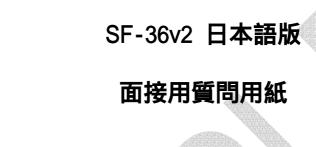
SF-36v2 日本語版 質問紙の取扱についての注意事項

- ・この質問紙を使用するためには使用登録が必要です。
- ・使用登録した目的以外で、SF-36v2 日本語版を使用、複製、または第三者への提供(譲渡・貸出、有償・無償をといません)をすることはできません。ただし、版権者の事前の承諾がある場合はこの限りではありません。
- ・本来 SF-36v2 日本語版は患者(被験者)集団レベルの評価に適するものであり、 患者 (被験者) 個人レベルの評価(疾病に関する診断、治療選択または予後の正確な予測等)に適するものではありません。そのため、患者(被験者) 個人レベルに対する評価(疾病に関する診断、治療選択または予後の正確な予測等) に SF-36v2 日本語版を使用することはお薦めしておりません。
- ・利用者は、自らの判断と責任において SF-36v2 日本語版を使用するものとし、利用者が SF-36v2 日本語版を使用したことに伴い損害を被った場合、版権者は一切の責任を 負いません。。
- ・利用者がこの注意事項に違反した場合は、使用登録は無効になります。その場合、利用者は SF-36v2 日本語版の使用を即座に中止し、その原本およびコピーをすべて廃棄し、または版権者に返却しなければなりません。



質問1。

あなたの健康状態はいかがですか? 一番よくあてはまる番号を選んで 下さい。

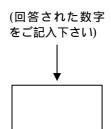
「最高に良い」場合は1、

「とても良い」場合は2、

「良い」場合は3、

「あまり良くない」場合は4、

「良〈ない」場合は5。



質問2。

1年前と比べて、現在の健康状態はいかがですか? 番よくあて はまる番号を選んで下さい。

「1年前より、はるかに良い」場合は1、

「1年前よりは、やや良い」場合は2、

「1年前と、ほぼ同じ」場合は3、

「1年前ほど、良くない」場合は4、

「1年前より、はるかに悪い」場合は5。



質問3は10問あります。

次の質問は、日常よ〈行われている活動です。あなたは健康上の理由で、次のような 活動をすることがむずかしいと感じますか。むずかしいとすればどのくらいですか。 それぞれの質問について一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

| | 質問3の1、 | 激しい活動、 | 例えば- | -生けんめい | 走る、重し | ハものを持ち上げる | , |
|--|--------|--------|------|--------|-------|-----------|---|
|--|--------|--------|------|--------|-------|-----------|---|

(回答された数字 激しいスポーツをする、など。 をご記入下さい) 「とてもむずかしい」場合は1、 「すこしむずかしい」場合は2、 「ぜんぜんむずかしくない」場合は3。 質問3の2、適度の活動、例えば家や庭のそうじをする、1~2時間散歩するなど。

