

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と
子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）
（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後 2 週時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、複数回に渡る調査データを結合するために、右上に研究 ID の記入欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、各施設のスタッフから知らされたあなたの研究 ID をご記入ください。退院直後でお忙しい時期かと思いますが、今回の調査は 47 問で 10-15 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。

I. 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、今のあなたの気持ちに一番近いと感じられる番号に○をつけてください。

No.	質問	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。	0	1	2	3
2	赤ちゃんのためにしないといけない事があるのに、おろおろしてどうしていいかわからないことがある。	0	1	2	3
3	赤ちゃんのことが腹立たしく嫌になる。	0	1	2	3
4	赤ちゃんに対して何も特別な気持ちがわからない。	0	1	2	3
5	赤ちゃんに対して怒りがこみ上げる。	0	1	2	3
6	赤ちゃんの世話を楽しみながらしている。	0	1	2	3
7	こんな子でなかったらなあと思う。	0	1	2	3
8	赤ちゃんを守ってあげたいと感じる。	0	1	2	3
9	この子がいなかったらなあと思う。	0	1	2	3
10	赤ちゃんをととても身近に感じる。	0	1	2	3

Ⅱ. あなたの気持ちや育児の状況について下記の質問にお答えください。
どちらかよりあてはまる方に○をつけてください。

Q1. 赤ちゃんが、なぜ、むずがったり、泣いたりしているのかわからないことがありますか？

1. はい 2. いいえ

Q2. 赤ちゃんを叩きたくなることがありますか？

1. はい 2. いいえ

Ⅲ. あなたの現在の様子について教えてください。

Q1. 現在、下記の問題がありますか？ 当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. おっぱいのしこりや痛み
2. 乳首の痛み
3. 乳腺炎
4. 母乳の出がわるい
5. 腰痛
6. 肩こり・背部痛
7. 腕・手首の痛み
8. 分娩時の傷の痛み（会陰縫合部または帝王切開時の傷の痛み）
9. 痔または脱肛
10. 尿漏れ
11. 特に問題はない

Ⅳ. お子様に対する、あなたの気持ちをうかがいます。

各質問項目について、1～5のうち、あなたの気持ちに最も近い数字に○をつけてください。

No.	質問	全く違う	違う	どちらとも言えない	そのとおり	全くそのとおり
1	私は親であることを楽しんでいる。	1	2	3	4	5
2	子どもの世話について問題が生じたとき、助けやアドバイスを求める人がたくさんいる。	1	2	3	4	5
3	私の子どもは、元気すぎて私が疲れる。	1	2	3	4	5
4	私の子どもは、他の子どもと比べて集中力がない。	1	2	3	4	5
5	私の子どもは、わたしが喜ぶことはほとんどしない。	1	2	3	4	5
6	私の子どもは、とても不機嫌で泣きやすいと思う。	1	2	3	4	5
7	私の子どもは、ほかの子どものように笑わない。	1	2	3	4	5
8	子どもがすることで、私がとても気になることがいくつもある。	1	2	3	4	5
9	私の子どもは、小さなことに腹を立てやすい。	1	2	3	4	5
10	私の子どもは、ほかの子どものよりも手がかかるようだ。	1	2	3	4	5
11	私の子どもは、いつも私につきまとって離れない。	1	2	3	4	5
12	私は物事をうまく扱えないと感じることが多い。	1	2	3	4	5
13	私は子どもを産んでから、やりたいことがほとんどできていないと感じる。	1	2	3	4	5
14	いつも、子どもが悪いことをすると、私のあやまちだと感じてしまう。	1	2	3	4	5
15	子どもを産んでから、私の夫は期待したほど援助やサポートをしてくれない。	1	2	3	4	5
16	子どもを産んだことにより、夫との問題が思ったより多く生じている。	1	2	3	4	5
17	私は孤独で、友達がいないと感じている。	1	2	3	4	5
18	この6ヶ月間、私はいつもより病気がちで痛みを感じるが多かった。	1	2	3	4	5
19	私は以前のように物事を楽しめない。	1	2	3	4	5

