	
	2. かなりそうなる	25.2	22.9	28.0	22.4	25.4	28.0	
	3. あまりそうならない	29.7	27.6	32.2	29.4	31.3	28.3	
	4. ぜんぜんそうならない	24.8	31.1	17.3	28.6	25.0	20.7	
学校に行きたくない	1. いつもそうなる	10.1	7.1	13.6	7.5	11.7	11.1	
	2. かなりそうなる	16.6	13.4	20.4	13.7	16.5	19.7	
	3. あまりそうならない	29.7	27.9	31.8	27.3	29.1	32.7	
	4. ぜんぜんそうならない	43.7	51.6	34.2	51.4	42.7	36.5	
無気力になる	1. いつもそうなる	11.0	9.3	13.2	7.3	10.9	15.1	
	2. かなりそうなる	17.6	14.6	21.2	12.3	17.5	23.5	
	3. あまりそうならない	33.5	31.0	36.5	32.1	35.6	32.8	
	4. ぜんぜんそうならない	37.8	45.1	29.2	48.3	36.0	28.5	
死にたい気分	1. いつもそうなる	6.2	4.4	8.3	4.5	6.8	7.2	
	2. かなりそうなる	8.1	4.5	12.5	6.4	9.5	8.6	
	3. あまりそうならない	21.1	18.8	23.9	18.4	20.3	24.9	
	4. ぜんぜんそうならない	64.6	72.3	55.3	70.7	63.4	59.3	
力尽きる	1. いつもそうなる	5.1	2.9	7.7	3.8	6.6	4.8	
	2. かなりそうなる	10.1	4.8	16.4	5.9	12.3	12.2	
	3. あまりそうならない	21.9	17.2	27.6	19.3	21.8	24.9	
	4. ぜんぜんそうならない	62.9	75.1	48.4	70.9	59.4	58.1	
泣きそう	1. いつもそうなる	6.0	1.7	11.2	5.6	6.5	5.9	
	2. かなりそうなる	9.9	3.3	17.8	10.3	9.7	9.6	
	3. あまりそうならない	23.3	17.0	30.8	20.6	21.4	28.2	
	4. ぜんぜんそうならない	60.8	78.1	40.2	63.5	62.3	56.3	
見人からかき回す	1. とても気にする	20.6	14.2	28.1	18.3	20.7	22.8	
	2. わりと気にする	35.5	27.8	44.5	30.3	37.9	38.3	
	3. あまり気にしない	30.7	37.5	22.6	33.7	30.6	27.6	
	4. ぜんぜん気にしない	13.3	20.5	4.7	17.7	10.8	11.3	

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別			
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年	
13	希望する体重	1. 10kg以上やせたい	11.8	7.7	16.6	10.9	11.2	13.4	
		2. 5kgくらいやせたい	17.9	9.5	27.9	15.2	18.9	19.7	
		3. 2、3kgやせたい	18.7	12.2	26.3	19.2	19.9	16.7	
		4. 今のままでいい	38.8	49.5	26.1	42.6	38.1	35.4	
		5. 2、3kg太りたい	5.0	7.3	2.2	5.5	5.2	4.2	
		6. 5kgくらい太りたい	5.6	9.6	0.8	4.7	4.5	7.6	
		7. 10kg以上太りたい	2.3	4.2	0.1	1.9	2.1	3.0	
	やせたいと思っている人 (複数回答)	なぜ、やせたいか	1. スポーツがうまくできそう	41.1	55.0	33.8	46.0	39.8	37.5
		2. もっとおしゃれができる	43.7	11.3	60.7	35.4	43.0	52.8	
		3. 自分に自信が持てる	45.6	29.8	53.9	42.5	43.0	51.6	
		4. 人からバカにされなくなる	18.1	21.3	16.4	20.6	17.7	15.8	
		5. いじめられなくなる	5.1	6.6	4.3	5.3	5.6	4.4	
		6. 性格が明るくなれる	13.4	9.1	15.7	14.2	12.1	14.1	
		7. 異性にもてる	14.2	10.5	16.1	11.5	15.9	15.0	
		8. その他	23.9	22.9	24.3	24.8	24.7	22.0	
14	ダイエット経験	1. 1回もない	55.5	73.1	35.6	56.5	54.8	55.2	
		2. 1回ある	14.8	10.5	19.6	14.4	16.4	13.4	
		3. 2、3回ある	18.0	9.8	27.3	17.8	18.0	18.2	
		4. 何回もある	8.2	4.5	12.4	9.3	8.1	7.2	
		5. しょっちゅうしている	3.6	2.1	5.2	2.1	2.7	6.0	
15	体重計にどれくらい乗るか	1. 1日に何回も	2.3	2.4	2.3	2.2	2.4	2.4	
		2. 1日に1回	8.0	4.5	12.0	7.5	7.4	9.1	
		3. 2～3日に1回	7.5	4.5	10.9	5.5	7.7	9.3	
		4. 4～5日に1回	4.4	3.2	5.9	4.3	4.8	4.1	
		5. 1週間に1回	15.6	14.8	16.4	16.5	16.1	14.0	
		6. それ以下	62.2	70.7	52.6	64.0	61.6	61.0	
16	やせるためにしたこと	油の多いものを食べない	1. 1回もない	67.9	79.0	55.2	68.9	67.0	67.7
			2. 1回ある	11.1	6.7	16.2	10.7	11.8	10.9
			3. 2、3回ある	12.9	8.6	17.8	13.5	12.8	12.4
			4. 何回もある	5.3	3.5	7.4	4.7	5.5	5.8
			5. しょっちゅうしている	2.8	2.2	3.4	2.2	2.9	3.2