「とてもむずかしい」場合は1、

「すこしむずかしい」場合は2、

「ぜんぜんむずかしくない」場合は3。

質問3の3、少し重いもの、例えば買い物袋などを持ち上げたり、運んだりする。

「とてもむずかしい」場合は1、

「すこしむずかしい」場合は2、

「ぜんぜんむずかしくない」場合は3。



質問3の4、階段を3、4階まで登る。

「とてもむずかしい」場合は1、

「すこしむずかしい」場合は2、

「ぜんぜんむずかしくない」場合は3。



| 質問3の5、階段を2階まで登る。 | (回答された数字 をご記入下さい) |
|-----------------------------|----------------------|
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | ▼ |
| 「ぜんぜんむずかし〈ない」場合は3。 | |
| でからかの9 ガ・0 (ない) 物口は3。 | |
| 質問3の6、体を前に曲げる、ひざまづく、かがむ。 | |
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | dia. |
| 「ぜんぜんむずかし⟨ない」場合は3。 | |
| | |
| 質問3の7、1キロメートル以上歩く。 | |
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | |
| 「ぜんぜんむずかし〈ない」場合は3。 | |
| | |
| 質問3の8、数百メートルくらい歩く。 | |
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | |
| 「ぜんぜんむずかし〈ない」場合は3。 | |
| | |
| 質問3の9、百メートルくらい歩く。 | |
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | |
| 「ぜんぜんむずかし〈ない」場合は3。 | |
| 質問3の10、自分でお風呂に入ったり、着替えたりする。 | |
| 「とてもむずかしい」場合は1、 | |
| 「すこしむずかしい」場合は2、 | |

「ぜんぜんむずかし〈ない」場合は3。

質問4は4問あります。

過去1ヶ月間に、仕事や、家事などのふだんの活動をするにあたって、身体的な理由で次のような問題がありましたか? それぞれの質問について、一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

質問4の1、仕事やふだんの活動をする時間を減らした。

「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



質問4の2、仕事やふだんの活動が思ったほどできなかった。

「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



質問4の3、仕事やふだんの活動の内容によっては、できないものがあった。

「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



質問4の4、仕事やふだんの活動をすることがむずかしかった。例えばいつもより 努力を

必要とした、など。
「いつも」あった場合は1、
「ほとんどいつも」あった場合は2、
「ときどき」あった場合は3、
「まれに」あった場合は4、
「ぜんぜんない」場合は5。

質問5は3問あります。

過去1ヶ月間に、仕事や、家事などのふだんの活動をするにあたって、心理的な理由で、例えば、気分が落ち込んだり不安を感じたりしたために、次のような問題がありましたか。それぞれの質問について、一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

質問5の1、仕事やふだんの活動をする時間を減らした。

「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。

質問5の2、仕事やふだんの活動が、思ったほどできなかった。

「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。

| | | _ |
|--|--|---|
| | | 1 |
| | | ı |
| | | ı |
| | | ı |
| | | ı |
| | | ı |

質問5の3、仕事やふだんの活動が、いつもほど集中してできなかった。

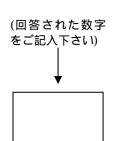
「いつも」あった場合は1、

「ほとんどいつも」あった場合は2、

「ときどき」あった場合は3、

「まれに」あった場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



質問6。

過去1ヶ月間に、家族、友人、近所の人、その他の仲間とのふだんのつきあいが、 身体的理由あるいは心理的な理由で、どの〈らいさまたげられましたか。一番よ〈あて はまる番号を選んで下さい。

「ぜんぜんさまたげられなかった」場合は1、

「わずかにさまたげられた」場合は2、

「すこし、さまたげられた」場合は3、

「かなり、さまたげられた」場合は4、

「非常に、さまたげられた」場合は5。



質問7。

過去1ヶ月間に、体の痛みをどの〈らい感じましたか。一番よ〈あてはまる番号を選んで下さい。

「ぜんぜんなかった」場合は1、

「かすかな痛み」を感じた場合は2、

「軽い痛み」を感じた場合は3、

「中くらいの痛み」を感じた場合は4、

「強い痛み」を感じた場合は5、

「非常に激しい痛み」を感じた場合は6。



質問8。

過去1ヶ月間に、いつもの仕事、家事も含みます、が、痛みのために、どの〈らいさまたげられましたか。一番よ〈あてはまる番号を選んで下さい。

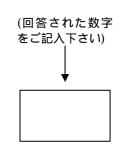
「ぜんぜんさまたげられなかった」場合は1、

「わずかにさまたげられた」場合は2、

「すこしさまたげられた」場合は3、

「かなりさまたげられた」場合は4、

「非常にさまたげられた」場合は5。



質問9は9問あります。

過去1ヶ月間に、あなたがどのように感じたかの質問です。それぞれの質問について、 一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

