

別表1 相関関係の分析を行ったクロス項目と相関係数(小学生)

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16-18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	
Q1学校がある日は、ふだん何時ごろに起きますか。																								
Q2次の日に学校がある日は、ふだん何時ごろに寝ますか。																								
Q3次の日に学校がある日は、毎日、同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q4学校がない日は、何時ごろに起きることが多いですか。																								
Q5次の日、学校がない日は、何時ごろに寝ることが多いですか。																								
Q6学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に起きていますか。																								
Q7次の日に学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q8次の日に学校がある日でない日、起きる時刻が2時間以上ずれることはありませんか。																								
Q9次の日に学校がある日でない日、寝る時刻が2時間以上ずれることはありませんか。																								
Q10学校から帰って夜寝るまでの間に、30分以上の仮眠をとることはありませんか。																								
Q11一週間で考えてみて、あなたの寝る時間は十分だと思いますか。		-0.171694																						
Q12寝ようと思ってもなかなか寝付けないうちはありますか。	-0.150686	-0.322358	-0.185437	-0.178780	-0.282718	-0.149526	-0.162634	0.196508	0.165488	0.111967														
Q13夜中(眠っている時)に、いつも何回くらい目が覚めますか。	-0.105232	-0.088723	-0.147207	-0.120796	-0.137220	-0.146063	-0.146983	0.168298	0.201865	0.040308	0.157902													
Q14朝、ふとんから出るのがつらいと感じることはありませんか。	0.005768	-0.016863	0.120197	-0.020685	0.049322	0.071037	0.099571	-0.052119	-0.102686	-0.072325	-0.001457													
Q15学校がある日の午前中、授業中にもかかわらず眠て仕方がないことがありますか。	-0.220116	-0.162910	-0.143011	-0.250483	-0.190941	-0.201421	-0.171491	0.267007	0.219722	0.076844	0.195324													
Q16-18 生活タイプ(朝型/夜型)	-0.151354	-0.250662	-0.188463	-0.210387	-0.257508	-0.209974	-0.195254	0.250404	0.236570	0.138648	0.241511													
Q19あなたは、朝食を食べますか。	0.103908	0.122617	0.125331	0.079787	0.184912	0.099733	0.118966	-0.092145	-0.131216	-0.093215	-0.030719	-0.095917	0.089967	-0.058037	-0.093981	-0.091086								
Q20朝食の品目数	0.131900	0.119575	0.149488	0.119205	0.155856	0.103595	0.145580	-0.126440	-0.111310	-0.048138	-0.085211	-0.096939	0.045686	-0.078969	-0.114449	-0.093374								
Q21ふだん朝食を食べるときに、家の人と会話をしていますか。	0.064223	0.166175	0.105904	0.080082	0.160341	0.097714	0.087813	-0.122180	-0.092586	-0.002479	-0.105775	-0.088340	0.055357	-0.093171	-0.124072	-0.165745								
Q22あなたは、ふだん、夕食を何時ごろに食べますか。	0.100684	0.208642	0.082567	0.049344	0.167182	0.054505	0.072293	-0.034890	-0.057547	-0.049549	-0.093602	-0.016175	0.029367	-0.037917	-0.077703	-0.086872	0.064026	0.062821						
Q23塾や習い事などで遅くなる場合、夕食はどうしていますか。	0.041517	0.032359	0.060951	0.050860	0.062495	0.029541	0.039890	-0.037632	-0.075630	-0.004163	-0.031058	-0.030322	0.043377	-0.022788	-0.068411	-0.018012	0.060310	0.086227						
Q24あなたは、寝る前2時間以内に食事をとることがありますか。	-0.023746	0.035099	-0.029960	0.009219	0.021747	-0.026265	-0.013243	0.053497	0.061404	0.037351	0.026537	0.067527	-0.044873	0.069225	0.082930	0.030515	0.014638	-0.001857						
Q25ふだんの朝食と夕食の量を比べた場合、どれに一番近いですか。	-0.132614	-0.094478	-0.017265	-0.104214	-0.084255	-0.069752	-0.049591	0.093080	0.096412	0.022285	0.067649	0.064788	-0.020186	0.118332	0.083913	0.081033	-0.046665	-0.168173						
Q26あなたは、学校の部活動やクラブ活動には週に何日くらい参加していますか。	0.008737	0.028857	0.022128	0.017834	-0.003682	0.008221	0.022235	-0.017152	0.011960	-0.050805	-0.000377	0.014335	-0.021523	-0.027494	-0.041816	-0.002249	0.025672	0.009578	-0.001120	-0.005149	-0.061943	-0.029021	-0.007123	
