**ストレス測定計**

**年　　　組　　　番　　氏名**

**それぞれのストレッサー（ストレスの原因）が、どの程度のストレスになるかを考えて、当てはまると思うところに貼りましょう。**

**ストレスのレベル**

**とても**

**ストレスを感じる**

**まったくストレスを感じない**

**少しストレスを感じる**

**あまりストレスを感じない**