		甘いものを食べない	1. 1回もない	58.9	74.3	41.5	59.5	58.8	58.5
			2. 1回ある	10.8	7.6	14.5	13.2	10.5	8.7
			3. 2、3回ある	14.7	8.5	21.7	12.7	16.1	15.2
			4. 何回もある	10.9	5.7	16.8	9.6	9.9	13.3
			5. しょっちゅうしている	4.6	3.9	5.5	5.0	4.6	4.3
	食べる量を減らす	1. 1回もない	66.4	79.2	51.8	67.5	65.4	66.3	
		2. 1回ある	11.4	7.1	16.2	12.2	12.4	9.4	
		3. 2、3回ある	11.5	7.6	16.0	10.0	11.9	12.9	
		4. 何回もある	7.2	3.5	11.4	6.7	6.7	8.3	
		5. しょっちゅうしている	3.5	2.6	4.5	3.7	3.6	3.2	
	野菜やたんぱく質をたくさん食べる	1. 1回もない	62.5	72.8	50.9	63.8	61.8	62.0	
		2. 1回ある	8.3	5.5	11.4	7.3	9.8	7.6	
		3. 2、3回ある	11.0	8.0	14.5	9.5	11.6	12.1	
		4. 何回もある	9.8	6.6	13.6	10.2	9.7	9.6	
		5. しょっちゅうしている	8.3	7.2	9.6	9.2	7.1	8.7	
	食事を抜く	1. 1回もない	87.6	92.4	82.2	89.3	87.1	86.4	
		2. 1回ある	4.2	2.3	6.3	4.1	4.6	3.8	
		3. 2、3回ある	4.2	3.1	5.5	3.4	3.9	5.3	
		4. 何回もある	2.5	1.3	3.9	1.6	3.2	2.7	
5. しょっちゅうしている		1.4	0.8	2.1	1.5	1.2	1.7		



資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別			
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年	
16	やせるためにしたこと	間食をしない	1. 1回もない	60.6	74.4	44.9	64.1	60.5	57.2
			2. 1回ある	8.6	4.9	12.8	9.6	7.8	8.5
			3. 2、3回ある	11.8	8.0	16.2	10.6	12.0	12.9
			4. 何回もある	10.4	5.8	15.8	8.8	10.4	12.2
			5. しょっちゅうしている	8.5	7.0	10.2	6.9	9.2	9.2
		薬を飲む	1. 1回もない	95.3	95.4	95.1	95.6	95.7	94.5
			2. 1回ある	1.4	0.9	2.0	1.3	1.3	1.7
			3. 2、3回ある	1.0	1.2	0.7	0.9	0.9	1.2
			4. 何回もある	1.1	1.0	1.2	0.7	1.0	1.5
			5. しょっちゅうしている	1.2	1.5	0.9	1.5	1.2	1.1
		をカロリー計算	1. 1回もない	89.9	94.6	84.5	89.2	90.2	90.4
			2. 1回ある	3.6	1.8	5.7	4.0	3.6	3.2
			3. 2、3回ある	3.1	1.6	4.8	3.2	2.6	3.5
			4. 何回もある	1.7	1.2	2.2	1.8	1.3	2.0
			5. しょっちゅうしている	1.7	0.8	2.7	1.9	2.3	0.9
		運動やせるための	1. 1回もない	52.5	68.7	34.1	52.2	49.7	55.9
			2. 1回ある	11.6	8.2	15.4	12.6	12.0	10.0
			3. 2、3回ある	15.5	10.2	21.5	14.7	17.3	14.4
			4. 何回もある	11.1	5.8	17.0	10.6	11.4	11.2
			5. しょっちゅうしている	9.3	7.1	11.9	9.9	9.5	8.6
		長い時間お風呂に入る	1. 1回もない	68.0	81.1	53.1	68.3	68.7	66.8
			2. 1回ある	8.3	5.6	11.4	10.3	7.9	6.6
			3. 2、3回ある	8.5	4.6	12.9	8.4	8.2	8.9
			4. 何回もある	7.5	3.4	12.1	6.8	6.6	9.2
			5. しょっちゅうしている	7.8	5.3	10.5	6.3	8.5	8.4
むくみやすい本を読む	1. 1回もない	86.7	97.5	74.4	89.9	86.6	83.5		
	2. 1回ある	4.1	1.0	7.7	3.6	3.9	4.9		
	3. 2、3回ある	4.5	0.6	8.9	3.2	5.3	4.9		
	4. 何回もある	3.0	0.3	6.0	2.2	2.5	4.3		
	5. しょっちゅうしている	1.7	0.6	2.9	1.0	1.7	2.5		
は食べたものを	1. 1回もない	96.8	96.4	97.3	95.9	97.8	96.6		
	2. 1回ある	1.1	0.8	1.5	1.5	0.6	1.4		
	3. 2、3回ある	1.1	1.8	0.4	0.9	0.9	1.7		
	4. 何回もある	0.2	0.2	0.3	0.4	0.1	0.2		
	5. しょっちゅうしている	0.7	0.8	0.5	1.3	0.6	0.2		
17	体型のことで傷つくことを言われた経験	か異性の友だち	1. 1回もない	70.7	81.1	58.4	69.6	72.7	69.7
			2. 1回ある	8.5	5.4	12.2	8.5	8.1	9.0
			3. 2、3回ある	9.9	6.3	14.1	10.4	8.0	11.4
			4. 何回もある	6.2	3.4	9.5	6.7	6.3	5.6
			5. よく言われている	4.7	3.7	5.8	4.8	4.9	4.4
		か同性の友だち	1. 1回もない	68.0	69.6	66.1	68.4	68.9	66.6
			2. 1回ある	9.2	7.8	10.9	9.7	10.5	7.4
			3. 2、3回ある	11.3	9.5	13.4	11.2	9.4	13.4