26.1部活動やクラブ活動は、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を教えてください。	0.006817	0.039956	0.041894	-0.048170	0.016820	0.051679	0.031608	-0.010765	-0.020801	-0.054321	-0.007156	-0.003851	0.014519	-0.014575	-0.072935	-0.023778	-0.001375	0.018060	0.003267	0.018933	-0.034004	-0.045089	-0.016007	
Q27あなたは、学習塾には週に何回くらい通っていますか。	0.032433	0.079557	0.011850	0.006656	0.045037	0.000301	-0.004000	0.008389	0.012550	0.015997	-0.030473	0.001469	-0.013412	-0.007395	-0.002228	-0.043641	-0.005148	-0.046267	0.022599	0.066962	0.342433	0.001170	0.027862	
Q27.1学習塾では、1回にどれくらいの時間勉強していますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を教えてください。	0.054526	0.220707	0.031542	0.015687	0.147678	-0.058096	0.007460	0.000062	-0.023915	0.013565	-0.079091	0.002378	-0.028714	-0.043655	0.005175	-0.072901	0.008786	-0.055133	0.002613	0.091609	0.104308	0.024605	0.071882	
Q28あなたは、習い事や学校以外のクラブには週に何回くらい通っていますか。	0.008346	-0.021409	-0.033508	-0.099782	-0.100822	-0.046244	-0.062788	0.124994	0.093162	0.041470	0.037993	0.069029	-0.030521	0.029365	0.047199	0.012574	-0.035590	-0.104142	-0.063874	0.108922	0.463146	-0.061085	0.016786	
Q28.1習い事や学校外のクラブは、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を教えてください。	-0.020054	-0.007291	0.038155	-0.166656	-0.047106	-0.045890	-0.018180	0.120300	0.019187	-0.045385	0.011010	0.055127	0.019342	0.032511	0.015691	0.039454	0.030792	0.015475	-0.027130	0.056044	-0.039479	-0.066202	-0.029885	
Q29 Aテレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりする	0.113519	0.167749	0.126237	0.127116	0.209236	0.142813	0.121240	-0.144275	-0.130035	-0.098708	-0.070229	-0.064546	0.010381	-0.095572	-0.120568	-0.131749								
Q29 Bテレビゲームをする	0.123253	0.238073	0.182878	0.107474	0.286658	0.141098	0.169760	-0.151078	-0.191324	-0.076891	-0.100644	-0.113701	0.064932	-0.084464	-0.187256	-0.174062								
Q29 C携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをする	0.056247	0.232203	0.138843	0.111146	0.280310	0.106336	0.144063	-0.133237	-0.164081	-0.092436	-0.099748	-0.082860	0.070886	-0.087039	-0.175137	-0.106072								
Q29 Dパソコンを使う	0.005286	0.108422	0.075645	0.070831	0.146042	0.076802	0.105326	-0.095498	-0.101694	-0.032579	-0.024094	-0.051410	0.045172	-0.034857	-0.102727	-0.090511								
Q30あなたは、寝る直前まで(29)のA~Dのいずれかをすることはありませんか。	-0.094219	-0.206059	-0.135133	-0.129836	-0.259544	-0.154512	-0.134928	0.147535	0.171042	0.080635	0.126342	0.135509	-0.036603	0.158073	0.195441	0.170303								
Q31 Aルールを守って行動する。	0.103649	0.134168	0.159072	0.082843	0.164141	0.140718	0.155918	-0.115777	-0.155956	-0.047354	-0.116516	-0.121271	0.086814	-0.101068	-0.194183	-0.133913	0.086084	0.111361	0.111289	0.041944	0.027240	-0.065303	-0.039428	
Q31 B自分でできることは自分でする。	0.080038	0.094415	0.132494	0.093703	0.098117	0.130768	0.136038	-0.123653	-0.135417	-0.023109	-0.085078	-0.120003	0.021330	-0.115745	-0.172581	-0.111672	0.063246	0.105561	0.105263	0.021405	0.040546	-0.052905	-0.041996	
Q31 C自分の思ったことをはっきり言う。	0.033132	0.041983	0.114811	0.061132	0.048845	0.113583	0.119660	-0.070182	-0.054801	0.010882	-0.071153	-0.090570	0.055628	-0.048774	-0.075957	-0.058735	0.048929	0.114933	0.135498	0.002972	0.041695	0.011833	-0.024282	
