

記入日	年 月 日	母子健康手帳 No.	鎌
産婦氏名	生年月日	年 月 日	
住所 鎌倉市	電話	()	出産日 年 月 日

産後の気分についておたずねします。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。 () あまりできなかった。 () 明らかにできなかった。 () 全くできなかった。	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、いつものようにはうまく対処できなかった。(2) () いいえ、たいていうまく対処した。(1) () いいえ、普段通りに対処した。(0)
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。 () ほとんどできなかった。	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、時々そうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)
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。(3) () はい、時々そうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)	(3) (2) (1) (0)	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。(3) () はい、かなりしばしばそうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くそうではなかった。(0)
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。(0) () ほとんどそうではなかった。(1) () はい、時々あった。(2) () はい、しょっちゅうあった。(3)	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、かなりしばしばそうだった。(2) () ほんの時々あった。(1) () いいえ、全くそうではなかった。(0)
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。(3) () はい、時々あった。(2) () いいえ、めったになかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)	(3) (2) (1) (0)	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。(3) () 時々そうだった。(2) () めったになかった。(1) () 全くなかった。(0)

～ご利用上の注意～

- この用紙は、産婦健康診査費用補助券^⑩追加分利用時に、ご利用ください
(産婦健康診査費用補助券^⑩追加分は、補助券^⑩と併用して利用します)。

補助券^⑩追加分のみのご利用はできません。

～医療機関の方へ～

- この用紙は、神奈川県産科婦人科医会に提出する必要はありません。
それぞれの点数と合計点数を補助券^⑩追加分に転記してください。
- 請求に関するお問合せは、神奈川県産科婦人科医会（TEL：045-242-4867）へ。
- 補助券^⑩追加分は**翌月10日までに**神奈川県産科婦人科医会へ送付してください。

記入日	年	月	日	母子健康手帳 No.	鎌	
産婦氏名	生年月日	年	月	日		
住所 鎌倉市	電話	()	出産日	年	月	日
産後の気分についておたずねします。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。 () あまりできなかった。 () 明らかにできなかった。 () 全くできなかった。	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、いつものようにはうまく対処できなかった。(2) () いいえ、たいていうまく対処した。(1) () いいえ、普段通りに対処した。(0)				
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。 () ほとんどできなかった。	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、時々そうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)				
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。(3) () はい、時々そうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)	(3) (2) (1) (0)	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。(3) () はい、かなりしばしばそうだった。(2) () いいえ、あまり度々ではなかった。(1) () いいえ、全くそうではなかった。(0)				
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。(0) () ほとんどそうではなかった。(1) () はい、時々あった。(2) () はい、しょっちゅうあった。(3)	(0) (1) (2) (3)	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。(3) () はい、かなりしばしばそうだった。(2) () ほんの時々あった。(1) () いいえ、全くそうではなかった。(0)				
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。(3) () はい、時々あった。(2) () いいえ、めったになかった。(1) () いいえ、全くなかった。(0)	(3) (2) (1) (0)	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。(3) () 時々そうだった。(2) () めったになかった。(1) () 全くなかった。(0)				

～ご利用上の注意～

- この用紙は、産婦健康診査費用補助券⑩追加分利用時に、ご利用ください（産婦健康診査費用補助券⑩追加分は、補助券⑩と併用して利用します）。

補助券⑩追加分のみのご利用はできません。

～医療機関の方へ～

- この用紙は、神奈川県産科婦人科医会に提出する必要はありません。
それぞれの点数と合計点数を補助券⑩追加分に転記してください。
- 請求に関するお問合せは、神奈川県産科婦人科医会（TEL：045-242-4867）へ。
- 補助券⑩追加分は**翌月10日までに**神奈川県産科婦人科医会へ送付してください。