質問9の1、元気いっぱいでしたか。

「いつも」の場合は1、

「ほとんどいつも」の場合は2、

「ときどき」の場合は3、

「まれに」の場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



質問9の2、かなり神経質でしたか。

「いつも」の場合は1、

「ほとんどいつも」の場合は2、

「ときどき」の場合は3、

「まれに」の場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



| 質問9の3、どうにもならない〈らい気分が落ち込んでいましたか。 | |
|---------------------------------|-------------------|
| 「いつも」の場合は1、 | (回答された数字 |
| 「ほとんどいつも」の場合は2、 | をご記入下さい) |
| 「ときどき」の場合は3、 | <u> </u> |
| 「まれに」の場合は4、 | |
| 「ぜんぜんない」場合は5。 | |
| | |
| 質問9の4、おちついていておだやかな気分でしたか。 | |
| 「いつも」の場合は1、 | |
| 「ほとんどいつも」の場合は2、 | |
| 「ときどき」の場合は3、 | |
| 「まれに」の場合は4、 | |
| 「ぜんぜんない」場合は5。 | |
| | |
| 質問9の5、活力、エネルギーにあふれていましたか。 | |
| 「いつも」の場合は1、 | |
| 「ほとんどいつも」の場合は2、 | |
| 「ときどき」の場合は3、 | |
| 「まれに」の場合は4、 | |
| 「ぜんぜんない」場合は5。 | |
| | |
| 質問9の6、おちこんで、ゆううつな気分でしたか。 | |
| 「いつも」の場合は1、 | |
| 「ほとんどいつも」の場合は2、 | |
| 「ときどき」の場合は3、 | |
| 「まれに」の場合は4、 | |
| 「ぜんぜんない」場合は5。 | |

質問9の7、疲れはてていましたか。

「いつも」の場合は1、

「ほとんどいつも」の場合は2、

「ときどき」の場合は3、

「まれに」の場合は4、



質問9の8、楽しい気分でしたか。

「いつも」の場合は1、

「ほとんどいつも」の場合は2、

「ときどき」の場合は3、

「まれに」の場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。

質問9の9、疲れを感じましたか。

「いつも」の場合は1、

「ほとんどいつも」の場合は2、

「ときどき」の場合は3、

「まれに」の場合は4、

「ぜんぜんない」場合は5。



(回答された数字 をご記入下さい)



質問 10。

過去1ヶ月間に、友人や親戚を訪ねるなど、人とのつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、時間的にどの〈らいさまたげられましたか。

一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

「いつも」さまたげられた場合は1、

「ほとんどいつも」さまたげられた場合は2、

「ときどき」さまたげられた場合は3、

「まれに」さまたげられた場合は4、

「ぜんぜんさまたげられなかった」場合は5。



質問 11 は4問あります。

それぞれの項目はどのくらいあなたにあてはまりますか。一番よくあてはまる番号を選んで下さい。

質問 11 の1、私は他の人に比べて病気になりやすいと思う。

「まった〈そのとおり」の場合は1、

「ほぼあてはまる」場合は2、

「何とも言えない」場合は3、

「ほとんどあてはまらない」場合は4、

「ぜんぜんあてはまらない」場合は5。



質問11の2、私は、人並みに健康である。

「まった〈そのとおり」の場合は1、

「ほぼあてはまる」場合は2、

「何とも言えない」場合は3、

「ほとんどあてはまらない」場合は4、

「ぜんぜんあてはまらない」場合は5。



質問 11 の3、私の健康は悪くなるような気がする。

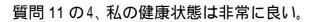
「まった〈そのとおり」の場合は1、

「ほぼあてはまる」場合は2、

「何とも言えない」場合は3、

「ほとんどあてはまらない」場合は4、

「ぜんぜんあてはまらない」場合は5。



「まった〈そのとおり」の場合は1、

「ほぼあてはまる」場合は2、

「何とも言えない」場合は3、

「ほとんどあてはまらない」場合は4、

「ぜんぜんあてはまらない」場合は5。

これでこのアンケートはおわりです。 ご協力ありがとうございました。