			4. 何回もある	6.3	6.6	5.9	5.1	6.9	6.9
			5. よく言われている	5.2	6.4	3.8	5.5	4.3	5.7
	先生から	1. 1回もない	92.1	92.9	91.1	93.9	90.6	91.7	
		2. 1回ある	4.2	3.6	4.9	4.3	4.8	3.5	
		3. 2、3回ある	2.5	2.2	2.9	1.0	3.2	3.5	
		4. 何回もある	0.6	0.4	0.8	0.4	0.6	0.9	
		5. よく言われている	0.6	0.9	0.2	0.4	0.8	0.5	

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全体	性別		学年別			
				男子	女子	1年	2年	3年	
17	言傷体 わつ型の れたこと た経験 をで	家 の人 から	1. 1回もない	63.4	74.0	51.1	64.9	62.7	62.7
			2. 1回ある	8.9	7.2	10.9	9.8	10.4	6.3
			3. 2、3回ある	8.8	6.0	12.0	8.3	8.1	10.1
			4. 何回もある	9.0	6.0	12.5	8.5	9.7	8.9
			5. よく言われている	9.8	6.8	13.5	8.5	9.1	12.0
18	外 見の こと で傷 つく こと を言 われ た経 験	か異 性の 友だ ち	1. 1回もない	67.3	77.2	55.6	67.0	70.6	64.0
			2. 1回ある	10.4	7.4	13.9	10.9	9.3	11.0
			3. 2、3回ある	11.6	8.3	15.4	11.2	9.6	14.1
			4. 何回もある	6.5	3.9	9.6	6.1	6.3	7.2
			5. よく言われている	4.3	3.3	5.4	4.8	4.2	3.8
		か同 性の 友だ ち	1. 1回もない	64.8	67.1	62.1	67.3	67.6	59.2
			2. 1回ある	12.3	9.9	15.0	12.6	11.9	12.3
			3. 2、3回ある	11.9	10.1	14.0	9.1	12.1	14.7
			4. 何回もある	6.6	7.2	5.8	6.1	5.3	8.4
			5. よく言われている	4.5	5.7	3.0	5.0	3.1	5.4
	先 生 か ら	1. 1回もない	92.5	93.4	91.5	94.2	92.7	90.6	
		2. 1回ある	3.5	2.7	4.6	2.1	3.7	4.9	
		3. 2、3回ある	2.7	2.3	3.1	2.5	2.2	3.3	
		4. 何回もある	0.6	0.6	0.5	0.6	0.7	0.4	
		5. よく言われている	0.7	1.0	0.3	0.6	0.7	0.7	
	家 の 人 か ら	1. 1回もない	74.7	83.9	64.0	75.2	76.7	72.0	
		2. 1回ある	6.5	4.9	8.3	7.1	5.3	7.0	
		3. 2、3回ある	7.2	4.4	10.4	6.6	7.0	7.9	
		4. 何回もある	5.6	3.1	8.5	4.5	6.0	6.3	
		5. よく言われている	6.0	3.7	8.8	6.5	4.9	6.7	
19	性 格の こと で傷 つく こと を言 われ た経 験	か異 性の 友だ ち	1. 1回もない	74.6	80.6	67.5	73.9	75.6	74.4
			2. 1回ある	9.5	7.9	11.3	8.7	9.3	10.5
			3. 2、3回ある	9.8	6.5	13.7	9.7	8.7	11.1
			4. 何回もある	3.4	2.5	4.5	3.2	4.5	2.4
			5. よく言われている	2.7	2.5	3.0	4.5	2.0	1.6
		か同 性の 友だ ち	1. 1回もない	63.2	71.3	53.5	65.4	64.0	60.0
			2. 1回ある	13.3	11.2	15.8	13.5	11.8	14.7
			3. 2、3回ある	14.2	9.7	19.6	11.8	15.6	15.3
			4. 何回もある	6.6	4.9	8.5	5.8	6.3	7.7
			5. よく言われている	2.7	2.8	2.6	3.5	2.4	2.3
	先 生 か ら	1. 1回もない	87.7	89.6	85.4	88.2	87.9	86.9	
		2. 1回ある	5.5	4.2	6.9	4.4	6.0	6.0	
		3. 2、3回ある	3.9	3.2	4.7	3.9	2.8	5.0	
		4. 何回もある	1.3	0.9	1.8	1.4	1.0	1.5	
		5. よく言われている	1.7	2.1	1.2	2.1	2.2	0.6	
	家 の 人 か ら	1. 1回もない	68.6	78.5	56.7	69.7	68.9	67.1	
		2. 1回ある	7.7	6.0	9.6	6.6	8.4	8.0	
		3. 2、3回ある	9.4	5.7	13.8	8.7	9.0	10.7	
		4. 何回もある	6.2	3.5	9.4	5.6	6.7	6.3	
		5. よく言われている	8.1	6.3	10.4	9.4	7.0	8.0	
21	のや イメ ージ を 人 に し て ら る	人か ら う ら ら る	1. とてもそう	13.4	4.7	23.6	12.4	13.5	14.2
			2. わりとそう	26.4	13.7	41.4	22.9	29.3	27.2
			3. あまりそうでない	28.4	32.8	23.2	27.6	28.7	29.0
			4. ぜんぜんそうでない	31.8	48.8	11.8	37.1	28.6	29.6



資料2 学年・性別集計表

質問項目			全体	性別		学年別			
				男子	女子	1年	2年	3年	
21	やせている人のイメージ	異性にもて	1. とてもそう	11.5	5.5	18.7	10.9	11.7	12.1
			2. わりとそう	24.1	15.7	34.1	22.2	25.2	25.0
			3. あまりそうでない	33.7	34.1	33.2	30.3	35.4	35.4
