

お母さんの名前

お子さんの名前

生年月日 年 月 日

○育児支援チェックリスト

あなたへ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ください。あなたに当てはまるお答えの方に、○をして下さい。

1. 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、またはお産の時に医師から何か問題があるといわれていますか？ ☐ はい ☐ いいえ
2. 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
3. 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
4. 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夫やお母さんの他にも相談できる人がいますか？ ☐ はい ☐ いいえ ☐ はい ☐ いいえ
5. 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 ☐ はい ☐ いいえ
6. 子育てをしていく上で、今の住まいや環境に満足していますか？ ☐ はい ☐ いいえ ☐ はい ☐ いいえ
7. 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人が重い病気になったり、事故にあったことがありますか？ ☐ はい ☐ いいえ ☐ はい ☐ いいえ
8. 赤ちゃんが、なぜお産したか、泣いたりしているのかわからないことがありますか？ ☐ はい ☐ いいえ ☐ はい ☐ いいえ
9. 赤ちゃんを叩きたくなくなりましたか？ ☐ はい ☐ いいえ ☐ はい ☐ いいえ

(九州大学病院児童精神医学研究室・福岡市保健所使用版)

○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のように感じていますか？下にあげているそれぞれについて、いまあなたの気持ちにいちばん近いと感じられる表現に○をつけて下さい。

- | | 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) 赤ちゃんをいとおしいと感じる。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 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思う。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10) 赤ちゃんをとっても身近に感じる。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

(吉田ら (2003) による日本語版)

記入日： 年 月 日

裏面にも質問がありますので、記入をお願いします

○エジンバラ産後うつ病質問票 (EPDS)

ご出産おめでとうございます。ご出産から今までのあいだにどのようにお感じになったかをお知らせください。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。

例) 幸せだと感じた。

- () はい、常にそうだった
 (○) はい、たいていそうだった
 () いいえ、あまり度々ではなかった
 () いいえ、まったくそうではなかった

“はい、たいていそうだった”と答えた場合は過去7日間のことをいいます。このような方法で質問にお答えください。

1) 笑うことができたし、物事のおかしい面もわかった。 () 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。 () まったくできなかった。	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しなかった。 () 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。 () まったくできなかった。	7) 不幸せなので、眠りにくかった。 () はい、ほとんどいつもそうだった。 () はい、ときどきそうだった。 () いいえ、あまり度々ではなかった。 () いいえ、まったくなかった。
3) 物事が悪くいった時、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、あまり度々ではない。 () いいえ、そうではなかった。	8) 悲しくなったり、惨めになった。 () 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、まった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。 () 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) 不幸せなので、泣けてきた。 () 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、まった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、まったくなかった。	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。 () まったくなかった。

(岡野ら(1996)による日本語版)