Q31 D先のことを考えて自分の計画を立てる。	0.108328	0.084101	0.151308	0.124385	0.114008	0.160500	0.174277	-0.125354	-0.149508	-0.014891	-0.096605	-0.117151	0.059223	-0.126092	-0.171433	-0.139477	0.060326	0.153898	0.120728	0.011241	0.081551	-0.028530	-0.065141	
Q31 E困っている人がいたら手助けをする。	0.085578	0.095902	0.109410	0.053006	0.112067	0.109682	0.124552	-0.099080	-0.097920	0.020241	-0.073143	-0.089388	0.023608	-0.059464	-0.115598	-0.132656	0.019008	0.136513	0.149675	0.014970	0.032318	-0.016497	-0.034180	
Q31 F相手の立場になって考える。	0.093391	0.100599	0.137185	0.069097	0.122895	0.137746	0.145643	-0.107557	-0.118970	-0.014227	-0.091945	-0.081682	0.051192	-0.086438	-0.154558	-0.114193	0.051521	0.110600	0.126751	0.025084	0.014165	-0.035661	-0.045108	
Q32 A自分のことが好きだ。	0.057898	0.139417	0.134403	0.102166	0.172776	0.114715	0.131108	-0.122496	-0.111048	-0.033924	-0.115440	-0.133758	0.067673	-0.086332	-0.159898	-0.113979	0.083544	0.118258	0.160920	0.061534	0.062231	0.040869	-0.027038	
Q32 B自分にはよいところがある。	0.042422	0.140799	0.152017	0.080713	0.165967	0.128687	0.161476	-0.125176	-0.133869	-0.018743	-0.107665	-0.117109	0.064063	-0.067669	-0.159204	-0.098950	0.085732	0.039407	0.070166	0.023083	-0.014218	-0.018403	-0.014492	
Q32 C自分は今から必要とされている。	0.075749	0.124199	0.129411	0.074144	0.158341	0.106890	0.142144	-0.112328	-0.134333	-0.018256	-0.081215	-0.114280	0.094354	-0.082820	-0.147806	-0.107145	0.110663	0.110987	0.173913	0.054055	0.060882	-0.008675	-0.011070	
Q33 A午前中調子が悪い。	-0.164498	-0.168348	-0.152842	-0.145761	-0.210922	-0.137109	-0.136799	0.210025	0.201960	-0.124982	0.196657	0.265309	-0.154123	0.309940	0.370854	0.241629	-0.106289	-0.097839	-0.136600	-0.060565	-0.061157	0.077044	0.075849	
Q33 B気分が落ち込む。	-0.052588	-0.111159	-0.121168	-0.101222	-0.155513	-0.102627	-0.091324	0.176176	0.158681	0.083072	0.152198	0.232731	-0.136472	0.252338	0.259835	0.150706	-0.092944	-0.069199	-0.159149	-0.036585	-0.039347	0.070987	0.001829	
Q33 Cなんでもないのでイライラする。	-0.071254	-0.134835	-0.110287	-0.095143	-0.183119	-0.122104	-0.112837	0.153198	0.154476	0.088493	0.098538	0.216732	-0.108523	0.233167	0.273243	0.162347	-0.060958	-0.140843	-0.029949	-0.031283	0.105791	-0.014492	-0.014492	
Q33 Dちょっとしたことですぐにカッとなる。	-0.068225	-0.088993	-0.090419	-0.070383	-0.121431	-0.123240	-0.094560	0.133260	0.122127	0.061504	0.105232	0.171688	-0.098446	0.210791	0.226446	0.121960	-0.083278	-0.035847	-0.110078	-0.038222	-0.026368	0.113149	0.023119	

別表2 相関関係の分析を行ったクロス項目と相関係数(中学生)

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16-18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	
Q1学校がある日は、ふだん何時ごろに起きますか。																								
Q2次の日に学校がある日は、ふだん何時ごろに寝ますか。																								
Q3次の日に学校がある日は、毎日、同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q4学校がない日は、何時ごろに起きることが多いですか。																								
Q5次の日、学校がない日は、何時ごろに寝ることが多いですか。																								
Q6学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に起きていますか。																								
Q7次の日に学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q8次の日に学校がある日でない日で、起きる時刻が2時間以上ずれることはありますか。																								
Q9次の日に学校がある日でない日で、寝る時刻が2時間以上ずれることはありますか。																								
Q10学校から帰ってきて夜寝るまでの間に、30分以上の仮眠をとることはありますか。		-0.283095																						