			4. ぜんぜんそうでない	30.6	44.8	14.0	36.6	27.7	27.5
		運動神経がよさそう	1. とてもそう	17.6	13.5	22.4	20.9	17.5	14.2
			2. わりとそう	31.7	28.5	35.6	32.2	31.7	31.3
			3. あまりそうでない	28.8	27.8	30.0	24.0	32.4	30.1
			4. ぜんぜんそうでない	21.8	30.2	12.0	22.9	18.4	24.4
		性格が明る	1. とてもそう	9.9	6.0	14.5	13.2	8.7	7.7
			2. わりとそう	16.8	12.9	21.5	15.9	17.7	16.9
	3. あまりそうでない		40.9	38.3	44.0	34.5	44.6	43.8	
	4. ぜんぜんそうでない		32.3	42.8	20.0	36.5	29.0	31.6	
	自分に自信	1. とてもそう	15.7	7.6	25.3	17.0	16.5	13.6	
		2. わりとそう	22.5	14.5	31.9	21.5	23.7	22.2	
		3. あまりそうでない	32.4	36.0	28.2	28.9	33.1	35.3	
		4. ぜんぜんそうでない	29.4	42.0	14.6	32.6	26.7	29.0	
	神経質そう	1. とてもそう	7.5	8.4	6.5	8.6	7.9	6.1	
		2. わりとそう	14.4	13.4	15.6	11.7	16.0	15.6	
		3. あまりそうでない	39.3	34.0	45.5	34.4	42.8	40.6	
		4. ぜんぜんそうでない	38.8	44.2	32.4	45.3	33.3	37.7	
かっこいい	1. とてもそう	15.1	7.7	23.9	16.0	15.9	13.4		
	2. わりとそう	23.2	16.6	31.0	20.3	22.9	26.7		
	3. あまりそうでない	31.8	35.5	27.4	29.0	34.6	31.7		
	4. ぜんぜんそうでない	29.8	40.2	17.7	34.8	26.6	28.1		
頭がよさそう	1. とてもそう	8.5	7.9	9.2	8.7	10.3	6.5		
	2. わりとそう	14.2	15.2	13.0	14.6	15.6	12.2		
	3. あまりそうでない	39.6	33.7	46.6	34.1	41.1	44.0		
	4. ぜんぜんそうでない	37.7	43.2	31.1	42.7	33.1	37.3		
コンプレックス	1. とてもそう	9.0	4.8	13.9	10.1	7.9	9.0		
	2. わりとそう	13.7	9.6	18.5	10.6	16.9	13.6		
	3. あまりそうでない	38.5	35.0	42.6	34.9	40.1	40.4		
	4. ぜんぜんそうでない	38.8	50.5	25.0	44.4	35.1	37.0		
22	躍りたるといかに活	1. とてもなりたい	11.8	12.5	11.0	14.2	11.0	10.1	
		2. わりとなりたい	20.0	16.9	23.7	21.2	18.8	20.1	
		3. あまりなりたくない	34.9	33.1	37.0	35.1	36.1	33.3	
		4. ぜんぜんなりたくない	33.3	37.5	28.3	29.5	34.1	36.5	
24	自己評価	性格	1. とても満足している	9.2	12.2	5.6	13.3	7.0	7.0
			2. わりと満足している	39.0	46.5	29.9	41.7	37.7	37.4
			3. あまり満足していない	40.2	32.9	48.9	36.0	41.9	43.0
			4. ぜんぜん満足していない	11.6	8.3	15.5	9.0	13.4	12.6
		成績	1. とても満足している	4.9	6.6	2.8	8.7	4.2	1.5
			2. わりと満足している	24.9	24.9	24.8	33.4	20.9	20.0
			3. あまり満足していない	37.2	37.2	37.2	36.5	35.4	39.9
			4. ぜんぜん満足していない	33.1	31.3	35.2	21.5	39.5	38.6
		運動能力	1. とても満足している	8.8	12.6	4.2	13.3	7.9	4.9
			2. わりと満足している	32.0	36.5	26.5	32.7	30.1	33.3
			3. あまり満足していない	36.7	33.8	40.2	34.4	39.2	36.6
			4. ぜんぜん満足していない	22.5	17.1	29.1	19.7	22.9	25.2
		友達と	1. とても満足している	17.6	22.0	12.4	23.5	14.3	15.0
			2. わりと満足している	47.9	49.4	46.2	49.7	47.3	46.8
			3. あまり満足していない	26.4	21.5	32.4	20.1	30.2	29.1
			4. ぜんぜん満足していない	8.0	7.1	9.0	6.6	8.3	9.1

資料2 学年・性別集計表

質問項目		全体	性別		学年別				
			男子	女子	1年	2年	3年		
24	自己評価	身長	1. とても満足している	11.5	12.8	9.9	14.7	9.5	10.0
			2. わりと満足している	33.8	36.5	30.5	34.4	33.5	33.4
			3. あまり満足していない	33.5	31.0	36.4	33.4	34.1	32.8
			4. ぜんぜん満足していない	21.3	19.6	23.2	17.4	22.9	23.7
		足の長さ	1. とても満足している	9.5	12.1	6.4	12.7	7.6	8.2
			2. わりと満足している	30.8	37.0	23.4	32.1	29.0	31.4
			3. あまり満足していない	38.4	35.5	41.8	38.1	41.7	35.2
			4. ぜんぜん満足していない	21.3	15.4	28.4	17.2	21.7	25.1
		体重	1. とても満足している	7.6	10.5	4.1	11.8	5.5	5.4