V. 最近のあなたの気分をお尋ねします。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことにもっとも近い答えに○をつけてください。

Q1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q2. 物事を楽しみにして待った。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配になったりした。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. いいえ、そうではなかった | 2. ほとんどそうではなかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、めったになかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q6. することがたくさんあって大変だった。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. いいえ、普段通りに対処した | 2. いいえ、たいていうまく対処した |
| 3. はい、いつものようにはうまく対処できなかった | 4. はい、たいてい対処できなかった |

Q7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、いつもそうだった |

Q8. 悲しくなったり、惨めになったりした。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. ほんの時々あった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q10. 自分の体を傷つけるという考えが浮かんできた。

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 全くなかった | 2. めったになかった |
| 3. 時々そうだった | 4. はい、かなりしばしばそうだった |

VI. 以下の5つの項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに○をつけてください。

No.	最近2週間、私は・・・	いつも	ほとんど いつも	半分以上 の期間を	半分以下 の期間を	ほんの ために	まったく ない
1	明るく、楽しい気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
2	落ち着いた、リラックスした 気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
3	意欲的で、活動的に過ごした。	1	2	3	4	5	6
4	ぐっすりと休め、気持ちよく めざめた。	1	2	3	4	5	6
5	日常生活の中に、興味のある ことがたくさんあった。	1	2	3	4	5	6

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と
子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）
（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後 1 か月時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのちに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、複数回に渡る調査データを結合するために、右上に研究 ID を記入していただく欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、各施設のスタッフから知らされたあなたの研究 ID をご記入ください。健診などでお忙しい時期かと思いますが、今回の調査は 64 問で 10-15 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。

I. 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、今のあなたの気持ちに一番近いと感じられる番号に○をつけてください。

No.	質問	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。	0	1	2	3
2	赤ちゃんのためにしないといけない事があるのに、おろおろしてどうしていいかわからないことがある。	0	1	2	3
3	赤ちゃんのことが腹立たしく嫌になる。	0	1	2	3
4	赤ちゃんに対して何も特別な気持ちがわからない。	0	1	2	3
5	赤ちゃんに対して怒りがこみ上げる。	0	1	2	3
6	赤ちゃんの世話を楽しみながらしている。	0	1	2	3
7	こんな子でなかったらなあと思う。	0	1	2	3
8	赤ちゃんを守ってあげたいと感じる。	0	1	2	3
9	この子がいなかったらなあと思う。	0	1	2	3
10	赤ちゃんをととても身近に感じる。	0	1	2	3

Ⅱ. あなたの気持ちや育児の状況について下記の質問にお答えください。
どちらかよりあてはまる方に○をつけてください。

1. 今回の妊娠中または、お産のときに、医師からおなかの中の赤ちゃんやあなたの体について、何か問題があると言われていましたか？
1. はい 2. 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？
1. はい 2. 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に相談したことがありますか？
1. はい 2. いいえ
4. 困った時に相談する人についてお尋ねします。
 - ① 夫またはパートナーには何でも打ち明けることができますか？
1. はい 2. いいえ
 - ② 実母または義母には何でも打ち明けることができますか？
1. はい 2. いいえ
 - ③ 夫またはパートナー、実母、義母の他にも相談できる人がいますか？
1. はい 2. 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？
1. はい 2. いいえ
6. 子育てをしていくうえで、今のお住まいや環境に満足していますか？
1. はい 2. 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、親しい方が重い病気になったり事故にあったりしたことがありますか？
1. はい 2. いいえ
8. 赤ちゃんが、なぜ、むずがったり、泣いたりしているのかわからないことがありますか？
1. はい 2. いいえ
9. 赤ちゃんを叩きたくなることがありますか？
1. はい 2. いいえ

Ⅲ. あなたの現在の様子について教えてください。

Q1. 現在、下記の問題がありますか？ 当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. おっぱいのしこりや痛み
2. 乳首の痛み
3. 乳腺炎
4. 母乳の出がわるい
5. 腰痛
6. 肩こり・背部痛
7. 腕・手首の痛み
8. 分娩時の傷の痛み（会陰縫合部または帝王切開時の傷の痛み）
9. 痔または脱肛
10. 尿漏れ
11. 特に問題はない