Q11一週間で考えてみて、あなたの寝る時間は十分だと思いますか。	-0.100144	-0.301951	-0.146544	-0.177366	-0.272813	-0.144211	-0.112307	0.184282	0.152096	0.153893														
Q12寝ようと思ってもなかなか寝付けなことはありますか。	-0.100069	-0.073012	-0.104574	-0.129469	-0.122693	-0.108770	-0.106305	0.144832	0.152060	0.050048	0.136677													
Q13夜中(眠っている時)に、いつも何回くらい目が覚めますか。	-0.007961	-0.041021	0.077708	-0.032040	0.000491	0.037268	0.069508	0.011183	-0.053124	0.010358	0.024935													
Q14朝、ふとんから出るのがつらいと感じることはありますか。	-0.185488	-0.173159	-0.116811	-0.255873	-0.195886	-0.174614	-0.133719	0.259030	0.205048	0.151024	0.202936													
Q15学校がある日の午前中、授業中にもかかわらず眠て仕方がないことがありますか。	-0.122543	-0.230628	-0.186168	-0.193629	-0.260542	-0.171919	-0.168534	0.229924	0.236530	0.205803	0.238346													
Q16-18 生活タイプ(朝型/夜型)											0.129332													
Q19あなたは、朝食を食べますか。	0.152147	0.168680	0.129434	0.122183	0.199887	0.098023	0.138692	-0.085729	-0.128146	-0.076620	-0.038508	-0.087419	0.097974	-0.048491	-0.110028	-0.059518								
Q20朝食の品目数	0.186760	0.133085	0.127249	0.166940	0.162900	0.103558	0.123497	-0.117762	-0.127168	-0.077814	-0.041827	-0.093774	0.048652	-0.071655	-0.091616	-0.064991								
Q21ふだん朝食を食べるときに、家の人と会話をしていますか。	0.057134	0.137190	0.087747	0.118791	0.160699	0.114953	0.106453	-0.136072	-0.097418	-0.043792	-0.091802	-0.081786	0.031866	-0.096216	-0.124115	-0.117767								
Q22あなたは、ふだん、夕食を何時ごろに食べますか。	0.087677	0.123957	0.060203	0.040975	0.109912	0.051265	0.043350	-0.046459	-0.066098	-0.075001	-0.059295	-0.021842	0.038233	-0.027279	-0.068246	-0.038683	0.100130	0.092694						
Q23塾や習い事などで遅くなる場合、夕食はどうしていますか。	-0.037702	-0.047739	0.018774	-0.017024	-0.010666	0.002218	0.020957	0.024616	-0.015018	0.001833	0.037905	-0.022974	0.086076	0.034159	0.014589	0.027636	0.078115	0.052228						
Q24あなたは、寝る前2時間以内に食事をとることがありますか。	-0.055127	-0.006353	-0.050265	-0.025190	-0.020471	-0.058476	-0.032714	0.067995	0.101923	0.118040	0.058057	0.075516	-0.052923	0.121881	0.131860	0.001364	-0.019004	-0.041672						
Q25ふだんの朝食と夕食の量を比べた場合、どれに一番近いですか。	-0.115015	-0.075010	-0.027482	-0.117818	-0.098636	-0.052505	-0.036777	0.099534	0.055809	0.042603	0.069714	0.058131	0.042546	0.094514	0.076018	0.052612	-0.166524	-0.181381						
Q26あなたは、学校の部活動やクラブ活動には週に何回くらい参加していますか。	-0.223742	0.187839	-0.043944	-0.212474	-0.195608	-0.052733	-0.049006	0.123695	0.093757	0.101002	0.002784	0.070884	-0.002037	0.057654	0.063476	0.094086	-0.061197	-0.066852	-0.018690	-0.026012	-0.013208	-0.011984	-0.015205	
26.1部活動やクラブ活動は、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	-0.018079	0.012627	0.009683	-0.065417	-0.012669	-0.012612	0.019404	0.055382	0.017013	-0.038620	-0.012203	0.034858	0.007871	0.014068	-0.005364	0.010573	-0.011005	-0.010865	-0.020806	0.054097	-0.004281	-0.028234	0.021273	
Q27あなたは、学習塾には週に何回くらい通っていますか。	0.146357	0.173617	0.036785	0.124154	0.134329	0.041479	0.037880	-0.066064	-0.031156	-0.053814	-0.057857	-0.007559	-0.044017	-0.057119	-0.045642	-0.079767	-0.000640	0.047494	0.005901	0.052823	0.597563	-0.072671	0.001405	
Q27.1学習塾では、1回にどれくらいの時間勉強していますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	0.079290	0.136012	0.043660	0.053721	0.107821	0.021151	0.049225	-0.033668	-0.050534	-0.026788	-0.040386	-0.011386	-0.012041	-0.040213	0.014360	-0.057460	0.025362	-0.023544	0.002003	0.031297	0.010643	-0.071107	0.018826	