			2. わりと満足している	28.1	36.4	18.2	29.1	26.7	28.6
			3. あまり満足していない	35.7	33.5	38.3	34.0	38.4	34.5
			4. ぜんぜん満足していない	28.6	19.6	39.4	25.0	29.4	31.5
		サイエズトの	1. とても満足している	8.5	12.4	3.9	12.8	6.1	6.6
			2. わりと満足している	31.4	40.6	20.4	31.9	30.4	31.9
			3. あまり満足していない	36.3	32.0	41.5	33.7	38.5	36.7
			4. ぜんぜん満足していない	23.8	15.0	34.2	21.6	25.0	24.7
		声	1. とても満足している	11.2	14.2	7.7	17.7	8.4	7.2
			2. わりと満足している	37.7	44.0	30.2	40.4	34.0	38.7
			3. あまり満足していない	36.1	31.3	41.7	30.1	40.2	37.9
			4. ぜんぜん満足していない	15.0	10.6	20.4	11.7	17.3	16.2
		顔立ち	1. とても満足している	8.5	11.7	4.7	13.0	6.8	5.6
			2. わりと満足している	27.1	34.7	18.0	30.4	23.9	27.0
			3. あまり満足していない	42.3	39.9	45.1	39.3	44.6	43.1
			4. ぜんぜん満足していない	22.1	13.6	32.2	17.4	24.6	24.3
顔の大きさ	1. とても満足している	8.6	11.9	4.7	12.3	7.6	5.9		
	2. わりと満足している	32.3	39.1	24.1	36.8	28.0	32.0		
	3. あまり満足していない	38.9	36.8	41.4	34.1	41.9	40.8		
	4. ぜんぜん満足していない	20.2	12.2	29.8	16.8	22.5	21.4		
25	自分のタイプ	くフ 読雑 む誌 をよ シヨ	1. とてもそう	13.9	3.7	25.9	10.6	14.4	16.8
			2. かなりそう	13.3	5.0	23.1	9.2	16.1	14.7
			3. あまりそうではない	26.7	23.0	31.2	24.9	25.3	30.1
			4. ぜんぜんそうではない	46.1	68.3	19.8	55.2	44.2	38.4
		関お 心が やが れる に	1. とてもそう	17.4	6.1	30.7	14.8	18.0	19.4
			2. かなりそう	20.3	11.8	30.4	15.3	20.6	25.2
			3. あまりそうではない	28.0	27.9	28.3	25.7	29.1	29.4
			4. ぜんぜんそうではない	34.3	54.3	10.7	44.3	32.3	26.0
		くテ 見る レヒ をよ	1. とてもそう	58.9	54.6	64.1	63.2	59.0	54.3
			2. かなりそう	27.4	29.8	24.6	24.9	27.8	29.6
			3. あまりそうではない	10.1	11.0	9.1	9.1	9.7	11.7
			4. ぜんぜんそうではない	3.5	4.7	2.2	2.8	3.5	4.4
		ンテ夢 トイ中 がるに いたな るレ	1. とてもそう	28.2	15.6	43.2	30.5	27.4	26.8
			2. かなりそう	14.8	12.6	17.4	12.4	15.5	16.5
			3. あまりそうではない	26.4	27.9	24.7	21.0	28.9	29.5
			4. ぜんぜんそうではない	30.6	44.0	14.7	36.1	28.2	27.2
		や話友 べでだ るよく し電	1. とてもそう	21.3	11.2	33.3	23.0	21.1	19.8
			2. かなりそう	16.3	11.7	21.9	13.4	18.0	17.7
			3. あまりそうではない	34.5	35.1	33.7	31.7	33.4	38.5
			4. ぜんぜんそうではない	27.9	41.9	11.2	32.0	27.4	24.0
		意ゲー ムが得	1. とてもそう	20.2	28.8	9.9	24.5	18.6	17.3
			2. かなりそう	24.4	28.7	19.3	22.2	23.9	27.1
			3. あまりそうではない	36.2	29.9	43.6	36.0	36.3	36.2
			4. ぜんぜんそうではない	19.3	12.6	27.2	17.4	21.1	19.4

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別			
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年	
25	自 分 の タ イ プ	だ誰 ちと にな でも れ友	1. とてもそう	17.1	16.7	17.7	23.1	15.0	13.1
			2. かなりそう	32.1	33.8	30.0	32.2	31.8	32.2
			3. あまりそうではない	39.8	37.5	42.5	36.8	40.3	42.5
			4. ぜんぜんそうではない	11.0	12.0	9.8	8.0	12.9	12.2
		る異 性 に も て	1. とてもそう	1.9	2.9	0.6	2.3	1.7	1.7
			2. かなりそう	3.1	3.8	2.2	3.4	2.7	3.2
			3. あまりそうではない	34.4	38.1	30.1	33.9	33.8	35.6
			4. ぜんぜんそうではない	60.6	55.2	67.1	60.3	61.8	59.5
		かっ こ い い	1. とてもそう	2.9	4.3	1.3	4.4	1.8	2.4
			2. かなりそう	2.2	2.5	1.8	2.4	1.7	2.4
			3. あまりそうではない	30.8	32.6	28.6	28.4	31.5	32.5
			4. ぜんぜんそうではない	64.2	60.7	68.3	64.7	65.0	62.7
		見年 えり 上 に	1. とてもそう	8.4	7.4	9.6	7.7	8.3	9.2