Q2. 現在のお子さまの栄養は何ですか？

1. 母乳のみ
2. 母乳とミルクの混合
3. ミルクのみ

Q3. 退院後から産後1か月目の間に精神的な問題で病院を受診しましたか？

1. 受診しなかった（→Q4へお進みください）
2. 受診した（→Q3-1へお進みください）

→Q3-1. 「2. 受診した」とお答えした方にうかがいます。

以前同じことや同じ病名で受診したことがありますか？

1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない（Q3-2へお進みください）
2. はい、以前と同じことで受診した（Q4へお進みください）

→Q3-2. 「1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない」とお答えした方にうかがいます。今回の病名はどのような病名ですか？当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. うつ病
2. 躁うつ病
3. 統合失調症
4. 広汎性発達障害（自閉症、アスペルガー障害、自閉症スペクトラム障害を含む）
5. 注意欠陥／多動性障害
6. 不安障害（不安神経症、パニック障害、広場恐怖、外傷後ストレス障害（PTSD）、社会恐怖、強迫性障害（強迫神経症）、解離性障害）
7. アルコール依存症、薬物依存症
8. 摂食障害
9. 境界性人格障害
10. その他
11. わからない

Q4. 夫またはパートナーは、あなたを精神的に支えてくれますか？

1. よく支えてくれる 2. 支えてくれる
3. 支えてくれない 4. まったく支えてくれない

Q5. 夫またはパートナーは、家事・育児を手伝ってくれますか？

1. よく手伝ってくれる 2. 手伝ってくれる
3. 手伝ってくれない 4. まったく手伝ってくれない

Q6. あなたの実母または義母は、あなたを精神的に支えてくれますか？

1. よく支えてくれる 2. 支えてくれる
3. 支えてくれない 4. まったく支えてくれない

Q7. あなたの実母または義母は、家事・育児を手伝ってくれますか？

1. よく手伝ってくれる 2. 手伝ってくれる
3. 手伝ってくれない 4. まったく手伝ってくれない

IV. 以下の5つの項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに○をつけてください。

No.	最近2週間、私は・・・	いつも	ほとんどいつも	半分以上の期間を	半分以下の期間を	ほんのたまに	まったくない
1	明るく、楽しい気分でした。	1	2	3	4	5	6
2	落ち着いた、リラックスした気分でした。	1	2	3	4	5	6
3	意欲的で、活動的に過ごした。	1	2	3	4	5	6
4	ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた。	1	2	3	4	5	6
5	日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった。	1	2	3	4	5	6

V. お子様に対する、あなたの気持ちをうかがいます。

各質問項目について、1～5のうち、あなたの気持ちに最も近い数字に○をつけてください。

No.	質問	全く違う	違う	どちらとも言えない	そのとおり	全くそのとおり
1	私は親であることを楽しんでいる。	1	2	3	4	5
2	子どもの世話について問題が生じたとき、助けやアドバイスを求める人がたくさんいる。	1	2	3	4	5
3	私の子どもは、元気すぎて私が疲れる。	1	2	3	4	5
4	私の子どもは、他の子どもと比べて集中力がない	1	2	3	4	5
5	私の子どもは、わたしが喜ぶことはほとんどしない。	1	2	3	4	5
6	私の子どもは、とても不機嫌で泣きやすいと思う。	1	2	3	4	5
7	私の子どもは、ほかの子どものように笑わない。	1	2	3	4	5
8	子どもがすることで、私がとても気になることがいくつかある。	1	2	3	4	5
9	私の子どもは、小さなことに腹を立てやすい。	1	2	3	4	5
10	私の子どもは、ほかの子どもよりも手がかかるようだ。	1	2	3	4	5
11	私の子どもは、いつも私につきまとって離れない。	1	2	3	4	5
12	私は物事をうまく扱えないと感じることが多い。	1	2	3	4	5
13	私は子どもを産んでから、やりたいことがほとんどできていないと感じる。	1	2	3	4	5
14	いつも、子どもが悪いことをすると、私のあやまちだと感じてしまう。	1	2	3	4	5
15	子どもを産んでから、私の夫は期待したほど援助やサポートをしてくれない。	1	2	3	4	5
16	子どもを産んだことにより、夫との問題が思ったより多く生じている。	1	2	3	4	5
17	私は孤独で、友達がいないと感じている。	1	2	3	4	5
18	この6か月間、私はいつもより病気がちで痛みを感じるが多かった。	1	2	3	4	5
19	私は以前のように物事を楽しめない。	1	2	3	4	5