Q28あなたは、習い事や学校以外のクラブには週に何回くらい通っていますか。	0.017643	0.007357	-0.002721	-0.052361	-0.039282	-0.036961	-0.029281	0.023283	0.004891	0.023199	-0.031029	0.011550	0.008711	0.005293	0.002134	0.021383	-0.001771	-0.028206	-0.032760	0.108390	0.314153	-0.069327	0.020600	
Q28.1習い事や学校外のクラブは、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	0.060466	0.054617	0.089488	-0.087677	-0.010475	-0.030354	0.032159	0.095118	-0.015477	-0.051594	0.017193	0.005342	0.041853	0.015579	-0.002195	-0.035468	0.058370	-0.020232	0.009637	0.054327	0.096118	-0.074206	0.006510	
Q29.Aテレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりする	0.074518	0.089657	0.095082	0.121858	0.118254	0.100254	0.090529	-0.108670	-0.085583	-0.078932	-0.022488	-0.066141	0.016495	-0.044581	-0.093984	-0.041203								
Q29.Bテレビゲームをする	0.109528	0.189580	0.132146	0.095322	0.255890	0.082208	0.132345	-0.104354	-0.176004	-0.062118	-0.075243	-0.071845	0.043176	-0.046971	-0.158169	-0.136512								
Q29.C携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをする	0.131690	0.262541	0.134261	0.159395	0.300071	0.123581	0.154130	-0.146186	-0.167926	-0.182086	-0.093542	-0.106135	0.037825	-0.110947	-0.186405	-0.091552								
Q29.Dパソコンを使う	0.042291	0.112044	0.058334	0.071048	0.138590	0.068894	0.063469	-0.086594	-0.096751	-0.043033	-0.028640	-0.042741	0.044718	-0.022983	-0.058414	-0.054152								
Q30あなたは、寝る直前まで(29)のA～Dのいずれかをすることはありますか。	-0.119733	-0.232648	-0.118853	-0.174150	-0.280868	-0.129865	0.183507	0.153653	0.128169	0.122517	0.107288	0.005881	0.150142	0.225274	0.116845									
Q31.Aルールを守って行動する。	0.085332	0.072796	0.128135	0.051285	0.112917	0.126933	0.132241	-0.080066	-0.124275	-0.039366	-0.064032	-0.082431	0.090515	-0.062819	-0.174176	-0.061961	0.123939	0.088237	0.096146	0.040665	0.038963	-0.077605	-0.006719	
Q31.B自分でできることは自分でする。	0.076968	0.049600	0.065389	0.050381	0.067493	0.079554	0.062345	-0.070469	-0.079856	-0.027422	-0.036045	-0.054186	0.037564	-0.079977	-0.105274	-0.061128	0.051870	0.057150	0.056643	0.070727	0.021580	-0.053708	-0.013804	
Q31.C自分の思ったことをはっきり言う。	0.006070	0.018507	0.054747	0.031896	0.011224	0.057594	0.054052	-0.026719	0.031886	0.030772	-0.048986	-0.070460	0.044472	-0.046977	-0.051385	-0.033662	0.038154	0.052930	0.078967	-0.024203	0.024102	0.036323	-0.008393	
Q31.D先のことと考えて自分の計画を立てる。	0.090065	0.065425	0.121325	0.071839	0.072354	0.112846	0.092235	-0.082745	-0.085429	-0.029972	-0.049821	-0.048179	0.029602	-0.071155	-0.121367	-0.059299	0.072100	0.094506	0.112647	0.029742	0.043778	-0.018775	-0.033775	
Q31.E困っている人がいたら手助けをする。	0.056407	0.027332	0.087520	0.031197	0.032177	0.076973	0.071888	-0.064491	-0.060442	0.036026	-0.012191	-0.035095	-0.002537	-0.045327	-0.073519	-0.069195	0.048564	0.071809	0.119998	-0.007123	0.019367	-0.033556	0.000008	
Q31.F相手の立場になって考える。	0.037248	0.002285	0.098819	0.007013	0.026835	0.090412	0.091681	-0.032824	-0.055544	0.011490	-0.015267	-0.032988	0.037711	-0.023827	-0.087113	-0.049180	0.074625	0.081970	0.114230	0.006823	0.038128	-0.043538	-0.011067	
