



町送付用

産婦健診健康診査費用助成券（産後1か月）

2回目

心の健康質問表

産後の気分について

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

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	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
2 物事を楽しみにして待った () いつもと同様にできた () あまりできなかった () 明らかにできなかった () 全くできなかった	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
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	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
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	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
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	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

記入日： 年 月 日/産婦氏名： /出産日 年 月 日

※この情報は箱根町の保健指導に使用させていただきますので、ご了承ください。



町送付用

産婦健診健康診査費用助成券（産後2週）

1回目

心の健康質問表

産後の気分について

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

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	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
2 物事を楽しみにして待った () いつもと同様にできた () あまりできなかった () 明らかにできなかった () 全くできなかった	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
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	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
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	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
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	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

記入日： 年 月 日/産婦氏名： /出産日 年 月 日

※この情報は箱根町の保健指導に使用させていただきますので、ご了承ください。