

児童精神科をはじめて受診するみなさんへ

(10歳以上のお子様用問診票)

精神科は、あなたが心の中で「大変だな」とか「苦しいな」と思っていることについて、どうすれば良いかを一緒に考えるところで
す。心の中の大変なこと、苦しいことをそのままにしていると、つかれたり、いらいらしたり、ねむれなくなったり、やる気がおき
なくなったり、かなしい気分になったり、からだの調子が悪くなったりすることがあります。あなたがこれから出会う児童精神科のお
医者さんは、一緒に考えながら回復のためのアドバイスをします。

最初の診察では約1時間であなたやご家族のお話をうかがいますが、初めて会うお医者さんですから、話しづらいこともあるかも
しれません。診察の前の様子を少しでも知りたいので、以下のアンケートにあなたの受診前の様子(ここ2週間)をあなた自身が書いて
ください。ただし答えたくない質問や意味が分からない質問は答えなくてもよいです。

<受診までの2週間のことについて思い出しながら質問にあてはまる答えに○をつけてください。>

1. あなた自身が受診を希望している。 << している ・ していない >>
2. 家族にうちあげられないことがある。 << ある ・ ない >>
3. 最近特に困っていることは何でしたか? (あてはまるものすべてに○をつけてください)
<< 家族のこと・友達のこと・学校のこと・勉強のこと・部活のこと・その他 () >>
4. あなたのまわりに困っていることを相談できる人はいますか? (あてはまるものすべてに○をつけてください)
<< 家族・友達・学校の先生・彼氏/彼女・心理カウンセラー・その他 () >>
5. 緊張感、不安感または神経過敏(すぐにびくつとする)を感じた。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
6. 心配する事を止められない、または心配をコントロールできない。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
7. まわりの人たちが生活の中で立てる音がとても気になる。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
8. 物事に対してほとんど興味が無い、楽しめない。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
9. 気分が落ちこむまたは憂鬱になる、または絶望的なきもちになる。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
10. 寝つきがわるい、途中で目がさめる、または逆に眠りすぎる。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
<< 半分以上・ほとんど毎日の場合、右のいずれかに○→寝つきがわるい・途中で目ざめる・朝おきられない・
リズムがくずれている・一日中寝ている >>
11. 疲れた感じがする、または気力がない。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
12. あまり食欲がない、または食べすぎる。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
<< 半分以上・ほとんど毎日の場合、右のいずれかに○→食欲がない・食べすぎる >>
13. 自分はだめな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、または自分自身あるいは家族に申し訳ないと感じる。
<< 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
14. 新聞を読むまたはTVを見ることなどに集中するのが難しい。 << 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>
15. 他人が気づく位、話し方が遅くなる。あるいは反対に、ソワソワして落ち着かずだんよりも動き回ることがある。
<< 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 >>

16. 死んだ方がまし、あるいは自分を傷つけたいと思ったことがある。 ≪ 全くない・数日・半分以上・ほとんど毎日 ≫
17. 自分の将来は先が見えず真っ暗だと思ふことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
18. イライラをおさえられずに何かをこわしたり、暴れたりしたことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
19. 突然の衝動にかられて（頭でわかっているが我慢できずに）行動してしまうことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
20. 自殺以外の目的で（気分を落ち着かせるなど）自分のからだの一部を傷つけたことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
21. まわりの誰にも自分のことを相談できないと感じたことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
22. 実際に死ぬための計画を考えたことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
23. 実際に死ぬための計画を考えて実行にうつしてみたことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
24. 法律で禁止されている薬物もしくは健康上好ましくない物質を使用したことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
 ≪ある場合右のいずれかに○→酒・煙草・シンナー・大麻・ライターガス・危険ドラッグ・その他（ ） ≫
25. 薬局で売っている薬や病院で処方された薬を、自分の判断で決められた回数や量よりも多く飲んだことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
26. 他人には聞こえない声（命令する声、励ます声など）が聞こえる不思議な体験がある。 ≪ ある ・ あるかもしれない ・ ない ≫
 ≪ある場合、それはどんなものですか？右のいずれかに○→自分にとって苦しく感じるもの・自分にとって苦しく感じないもの ≫
27. 他人には見えない人や物（例えば、幽霊など）が見える不思議な体験がある。 ≪ ある ・ あるかもしれない ・ ない ≫
 ≪ある場合、それはどんなものですか？右のいずれかに○→自分にとって苦しく感じるもの・自分にとって苦しく感じないもの ≫
28. 忘れてしまいたい嫌なことを何度も思い出したり、嫌なことが夢に出ることがある。 ≪ ある ・ ない ≫
29. 今でも忘れられないひどい暴力やいやがらせを誰かから受けた思い出がある。 ≪ ある ・ ない ≫
 ≪ある場合、それは誰からですか？右のいずれかに○→友だち・きょうだい・父親または母親・その他の家族・教師・近所の人・交際相手・その他の人（ ） ≫
30. 自分のまわりの人のことを信頼できない・信用できないと感じることがある。 ≪ ある ・ ない ≫
31. 自分の身体が自分のものではないような感覚がある。 ≪ ある ・ ない ≫
32. 自分の性別や性の価値観（恋愛対象など）が、まわりと異なると感じて悩んだことがある。 ≪ ある ・ ない ≫
33. お医者さんに個人的に相談に乗ってもらいたいことがあり、家族とは別に話を聞いてほしい。
 ≪家族と別々の面接を希望する・どちらでもよい・家族と一緒に面接を希望する ≫

協力ありがとうございました。

お名前（ ）