Q32.A自分のことが好きだ。	0.031730	0.105982	0.114818	0.084173	0.117656	0.098880	0.096309	-0.089680	-0.097265	-0.037660	-0.105111	-0.118810	0.084833	-0.112667	-0.157212	-0.062230	0.107099	0.092132	0.158467	0.015060	0.062794	0.020182	-0.031641	
Q32.B自分にはよいところがある。	0.034625	0.121637	0.135872	0.086241	0.139391	0.111935	0.112794	-0.081219	-0.118245	-0.022715	-0.106994	-0.131175	0.076209	-0.107309	-0.240538	-0.067139	0.127648	0.104027	0.140143	0.001352	0.052456	0.024586	-0.009422	
Q32.C自分は今から必要とされている。	0.045915	0.102673	0.114974	0.089673	0.123776	0.097695	0.094222	-0.086809	-0.098209	-0.015987	-0.092382	-0.137087	0.069955	-0.109980	-0.156110	-0.060561	0.132125	0.106285	0.159828	0.008672	0.050745	0.019593	-0.038665	
Q33.A午前中調子が悪い。	-0.132975	-0.185462	-0.126118	-0.175346	-0.232260	-0.139229	-0.126035	0.199636	0.212859	0.140273	0.174965	0.228372	-0.124140	0.309760	0.359257	0.199075	-0.136646	-0.102380	-0.119163	-0.066123	-0.013519	-0.104100	0.096547	
Q33.B気分が落ち込む。	-0.039090	-0.135839	-0.085958	-0.113554	-0.147207	-0.101906	-0.083549	0.151981	0.131715	0.103247	0.162932	0.247109	-0.099172	0.261675	0.241284	0.080946	-0.065541	-0.034827	-0.094436	-0.018103	0.002188	0.078349	0.035989	
Q33.Cなんでもないのでイライラする。	-0.047662	-0.125405	-0.106550	-0.115172	-0.155721	-0.128744	-0.110765	0.139773	0.151526	0.117895	0.134091	0.216852	-0.083265	0.232254	0.246188	0.071055	-0.073406	-0.085446	-0.047275	0.006921	0.024586	0.008281		
Q33.Dちょっとしたことですぐにカッとなる。	-0.025127	-0.069824	-0.076732	-0.068160	-0.094720	-0.092232	-0.072883	0.108443	0.114290	0.075260	0.111801	0.172375	-0.071447	0.189924	0.203756	0.037371	-0.047042	-0.052435	-0.052890	-0.043818	0.006604	0.080082	0.011199	
Q33.Eたちくらみやめまいがする。	-0.04262																							

別表3 相関関係の分析を行ったクロス項目と相関係数(高校生)

	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16-18	Q19	Q20	Q21	Q22	Q23	Q24	Q25	
Q1学校がある日は、ふだん何時ごろに起きますか。																								
Q2次の日に学校がある日は、ふだん何時ごろに寝ますか。																								
Q3次の日に学校がある日は、毎日、同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q4学校がない日は、何時ごろに起きることが多いですか。																								
Q5次の日、学校がない日は、何時ごろに寝ることが多いですか。																								
Q6学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に起きていますか。																								
Q7次の日に学校がない日は、いつも同じくらいの時刻(ずれが前後2時間以内)に寝ていますか。																								
Q8次の日に学校がある日とない日で、起きる時刻が2時間以上ずれることはありますか。																								
Q9次の日に学校がある日とない日で、寝る時刻が2時間以上ずれることはありますか。																								
Q10学校から帰ってきて夜寝るまでの間に、30分以上の仮眠をとることはありますか。		-0.199665																						
Q11一週間で考えてみて、あなたの寝る時間は十分だと思いますか。	-0.004943	-0.245078	-0.050981	-0.068205	-0.193912	-0.065426	-0.054374	0.120953	0.126314	0.088505														
Q12寝ようと思ってもなかなか寝付けられないことはありますか。	-0.114875	-0.042928	-0.062378	-0.158452	-0.095329	-0.090154	-0.073635	0.147139	0.168191	0.093823	0.080961													
Q13夜中(眠っている時)に、いつも何回くらい目が覚めますか。	-0.010502	-0.058479	0.095503	-0.020662	-0.046182	0.043156	0.085959	0.043096	-0.031016	-0.006020	0.061702													
Q14朝、ふとから出るのがつらいと感じることはありますか。	-0.119995	-0.105532	-0.079901	-0.204005	-0.133286	-0.145225	-0.096546	0.231943	0.185729	0.141599	0.181809													
Q15学校がある日の午前中、授業中にもかかわらず眠って仕方がないことがありますか。	-0.005727	-0.142091	-0.058465	-0.100259	-0.147207	-0.107004	-0.080137	0.174135	0.175412	0.142706	0.262046													
