健康調査票（改訂版）

ver. 4

氏名　　検査日　　年　　月　　日

年齢　　職業

該当する箇所を囲んでください。

最終学歴：　小学　中学　高校　高専　専門　短大　大学　大学院

結婚状況：　未婚　既婚　死別　別居　離婚

この調査票はあなたの心身の健康状態を知ろうとするものです。次の質問を読んで、はい・いいえ、のどちらかに〇印をつけてください。秘密は守りますから、ありのままを書いてください。余り考えると分からなくなりますから、大体の感じで結構です。

A

1）神経質の方ですか、人からそう言われますか。　はい　いいえ

2）子供のとき、夜尿（小学生になってからも）、爪かみ、指しゃぶり、夜泣き、夜驚、夢遊（夜中に寝ぼけて歩き回ること）、どもり、かんしゃく、ひきつけなどありましたか。　はい　いいえ

3）今まで大病を患ったことがありますか。　はい　いいえ

病名（　　）

4）ひどいノイローゼにかかったことがありますか。　はい　いいえ

5）家庭に神経過敏な人、ひどいはにかみや、憂うつ症の人、変人、大酒家、ノイローゼや精神病の人、自殺した人がありますか。（もしあれば、上のあてはまる箇所に〇印をつけて下さい。）　はい　いいえ