			2. かなりそう	13.2	11.1	15.8	11.6	13.8	14.4
			3. あまりそうではない	29.6	29.0	30.4	26.8	30.5	31.7
			4. ぜんぜんそうではない	48.7	52.5	44.3	53.8	47.5	44.7
26	現 在 の 体 調	な お 腹 が 痛 く	1. よくある	14.7	13.0	16.7	12.7	13.7	18.0
			2. わりとある	25.9	22.5	30.0	23.2	26.5	28.2
			3. あまりない	29.5	27.6	31.8	28.4	32.5	27.4
			4. ぜんぜんない	29.8	36.9	21.4	35.7	27.2	26.4
		る 胃 が 痛 く な	1. よくある	6.9	5.9	8.1	5.4	6.0	9.3
			2. わりとある	12.0	9.1	15.5	9.5	13.0	13.7
			3. あまりない	29.8	25.7	34.6	27.2	32.1	29.9
			4. ぜんぜんない	51.3	59.3	41.9	57.8	48.9	47.1
		肩 が こ る	1. よくある	17.4	13.8	21.6	15.2	16.3	20.9
			2. わりとある	24.5	20.3	29.4	20.9	25.7	27.0
			3. あまりない	23.6	23.3	23.9	24.9	25.0	20.8
			4. ぜんぜんない	34.5	42.6	25.1	39.0	33.1	31.3
		夜 眠 れ な い	1. よくある	10.8	9.3	12.7	10.7	9.7	12.3
			2. わりとある	14.7	13.6	16.0	14.9	12.6	16.8
			3. あまりない	29.0	25.7	32.9	24.1	31.7	31.2
			4. ぜんぜんない	45.5	51.4	38.4	50.3	46.1	39.7
		い朝 食 欲 が な	1. よくある	13.4	11.2	16.1	13.4	13.0	13.9
			2. わりとある	14.4	11.8	17.4	13.7	14.8	14.6
			3. あまりない	23.9	22.3	25.8	21.8	24.2	25.9
			4. ぜんぜんない	48.3	54.7	40.7	51.1	47.9	45.6
		と頭 が ぼ っ つ	1. よくある	19.1	15.3	23.6	18.2	20.0	19.1
			2. わりとある	25.9	21.7	31.0	20.8	27.6	29.6
			3. あまりない	24.1	24.0	24.1	23.5	24.5	24.2
			4. ぜんぜんない	30.9	39.0	21.3	37.5	28.0	27.2
		気 力 が な い	1. よくある	12.9	11.3	14.7	9.5	13.1	16.2
			2. わりとある	16.6	14.1	19.7	13.1	17.6	19.4
			3. あまりない	29.4	26.8	32.4	27.4	30.2	30.6
			4. ぜんぜんない	41.1	47.8	33.2	50.0	39.1	33.8
あ貧 血 気 味 で	1. よくある	6.2	3.7	9.2	3.8	6.7	8.3		
	2. わりとある	8.8	6.2	11.9	6.7	9.8	10.1		
	3. あまりない	23.0	20.4	26.2	17.1	25.1	27.0		
	4. ぜんぜんない	61.9	69.7	52.7	72.4	58.4	54.7		

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別		
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年
A と B の う ち 、 ど ち ら の タ イ プ か	B A 子・お・精 も神と神 的 的 に に	1. とてもA	4.5	6.0	2.7	3.9	2.9	6.8
		2. わりとA	16.5	16.8	16.2	14.3	15.2	20.3
		3. どちらともいえない	47.3	48.1	46.3	47.0	49.0	45.8
		4. わりとB	23.3	21.9	25.1	25.6	24.2	20.0
		5. とてもB	8.3	7.3	9.6	9.2	8.7	7.1
	B A ない・ 頭頭 がが よく くい	1. とてもA	2.9	4.2	1.5	4.0	2.1	2.7
		2. わりとA	14.6	15.9	13.0	13.8	14.2	15.7
		3. どちらともいえない	34.7	36.6	32.3	43.0	28.2	32.8
		4. わりとB	24.2	23.4	25.2	21.1	26.5	25.0
		5. とてもB	23.6	19.9	28.0	18.1	29.0	23.7
	B A ない・い・ 悩悩 みが多 が少	1. とてもA	13.1	8.2	18.8	10.9	13.1	15.4
		2. わりとA	19.7	15.6	24.6	18.6	17.2	23.6
		3. どちらともいえない	31.4	35.3	26.7	31.3	31.9	31.0
		4. わりとB	17.0	17.6	16.3	16.4	18.7	15.8
		5. とてもB	18.8	23.2	13.5	22.9	19.0	14.2
	B A 信・信・外 が外見 ない見る に自自	1. とてもA	1.8	2.9	0.5	2.7	1.5	1.2
		2. わりとA	3.7	4.6	2.6	3.6	4.5	3.0
		3. どちらともいえない	42.1	51.9	30.5	49.3	38.4	38.5
		4. わりとB	24.9	23.0	27.0	19.9	27.5	27.3
		5. とてもB	27.5	17.5	39.3	24.5	28.2	30.0
	B A 少・多・友 ない友だ だちが ちが	1. とてもA	20.6	23.3	17.3	28.4	16.7	16.4
		2. わりとA	33.1	34.3	31.7	34.7	33.1	31.5
		3. どちらともいえない	33.6	31.1	36.5	27.1	35.2	38.7