Q16-18 生活タイプ(朝型/夜型)												0.078809												
Q19あなたは、朝食を食べますか。	0.191948	0.152451	0.114635	0.141706	0.180533	0.082499	0.092228	-0.062884	-0.087670	-0.034323	-0.016555	-0.099479	0.107439	-0.054118	-0.028457	-0.068953								
Q20朝食の品目数	0.147570	0.082793	0.072631	0.154860	0.109071	0.069985	0.074777	-0.077125	-0.092298	-0.063663	-0.033955	-0.099007	0.059248	-0.064132	-0.043009	-0.065119								
Q21ふだん朝食を食べるときに、家の人と会話をしていますか。	0.028970	0.082901	0.043523	0.068566	0.080599	0.075879	0.042369	-0.069997	-0.036341	-0.007542	-0.053467	-0.042181	0.009752	-0.068839	-0.061640	-0.058774								
Q22あなたは、ふだん、夕食を何時ごろに食べますか。	-0.002654	0.099574	0.010389	-0.069289	0.032862	0.017752	0.030003	0.032029	0.006064	0.004763	-0.095099	0.042823	0.007604	-0.036307	-0.091956	-0.037070	0.077715	0.067626						
Q23塾や習い事などで遅くなる場合、夕食はどうしていますか。	-0.009689	-0.033139	0.028316	0.012837	0.013380	-0.002776	0.025498	0.006284	-0.000994	0.037886	0.018847	-0.010478	0.035243	0.033932	0.020535	0.010157	0.057043	0.030023						
Q24あなたは、寝る前2時間以内に食事をとることがありますか。	0.012382	0.053167	-0.041267	0.045173	0.046977	-0.040770	-0.037933	0.031127	0.077289	0.081876	0.054964	0.051592	-0.029815	0.128145	0.171028	0.003275	-0.040623	-0.065308						
Q25ふだんの朝食と夕食の量を比べた場合、どれに一番近いですか。	-0.129597	-0.073361	-0.011435	-0.123979	-0.097420	-0.031823	-0.022506	0.085229	0.057178	0.068404	0.038598	0.043713	0.035348	0.103870	0.042746	0.083037	-0.186796	-0.190327						
Q26あなたは、学校の部活動やクラブ活動には週に何日くらい参加していますか。	-0.141317	-0.158892	-0.039931	-0.277033	-0.199249	-0.069088	-0.057830	0.173321	0.098839	0.073612	-0.039256	0.142474	-0.028971	0.039833	-0.020264	0.046141	-0.099595	-0.093488	0.004751	0.120150	0.014985	-0.072165	-0.012222	
26.1部活動やクラブ活動は、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	-0.065284	-0.028581	-0.028028	-0.203984	-0.076325	-0.083917	-0.055736	0.149749	0.096503	0.039549	-0.079414	0.093459	-0.026937	-0.020462	-0.101387	-0.003248	-0.028950	-0.054502	0.029450	0.215463	0.033956	-0.151901	-0.006180	
Q27あなたは、学習塾には週に何回くらい通っていますか。	0.028512	0.135906	0.006351	-0.007942	0.066100	-0.009874	-0.018410	0.022048	0.023608	-0.003892	0.000078	0.025776	-0.006582	0.000112	0.003961	-0.027601	-0.001011	0.007449	-0.008217	0.111958	0.491698	-0.060753	0.018359	
Q27.1学習塾では、1回にどれくらいの時間勉強していますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	0.049172	0.220799	-0.035505	0.022564	0.183300	-0.051536	-0.068063	0.051313	0.085032	0.046421	-0.003769	0.045300	-0.066267	0.000392	0.000117	-0.035597	0.021307	-0.028012	0.034346	0.192215	0.150055	-0.125822	0.043618	
Q28あなたは、習い事や学校以外のクラブには週に何回くらい通っていますか。	0.044176	0.022224	0.036066	0.017533	0.002277	0.012407	0.025077	0.003218	-0.010845	-0.017884	0.007498	-0.005380	0.072438	0.022193	0.010119	0.005684	0.042133	0.019460	-0.028452	0.048262	0.301202	-0.009792	0.022087	
Q28.1習い事や学校外のクラブは、1回にどれくらいの時間やっていますか。1回の時間が違うときは、平均した時間を答えてください。	0.064279	0.062704	0.023635	0.040446	0.054311	-0.006622	-0.011719	0.022843	-0.027251	-0.031450	-0.007223	-0.068438	0.061661	0.003600	-0.038979	-0.040977	0.081516	0.023877	-0.016407	0.086342	0.097127	-0.050015	0.038006	
Q29.Aテレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりする	0.120839	0.058051	0.072434	0.185683	0.116040	0.085958	0.080926	-0.116612	-0.027664	-0.082748	0.016517	-0.069167	0.032647	-0.012937	-0.006419	-0.042134								