B

1）近ごろ自分の性格に変わってきたところがありますか。　はい　いいえ

2）近ごろ気持ちが落ち着かず困りますか。　はい　いいえ

3）近ごろ仕事で失敗することが多いですか。　はい　いいえ

4）恐い夢をよくみますか。　はい　いいえ

5）自分に自信が持てずに迷うことがよくありますか。　はい　いいえ

6）人づきあいがうまくいきませんか。　はい　いいえ

7）職場や家の中で嫌なことが多いですか。　はい　いいえ

8）最近びっくりするような事件があってそのことが頭をはなれませんか。　はい　いいえ

9）計画が難しすぎてあきらめてしまうことがよくありますか。　はい　いいえ

10）議論になるとすぐ負けてしまう方ですか。　はい　いいえ

11）心を一つのことに集中できませんか。　はい　いいえ

12）へなへなと気持ちがくじけてしまうことがありますか。　はい　いいえ

13）自分の思うようにならないと、いらいらしたり、カッとなったりしますか。　はい　いいえ

14）人や物に好き嫌いがはげしい方ですか。　はい　いいえ

15）よくいろいろなことを空想して楽しみますか。　はい　いいえ

16）つい大げさに考えたり、言ってしまう方ですか。　はい　いいえ

17）このごろ心配ごとがあって気持ちが落ち着きませんか。　はい　いいえ

18）一人で外出するのは不安ですか。　はい　いいえ

19）はっきりした原因がないのに、いろいろなことが不安になりますか。　はい　いいえ

20）新聞やラジオでこわいニュースを見聞きするとひどく怯えますか。　はい　いいえ

21）物音にひどく敏感ですか。　はい　いいえ

22）人の言動が気にさわってイライラしますか。　はい　いいえ

23）目上の人や他人の前ではしゃべれなくなったり、仕事がさっぱりできなくなるようなことがありますか。　はい　いいえ

24）緊張したときに、ひどく汗をかいたり、震えたりしますか。　はい　いいえ

25）ちょっとしたことでも気になって仕方がないですか。　はい　いいえ

26）くよくよと先のことを取り越し苦労しますか。　はい　いいえ

27）気むずかしやの方ですか。　はい　いいえ

28）普段からどことなく気持ちや体がすっきりしませんか。　はい　いいえ

29）自分の体や病気のことに非常に関心を持っていますか。　はい　いいえ

30）自分の健康のことが心配で仕方ないですか。　はい　いいえ

31）日によって体の具合の悪いところが移動しますか。　はい　いいえ

32）そのときの気分によって、症状が良くなったり、悪くなったりしますか。　はい　いいえ

33）特定の病気に対する恐怖心がありますか。　はい　いいえ

（その病気の名前は　　）

34）特定の場所（高い所、暗い所など）に対する恐怖心がありますか。（どんな場所ですか）。（　　）　はい　いいえ

35）特定のもの（とがったもの、動物や虫など）に対する恐怖心がありますか。　はい　いいえ

36）特定の状況（人の前で赤くなるなど）に対する恐怖心がありますか。　はい　いいえ

37）ひどく几帳面で、きれい好きすぎるようですか。　はい　いいえ

38）お金の出し入れや物の貸し借りに細かく気を使いますか。　はい　いいえ

39）自分でも馬鹿らしいと思いながら自分のやったことを繰り返し確かめないと落ち着きませんか。　はい　いいえ

40）不快な考えが繰り返し浮かんできて払いのけることができませんか。　はい　いいえ

41）自分の気持ちが人に分かってもらえず淋しいですか。　はい　いいえ

42）何をしても楽しくなく、気が滅入りますか。　はい　いいえ

43）何をするにもおっくうで意欲がわきませんか。　はい　いいえ

44）人中にでるのが嫌いですか。　はい　いいえ

45）絶えず罪悪感（自分が何か悪いことをしたような感じ）に悩んでいますか。　はい　いいえ

46）いっそ死んでしまいたいとよく思いますか。　はい　いいえ

健康調査票（改訂版）

ver. 4

47）人がよく陰口を言ったり、あなたのことをささやいているような感じを受けることがありますか。 はい いいえ

48）周りの人や物と自分との距離があって、実感がわかないように思えますか。 はい いいえ

49）自分が自分でないような感じがありますか。 はい いいえ

50）体の中が何とも言えぬ奇妙な感じに襲われることがありますか。 はい いいえ

51）これまでの人生で、気分が高揚し、ハイテンションで、怒りっぽく、普段の調子（100%）を超えた時期が数日以上続いたことがありますか。 はい いいえ

C

1）よく病気するほうですか。 はい いいえ

2）家族（一族）に病弱な人がいますか。 はい いいえ

3）体がだるくて疲れやすいですか。 はい いいえ

4）よく全身の力が抜けたようになりますか。 はい いいえ

5）仕事に根気がないようですか。 はい いいえ

6）微熱がでるほうですか。 はい いいえ

7）いつもあまり食欲がないですか。 はい いいえ

8）体が痩せますか。 はい いいえ

9）よく動悸がしますか。 はい いいえ

10）胸や心臓のところに痛みがありますか。 はい いいえ

11）胸を圧迫されるようで苦しいですか。 はい いいえ

12）脈が急に早くなったり、狂ったりしますか。 はい いいえ

13）よく息苦しくなることがありますか。 はい いいえ

14）急に体がかっと熱くなったり、寒気がしたりしますか。 はい いいえ

15）急に汗の出ることがありますか。 はい いいえ

16）顔や手足がよくむくみますか。 はい いいえ

17）手足がよく冷えますか。 はい いいえ

18）目が疲れやすいですか。 はい いいえ

19）よく耳鳴りがしますか。 はい いいえ

20）口がからからに渇きますか。 はい いいえ

21）よく喉のつまる感じ（あるいは食物がつかえる感じ）がしますか。 はい いいえ

22）いつも胃がもたれるような感じがありますか。 はい いいえ

23）よく吐き気がしたり、吐いたりしますか。 はい いいえ

24）よく腹鳴りがしますか。 はい いいえ

25）よく下痢したり、便秘したりしますか。 はい いいえ

26）よく腹が痛みますか。 はい いいえ

27）首・肩・背中がよくこりますか。 はい いいえ

28）方々の筋肉や関節にこりや痛みがありますか。 はい いいえ

29）皮膚が敏感でまけやすいですか。 はい いいえ

30）よくじんましんができますか。 はい いいえ

31）昼間、小便の回数は多いですか。 はい いいえ

32）自慰行為や夢精がよくありますか。 はい いいえ

33）性生活に不満や故障がありますか。 はい いいえ

34）月経のときに、ひどく気分や体の具合がわるくなりますか。
*女性のみ記入してください はい いいえ

35）月経は不順ですか。 ＊女性のみ記入してください はい いいえ

36）頭がぼんやりした感じがありますか。 はい いいえ

37）頭痛や頭重感がありますか。 はい いいえ

38）めまい・立ちくらみがよくありますか。 はい いいえ

39）気が遠くなって倒れそうな感じによくなりますか。 はい いいえ

40）今までに2回以上気を失ったことがありますか。 はい いいえ

41）ひきつけの発作をおこしますか。 はい いいえ

42）体のどこかにしびれ・麻痺・異常感などがよく起こりますか。 はい いいえ

43）体のどこかによく痙攣が起こりますか。 はい いいえ

44）よく眠れますか。 はい いいえ

いいえの方は、あてはまるものに〇を付けてください。
（寝つきが悪い。眠りが浅い、短い。途中で目覚める。早朝に目覚める。多夢。悪夢。）