

## 市川市産婦健康診査 お母さんの気持ち質問票

市川市では、産後のお母さんのこころの状態を確認するため、産婦健診を受診される際に「お母さんの気持ち質問票」にお答えいただいております。（ご記入していただいた内容は市に提供されます。）  
産婦健診受診票を利用する場合は、市川市への情報提供に同意されたこととみなします。

お母様のお名前 \_\_\_\_\_

妊婦健診コード \_\_\_\_\_

生年月日 S・H 年 月 日出産日 R 年 月 日

受診機関名 \_\_\_\_\_

記入日 R 年 月 日 産後（ ）日目

## 質問票Ⅰ：育児支援チェックリスト

あなたへの適切な援助を行うために、あなたのお気持ちや育児の状況について以下の質問にお答え下さい。  
あなたにあてはまるお答えのほうに、○をして下さい。

- 今回の妊娠中に、おなかの中の赤ちゃんやあなたの体について、  
または、お産のときに医師から何か問題があると言われていますか？ はい いいえ
- これまでに流産や死産、出産後1年間にお子さんを亡くされたことがありますか？ はい いいえ
- 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師、  
または心療内科医師などに相談したことがありますか？ はい いいえ
- 困ったときに相談する人についてお尋ねします。  
①夫には何でも打ち明けることができますか？ はい いいえ 夫がいない  
②お母さんには何でも打ち明けることができますか？ はい いいえ 実母がいない  
③夫やお母さんその他にも相談できる人がいますか？ はい いいえ
- 生活が苦しかったり、経済的な不安がありますか？ はい いいえ
- 子育てをしていく上で、今のお住まいや環境に満足していますか？ はい いいえ
- 今回の妊娠中に、家族や親しい方が亡くなったり、あなたや家族や  
親しい方が重い病気になったり事故にあったことがありましたか？ はい いいえ
- 赤ちゃんが、なぜむずかったり、泣いたりしているのかがわからない  
ことがありますか？ はい いいえ
- 赤ちゃんを叩きたくなることがありますか？ はい いいえ

※裏面にも質問があります。

## 質問票Ⅱ：赤ちゃんへの気持ち質問票

あなたの赤ちゃんについてどう感じていますか？

下にあげているそれぞれについて、今のあなたの気持ちにいちばん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すくなる	( )	( )	( )	( )
4) 赤ちゃんに対して何に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と思う	( )	( )	( )	( )
10) 赤ちゃんをとても身近に感じる	( )	( )	( )	( )

吉田ら (2003) による日本語版

## III. エジンバラ産後うつ病質問票 (EPDS)

産後の気分についてもおたずねします。あなたも赤ちゃんもお元気ですか。

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○をつけてください。必ず10項目全部に答えてください。

### 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った。

- ( ) いつもと同様にできた  
( ) あまりできなった  
( ) 明らかにできなかった  
( ) ほとんどできなかった

### 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、あまり度々ではなかった  
( ) 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、時々あった  
( ) いいえ、めったになかった  
( ) いいえ、全くなかった

### 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、普段通りに対処した

### 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、あまり度々ではなかった  
( ) 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、あまり度々ではなかった  
( ) 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

岡野ら (1996) による日本語版