		4. わりとB	8.4	7.1	9.8	5.4	9.7	9.9
		5. とてもB	4.3	4.1	4.6	4.3	5.2	3.5
	B A る孤・信・ 立仲頼仲 し間さ間 てかれか いらるら	1. とてもA	5.0	6.6	3.3	6.9	3.9	4.4
		2. わりとA	24.4	24.5	24.3	27.5	23.8	21.8
		3. どちらともいえない	58.4	56.2	61.0	53.5	59.9	62.0
		4. わりとB	8.3	8.2	8.3	7.9	8.5	8.4
		5. とてもB	3.9	4.5	3.2	4.3	3.9	3.5
	B A ・格・ 暗明 い 性 格 性	1. とてもA	23.8	23.4	24.1	32.3	19.3	19.6
		2. わりとA	32.3	31.2	33.6	31.0	33.9	31.9
		3. どちらともいえない	32.9	34.5	31.0	28.3	33.2	37.3
		4. わりとB	8.0	7.6	8.5	5.7	9.5	8.9
		5. とてもB	3.0	3.2	2.8	2.7	4.1	2.3
	B A 方・ら・ 人 に る か ら 頼 方 ら 頼	1. とてもA	7.5	7.3	7.9	11.2	5.9	5.4
		2. わりとA	24.1	21.3	27.5	24.3	24.4	23.6
		3. どちらともいえない	50.8	53.1	48.1	48.4	49.7	54.7
		4. わりとB	10.8	11.1	10.5	8.3	13.2	10.8
		5. とてもB	6.7	7.3	6.1	7.8	6.8	5.4
	B A 守・守・ ら決る・ ないま り を を	1. とてもA	10.2	11.0	9.2	11.0	9.2	10.4
		2. わりとA	27.2	25.2	29.5	26.1	26.0	29.5
		3. どちらともいえない	39.2	38.5	40.0	40.7	37.0	39.9
		4. わりとB	16.8	17.1	16.6	15.4	20.1	14.8
		5. とてもB	6.6	8.3	4.7	6.7	7.7	5.4
B A ・ 消 意 極 的 的	1. とてもA	8.5	9.6	7.3	11.0	7.0	7.5	
	2. わりとA	17.9	17.5	18.5	16.5	17.5	20.1	
	3. どちらともいえない	57.7	57.3	58.3	60.9	58.1	54.0	
	4. わりとB	10.8	10.2	11.6	8.0	11.5	13.1	
	5. とてもB	5.0	5.4	4.4	3.6	6.0	5.3	

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別			
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年	
28	友だちのつきあい方	誰かから好まれるたい目	1. とてもそう思う	34.4	27.9	42.0	34.9	33.1	35.2
			2. わりとそう思う	35.0	32.7	37.6	31.5	36.4	37.0
			3. あまりそう思わない	23.6	28.1	18.3	25.6	23.0	22.1
			4. ぜんぜんそう思わない	7.1	11.3	2.1	8.0	7.5	5.6
	友だちを怒らせない方	友人から注目の目	1. とてもそう思う	13.1	12.7	13.7	13.6	11.9	14.0
			2. わりとそう思う	21.0	17.7	24.9	21.3	17.9	24.0
			3. あまりそう思わない	50.1	49.2	51.3	47.6	52.5	50.2
			4. ぜんぜんそう思わない	15.7	20.4	10.2	17.5	17.7	11.8
	友だちを怒らせない方	友人から注目の目	1. とてもそう思う	18.2	18.6	17.8	20.9	16.8	16.9
			2. わりとそう思う	35.1	33.8	36.6	34.9	33.9	36.6
			3. あまりそう思わない	32.6	30.9	34.6	29.1	35.5	33.1
			4. ぜんぜんそう思わない	14.1	16.7	11.1	15.1	13.8	13.4
	友だちを怒らせない方	友人から注目の目	1. とてもそう思う	29.5	31.5	27.2	32.2	29.1	27.1
			2. わりとそう思う	29.9	29.9	29.8	29.5	30.4	29.7
			3. あまりそう思わない	28.1	24.6	32.2	25.5	28.5	30.5
			4. ぜんぜんそう思わない	12.5	13.9	10.8	12.9	12.0	12.7
29	次のような意見をどう思うか	にけいばい大学に行ける仕事	1. とてもそう思う	18.0	21.7	13.6	19.0	19.8	15.0
			2. わりとそう思う	26.0	25.4	26.8	24.8	29.6	23.5
			3. あまりそう思わない	35.9	31.1	41.5	36.5	34.4	36.8
			4. ぜんぜんそう思わない	20.1	21.7	18.1	19.7	16.2	24.7
	にけいばい大学に行ける仕事	外職として見ると	1. とてもそう思う	5.3	6.7	3.7	4.6	6.3	5.0
			2. わりとそう思う	14.9	16.0	13.5	15.7	15.3	13.5
			3. あまりそう思わない	48.5	43.7	54.1	44.9	51.8	48.7
			4. ぜんぜんそう思わない	31.3	33.6	28.7	34.8	26.6	32.8
	にけいばい大学に行ける仕事	外職として見ると	1. とてもそう思う	6.6	7.6	5.6	5.9	8.0	5.9
			2. わりとそう思う	18.6	15.5	22.0	17.6	18.2	19.9
			3. あまりそう思わない	42.9	37.8	48.6	39.7	46.0	43.0
			4. ぜんぜんそう思わない	31.9	39.2	23.8	36.8	27.7	31.2
	にけいばい大学に行ける仕事	外職として見ると	1. とてもそう思う	5.5	6.1	4.9	5.9	6.3	4.4