VI. 最近のあなたの気分をお尋ねします。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことにもっとも近い答えに○をつけてください。

Q1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q2. 物事を楽しみにして待った。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配になったりした。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. いいえ、そうではなかった | 2. ほとんどそうではなかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、めったになかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q6. することがたくさんあって大変だった。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. いいえ、普段通りに対処した | 2. いいえ、たいていうまく対処した |
| 3. はい、いつものようにはうまく対処できなかった | 4. はい、たいてい対処できなかった |

Q7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、いつもそうだった |

Q8. 悲しくなったり、惨めになったりした。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. ほんの時々あった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q10. 自分の体を傷つけるという考えが浮かんできた。

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 全くなかった | 2. めったになかった |
| 3. 時々そうだった | 4. はい、かなりしばしばそうだった |

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と
子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）
（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後 2 か月時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのちに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、複数回に渡る調査データを結合するために、右上に研究 ID の記入欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、大変恐縮ですが、研究事務局までお問い合わせいただけますようお願い申し上げます。産後でお疲れの時期かと思いますが、今回の調査は 47 問で 10-15 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。

I. あなたの現在の様子について教えてください

Q1. 今回の育児について利用したサポートや専門家はありますか？利用したものすべてに○をつけて下さい。

- | | | |
|----------------|------------|--------------|
| 1. 家事のヘルパー・家政婦 | 2. ベビーシッター | 3. ファミリーサポート |
| 4. 母乳ケア（助産院など） | 5. 産後ケア施設 | 6. 保育園 |
| 7. 保健師 | 8. 心理相談員 | 9. 乳児院 |
| 10. 地域の育児サークル | 11. ママ友達 | 12. その他 |

Q2. 家族としてのまとまりを感じますか？

- | | |
|-------------|-----------|
| 1. かなりよく感じる | 2. よく感じる |
| 3. まあまあ感じる | 4. 全く感じない |

Q3. 産後1か月から産後2か月目の間に、精神的な問題で病院を受診しましたか？

1. 受診しなかった（→Q4へお進みください）
2. 受診した（→Q3-1へお進みください）

→Q3-1. 「2. 受診した」と答えた方にうかがいます。

以前同じことや同じ病名で受診したことがありますか？

1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない（→Q3-2へお進みください）
2. はい、以前と同じことで受診した（→Q4へお進みください）

→Q3-2. 「1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない」と答えた方にうかがいます。

今回の病名はどのような病名ですか？あてはまるもの全てに○をつけてください。

1. うつ病
2. 躁うつ病
3. 統合失調症
4. 広汎性発達障害（自閉症、アスペルガー障害、自閉症スペクトラム障害を含む）
5. 注意欠陥／多動性障害
6. 不安障害（不安神経症、パニック障害、広場恐怖、外傷後ストレス障害（PTSD）、社会恐怖、強迫性障害（強迫神経症）、解離性障害）
7. アルコール依存症、薬物依存症
8. 摂食障害
9. 境界性人格障害
10. その他
11. わからない

Q4. 現在、下記の問題がありますか？ 当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. おっぱいのしこりや痛み
2. 乳首の痛み
3. 乳腺炎
4. 母乳の出がわるい
5. 腰痛
6. 肩こり・背部痛
7. 腕・手首の痛み
8. 分娩時の傷の痛み（会陰縫合部または帝王切開時の傷の痛み）
9. 痔または脱肛
10. 尿漏れ
11. 特に問題はない

Ⅱ. 今までの人生全般で、次のようなことはどのくらいの頻度であったか、もっともよく表す欄に○を付けてください。

No.	質問	全くない	めったにない	時々	頻繁	非常に頻繁
1	物事を行うにあたって、難所は乗り越えたのに、最後のまとめや、仕上げをするのが困難だったこと	1	2	3	4	5
2	計画性を要する仕事を行う際に、作業を順序立てるのが困難だったこと	1	2	3	4	5
3	約束やしななければならない用事を忘れたこと	1	2	3	4	5
4	じっくり考えなければならない作業がある際に、その作業に取り掛かるのを避けたり、遅らせたりしたこと	1	2	3	4	5
5	長時間座っていなければならない時に、手足を揺すったり、もじもじしたこと	1	2	3	4	5
6	何かに駆り立てられるように活動的だったり、何かしななければならないという衝動に駆られたこと	1	2	3	4	5

