

必須

草加市産婦健康診査 こころの健康チェックⅠ：産後の気分に関する質問シート エジンバラ産後うつ病質問票(EPDS)

産後の気分についておたずねします。

最近のあなたの気分をチェックしてみましょう。今日だけではなく、過去7日間にあなたが感じたことに最も近い答えに○をつけて下さい。必ず10項目全部に答えて下さい。

- 1 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。
() いつもと同様にできた。
() あまりできなかった。
() 明らかにできなかった。
() 全くできなかった。
- 2 物事を楽しみにして待つことができた。
() いつもと同様にできた。
() あまりできなかった。
() 明らかにできなかった。
() 全くできなかった。
- 3 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。
() はい、たいていそうだった。
() はい、時々そうだった。
() いいえ、あまり時々ではなかった。
() いいえ、全くなかった。
- 4 はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした。
() いいえ、そうではなかった。
() ほとんどそうではなかった。
() はい、時々あった。
() はい、しょっちゅうあった。
- 5 はっきりした理由もないのに、恐怖に襲われた。
() はい、しょっちゅうあった。
() はい、ときどきあった。
() いいえ、めったになかった。
() いいえ、まったくなかった。
- 6 することがたくさんあって大変だった。
() はい、たいてい対処できなかった。
() はい、いつものようにはうまく対処できなかった。
() いいえ、たいていうまく対処した。
() いいえ、普段どおりに対処できた。
- 7 不幸せな気分なので、眠りにくかった。
() はい、ほとんどいつもそうだった。
() はい、時々そうだった。
() いいえ、あまり時々ではなかった。
() いいえ、全くなかった。
- 8 悲しくなったり、惨めになったりした。
() はい、たいていそうだった。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() いいえ、あまり時々ではなかった。
() いいえ、全くそうではなかった。
- 9 不幸せな気分だったので、泣いていた。
() はい、たいていそうだった。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() ほんの時々あった。
() いいえ、全くそうではなかった。
- 10 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() 時々そうだった。
() めったになかった。
() 全くなかった。

ご記入日

令和 年 月 日

お名前

草加市産婦健康診査 こころの健康チェックⅡ：赤ちゃんへの気持ち質問票

あなたの赤ちゃんや、現在の状況についてどのように感じていますか？

下の項目について今の気持ちに一番近いと感じられる表現に○をつけてください。

	ほとんどいつも 強くそう感じる	たまに強く そう感じる	たまに少し そう感じる	全然 そう感じない
1 赤ちゃんをいとしいと感じる	()	()	()	()
2 赤ちゃんのためにしないといけないことがあるのに、おろおろしてどうしていいかわからない時がある。	()	()	()	()
3 赤ちゃんのことが腹立たしくいやになる。	()	()	()	()
4 赤ちゃんに対して何も特別な気持ちがわからない。	()	()	()	()
5 赤ちゃんに対して怒りがこみあげる。	()	()	()	()
6 赤ちゃんの世話を楽しみながらしている。	()	()	()	()
7 こんな子でなかったらなあと思う。	()	()	()	()
8 赤ちゃんを守ってあげたいと感じる。	()	()	()	()
9 この子がいなかったらなあと感じる。	()	()	()	()
10 赤ちゃんをととても身近に感じる。	()	()	()	()

ご記入日 令和 年 月 日

お名前

②

草加市産婦健康診査 こころの健康チェックⅢ：育児支援チェックリスト -1

あなたのお気持ちや育児の状況はいかがですか。よりあてはまるお答えに、○をつけてください。

1 あなたの体調はいかがですか？

よい ふつう よくない

2 あなたの気持ちの状態はいかがですか？

よい ふつう よくない

3 今回の妊娠についておたずねします。

自然に妊娠した 治療して妊娠した

4 今回の妊娠を知ったときの気持ちはいかがでしたか？

うれしかった どちらともいえない うれしくなかった

5 今回の出産をしたときの気持ちはいかがでしたか？

うれしかった どちらともいえない うれしくなかった

6 これまでに流産や死産、乳児期にお子さんを亡くされたことがありますか？

ない ある

7 困ったときに相談する人についておたずねします。

(1) 夫には相談することができますか？

はい いいえ 夫がいない

(2) お母さん(実母)には相談することができますか？

はい いいえ 実母がいない

(3) 夫やお母さん(実母)の他に相談できる人がいますか？

はい いいえ

8 あなたが困っているときに協力をお願いできる機関や人はいますか？

いる いない

9 今までに心理的な、あるいは精神的な問題で、カウンセラーや精神科医、または心療内科医に相談したことがありますか？

はい いいえ

10 夫婦仲はよいと思いますか？

はい どちらともいえない いいえ

11 生活する上で、経済的な悩みがありますか？

はい いいえ

