

## 子どもの日常生活チェックリスト

## Questionnaire - Children with Difficulties (QCD)

お名前： ( 歳) 日 付： 年 月 日

## 早朝／登校前

0 1 2 3

メモ

1. お子さんは、速やかにベッドから起きられますか？
2. お子さんは、速やかに身だしなみ（洗顔、歯磨き、着替えなど）を整えることができますか？
3. お子さんは、朝食時には年齢相応の行動ができますか？
4. お子さんは、朝の登校前に兄弟や家族と、トラブル・言い争いなく過ごせますか？

早朝／登校前

## 学 校

学校

5. お子さんは、学校に行くのが好きですか？
6. お子さんは、授業中に他の子供達と同じように行動できますか？
7. お子さんには、学校で受け入れてくれる友達がありますか？

## 放課後

放課後

8. お子さんは、学校の出来事を保護者に伝えられますか？
9. お子さんは、同年代の友達はいますか？
10. お子さんは、同年代のお子さんと一緒に、スポーツをするなどの課外活動に自信を持って参加できますか？

## 夕 方

夕方

11. お子さんは、家で問題なく宿題ができますか？
12. お子さんは、両親の帰宅後、常に言い争いをすることなく家族生活を送ることができますか？
13. お子さんは、夕食の時に落ち着いて会話できますか？
14. 両親はお子さんと、安心して共に行動（外出や買い物など）することができますか？

## 夜

夜

15. 青年期のお子さん（12歳以上）：  
お子さんは、同年代の友人との遊び、勉強、塾、習い事、スポーツなどの活動を夜に行えますか？
16. 小児期のお子さん（12歳未満）：  
お子さんは、夜に親の指示に従うこと（例えば、寝る前に本を読み聞かせるようなこと）が可能ですか？
17. お子さんは、問題なく眠ることができますか？
18. お子さんは、夜中に目覚めることなく寝ていますか？

全体の行動

## 全体の行動

19. お子さんは、自信があり、社会的に受け入れられ（友人の中に居場所があるなど）、情緒が安定していますか？
20. お子さんは、混乱、言い争い、反抗的行動なく過ごせる日の方が多いですか？

\*このチェックリストは診断用ではありません

0 =全く違う 1 =わずかにそう思う 2 =かなりそう思う 3 =全くそのとおり

監修：久留米大学医学部小児科学教室 准教授  
山下 裕史朗 先生