Q29.Bテレビゲームをする	0.171412	0.105486	0.104978	0.157028	0.192294	0.109146	0.114930	-0.083077	-0.117666	-0.047167	-0.034581	-0.083113	0.070164	-0.016602	-0.046680	-0.091690								
Q29.C携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをする	0.112406	0.126275	0.101396	0.192997	0.181466	0.126674	0.135180	-0.140740	-0.137096	-0.110005	-0.071255	-0.088314	0.072108	-0.107627	-0.122439	-0.049259								
Q29.Dパソコンを使う	0.098637	0.116955	0.066535	0.093328	0.143205	0.078764	0.091236	-0.056300	-0.069998	-0.027211	-0.005031	-0.052759	0.082756	0.024887	0.026061	-0.053483								
Q30あなたは、寝る直前まで(29)のA～Dのいずれかをすることはありますか。	-0.089871	-0.113088	-0.055402	-0.148662	-0.182903	-0.091615	-0.088781	0.161490	0.142533	0.097240	0.091640	0.079108	0.028163	0.174647	0.172484	0.060848								
Q31.Aルールを守って行動する。	0.099054	0.090910	0.129848	0.094855	0.118595	0.123249	0.120557	-0.049928	-0.075296	-0.021199	-0.025794	-0.051644	0.091788	-0.050595	-0.089994	-0.053133	0.131904	0.070564	0.069033	0.045788	0.040116	-0.061302	0.014934	
Q31.B自分でできることは自分でする。	0.087244	0.072584	0.096827	0.074468	0.081434	0.104809	0.089124	-0.049499	-0.047243	-0.029411	-0.008827	-0.032654	0.055827	-0.046237	-0.034938	-0.059650	0.071455	0.045975	0.039878	0.008033	0.006617	-0.041388	-0.018805	
Q31.C自分の思ったことをはっきり言う。	0.002255	0.031658	0.062698	0.025430	0.028337	0.036716	0.048603	-0.010933	0.029399	0.032097	0.004286	-0.047502	0.032749	0.006635	0.029564	-0.050179	0.003351	0.028908	0.067088	-0.049174	0.064184	0.060827	-0.004974	
Q31.D先のことを考えて自分の計画を立てる。	0.063413	0.072731	0.108014	0.081887	0.094315	0.129322	0.104283	-0.074383	-0.053947	-0.025899	-0.000044	-0.018727	0.014942	-0.039265	-0.050665	0.060180	0.056213	0.046052	0.070618	-0.006847	0.042994	-0.015182	-0.038716	
Q31.E困っている人がいたら手助けをする。	0.068738	0.048475	0.067283	0.084538	0.073299	0.088894	0.080005	-0.053391	-0.045754	-0.001371	0.017675	-0.039078	0.015745	-0.000708	-0.004004	-0.077095	0.041787	0.071271	0.102283	-0.012518	0.068411	-0.010661	-0.007726	
Q31.F相手の立場になって考える。	0.069884	0.049438	0.078594	0.048883	0.065732	0.089053	0.086951	-0.026914	-0.027606	-0.003947	0.015624	-0.022537	0.039286	0.004701	-0.021879	-0.050833	0.079963	0.053496	0.080877	0.016941	0.059377	-0.016890	-0.014071	
Q32.A自分のことが好きだ。	0.025391	0.069248	0.066300	0.067198	0.099198	0.065841	0.072727	-0.050597	-0.033848	0.002472	-0.043547	-0.101439	0.077224	-0.076320	-0.071426	-0.046735	0.059640	0.043018	0.126884	-0.047008	0.066255	0.038346	-0.001523	
Q32.B自分にはよいところがある。	0.020555	0.069470	0.085262	0.072676	0.096924	0.077874	0.090262	-0.057612	-0.053035	-0.006605	-0.042719	-0.100793	0.085886	-0.063578	-0.063399	-0.045940	0.075277	0.066810	0.057883	-0.036094	0.066198	0.034441	-0.003936	
Q32.C自分は今から必要とされている。	0.023110	0.059764	0.082634	0.064609	0.102219	0.080991	0.086560	-0.056421	-0.050763	0.006835	-0.029969	-0.111382	0.074110	-0.061079	-0.066592	-0.054091	0.071974	0.052401	0.127234	-0.038704	0.078170	0.027906	-0.005004	
Q33.A午前中調子が悪い。	-0.097158	-0.139003	-0.104496	-0.144505	-0.160691	-0.135783	-0.116596	0.160076	0.178912	0.142716	0.187550	0.239361	-0.076347	0.305269	0.324179									