



ストレス

Check

Let's check your stress

こども用

きみのストレス度をチェックしましょう

友だちのこと、家族のこと、からだのぐあい、勉強、クラブ活動、塾、テレビやゲーム、パソコン、携帯電話など、学校でも家庭でも、いるいるなことが気になるでしょう。このような身の回りのいるんな気にかかる出来事のことをストレスと言います。

きみたちの生活の中に「ストレス」がいっぱい。ストレスがたまると、楽しく、明るく暮らすことができませぬ。きみはどれくらいストレスを感じているかな？調べてみましょう。