Ⅲ. 最近のあなたの気分をお尋ねします。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことにもっとも近い答えに○をつけてください。

Q1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q2. 物事を楽しみにして待った。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配になったりした。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. いいえ、そうではなかった | 2. ほとんどそうではなかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、めったになかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q6. することがたくさんあって大変だった。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. いいえ、普段通りに対処した | 2. いいえ、たいていうまく対処した |
| 3. はい、いつものようにはうまく対処できなかった | 4. はい、たいてい対処できなかった |

Q7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、いつもそうだった |

Q8. 悲しくなったり、惨めになったりした。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. ほんの時々あった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q10. 自分の体を傷つけるという考えが浮かんできた。

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 全くなかった | 2. めったになかった |
| 3. 時々そうだった | 4. はい、かなりしばしばそうだった |

Ⅳ. 今までの人生全般において、次のことはどのくらいあてはまりますか。もっとも近いものに○を付けてください。

No.	質問	あてはまらない	あまりあてはまらない	少しあてはまる	あてはまる
1	たとえ何かよくないことが私の身に起ころうとしていても、怖くなったり神経質になったりすることはほとんどない	1	2	3	4
2	私は、欲しいものを手に入れるためには格別に努力する	1	2	3	4
3	何かがうまくいっているときは、それを続けることがとても楽しいと思う	1	2	3	4
4	面白そうだと思えば、私はいつも何か新しいものを試したいと考えている	1	2	3	4
5	私は、欲しいものを手に入れたとき、興奮し、活気づけられる	1	2	3	4
6	非難されたり怒られたりすると、私はかなり傷つく	1	2	3	4
7	欲しいものがあると、私はたいていそれを手に入れるために全力を挙げる	1	2	3	4
8	楽しいかもしれないから、というだけの理由で何かをすることがよくある	1	2	3	4
9	欲しいものを手に入れるチャンスを見つけると、すぐに動き出す	1	2	3	4
10	誰かが私のことを怒っていると考えたり、知ったりすると、私はかなり心配になったり動揺したりする	1	2	3	4
11	何か好きなことをするチャンスを見つけると、私はすぐに興奮する	1	2	3	4
12	私はしばしば時のはずみで行動する	1	2	3	4
13	何かよくないことが起ころうとしていると考えると、私はたいていくよく悩む	1	2	3	4
14	よいことが私の身に起こると、そのことは、私に強い影響を与える	1	2	3	4
15	何か重要なことをあまりうまくできなかったと考ええると不安になる	1	2	3	4
16	私は、興奮や新しい刺激を切望している	1	2	3	4
17	私は、何かを追い求めているときには徹底的にやる	1	2	3	4
18	私は、友達と比べると不安の種はとても少ない	1	2	3	4
19	競争に勝ったら、私は興奮するだろう	1	2	3	4
20	私は、間違いを犯すことを心配している	1	2	3	4

V. 以下の5つの項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに○をつけてください。

No.	最近2週間、私は・・・	いつも	ほとんどいつも	半分以上の期間を	半分以下の期間を	ほんのたまに	まったくない
1	明るく、楽しい気分でした。	1	2	3	4	5	6
2	落ち着いた、リラックスした気分でした。	1	2	3	4	5	6
3	意欲的で、活動的に過ごした。	1	2	3	4	5	6
4	ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた。	1	2	3	4	5	6
5	日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった。	1	2	3	4	5	6

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と
子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）
（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後3か月時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのちに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、これまでのデータと結合するために、右上に研究 ID の記入欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、大変恐縮ですが、研究事務局までお問い合わせいただけますよう、お願いいたします。家事に、育児に、と大忙しの時期かと思いますが、今回は最後の調査となります。最後にどうしてもうかがいたい項目が増えてしまい、今回の調査は 81 問とこれまでの調査よりも、やや項目数が多くなっております。15-20 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。