			2. わりとそう思う	8.5	9.3	7.4	8.0	9.5	7.8
			3. あまりそう思わない	42.5	39.2	46.5	42.0	43.8	41.8
			4. ぜんぜんそう思わない	43.5	45.4	41.2	44.1	40.4	46.0
にけいばい大学に行ける仕事	外職として見ると	1. とてもそう思う	8.3	9.2	7.2	7.0	9.4	8.4	
		2. わりとそう思う	18.7	20.2	16.9	17.6	20.1	18.2	
		3. あまりそう思わない	41.2	37.6	45.5	39.9	43.4	40.4	
		4. ぜんぜんそう思わない	31.8	33.0	30.3	35.4	27.1	33.0	
30	読むか	ファッション雑誌を月に何冊	1. 0冊	61.0	83.4	34.4	71.5	56.3	54.8
			2. 1冊	16.0	7.7	25.8	13.6	17.0	17.5
			3. 2冊	12.2	4.5	21.3	8.4	15.1	13.1
			4. 3冊	5.8	1.3	11.2	3.6	6.3	7.7
			5. 4冊	1.5	1.2	1.9	0.4	2.0	2.1
			6. 5冊	2.2	0.9	3.7	1.4	1.7	3.5
			7. 6～10冊	1.0	0.4	1.6	1.1	0.8	0.9
			8. 11～15冊	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.2
			9. 16～20冊	0.1	0.2	0.0	0.0	0.1	0.2
			10. 21冊以上	0.2	0.4	0.0	0.0	0.4	0.2
31	P H S、携帯電話		1. 持っている	33.5	26.8	41.4	26.4	33.9	40.6
			2. 持っていない	66.5	73.2	58.6	73.6	66.1	59.4

資料2 学年・性別集計表

質問項目			全 体	性 別		学 年 別				
				男 子	女 子	1 年	2 年	3 年		
32	續クラスでの成	1. 上の方	6.8	8.7	4.6	5.0	6.8	8.7		
		2. 中の上	15.8	17.5	13.8	14.3	15.1	18.2		
		3. 中くらい	35.1	32.6	38.0	39.9	31.1	34.3		
		4. 中の下	21.7	20.8	22.8	22.7	23.3	18.9		
		5. 下の方	20.6	20.5	20.7	18.1	23.6	19.8		
33	え業つたやきたい夢かいな職	1. ない	9.7	11.5	7.7	9.1	11.9	8.1		
		2. ないが探している	26.8	26.5	27.3	20.7	28.5	31.6		
		3. あるし、そのために努力している	39.7	40.9	38.2	49.2	33.3	36.4		
		4. あるが、努力はしていない	23.8	21.2	26.9	21.1	26.3	23.9		
34	体型	身長	1. 130cm未満	0.6	0.3	1.0	0.5	1.2	0.2	
			2. 130～135cm	0.2	0.2	0.3	0.2	0.5	0.0	
			3. 136～140cm	1.9	2.3	1.4	5.0	0.3	0.2	
			4. 141～145cm	5.2	5.5	4.8	9.6	4.5	1.1	
			5. 146～150cm	12.4	9.8	15.8	23.3	9.1	3.9	
			6. 151～155cm	22.0	14.4	32.0	27.9	23.0	14.5	
			7. 156～160cm	21.5	16.6	27.9	19.4	25.2	19.8	
			8. 161～165cm	17.8	20.5	14.3	10.1	20.2	23.8	
			9. 166～170cm	10.1	16.4	1.8	1.6	10.4	18.9	
			10. 171～175cm	5.8	9.9	0.5	1.1	4.2	12.6	
			11. 176～180cm	1.3	2.3	0.0	0.5	1.0	2.5	
			12. 181cm以上	1.2	2.1	0.1	0.8	0.3	2.6	
		体型	体重	1. 30kg未満	1.0	0.8	1.4	1.8	0.7	0.4
				2. 30～35kg	8.2	8.1	8.6	18.1	4.2	1.6
				3. 36～40kg	15.2	13.0	20.3	22.9	17.8	4.0
				4. 41～45kg	20.9	16.1	32.3	21.1	23.5	18.1
				5. 46～50kg	18.9	18.5	19.9	15.8	20.0	21.3
				6. 51～55kg	13.8	15.4	9.8	8.5	12.7	20.6
				7. 56～60kg	9.7	12.3	3.6	4.1	10.5	15.0
				8. 61～65kg	4.9	6.3	1.4	2.8	4.2	7.8
				9. 66～70kg	2.4	3.1	0.7	1.0	2.0	4.3
				10. 71～75kg	2.2	2.7	1.2	2.0	2.0	2.7
				11. 76～80kg	1.3	1.7	0.2	0.6	1.3	2.0
				12. 81～85kg	0.9	1.0	0.5	1.0	0.7	0.9
				13. 86kg以上	0.7	1.0	0.0	0.2	0.7	1.3
				35	進路希望	1. 中学校まで	1.9	2.0	1.9	2.7
2. 高校まで	23.9	26.4	21.1			24.1	21.1	26.8		
3. 短大に進学	6.3	3.8	9.4			5.2	6.1	7.9		
4. 専修・専門学校に進学	14.2	8.5	21.1			14.1	15.9	12.6		
5. 普通の4年制大学に進学	17.8	19.0	16.5			13.4	16.9	23.6		
6. 難しい4年制大学に進学	7.6	9.7	5.1			8.8	6.2	7.9		
7. 未定	22.9	24.1	21.5			25.1	27.3	15.9		
8. その他	5.2	6.6	3.5			6.6	3.8	5.1		