

PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9) 日本語版 (2018)

この2週間、次のような問題にどのくらい頻繁(ひんばん)

に悩まされていますか？

	全く ない	数日	半分 以上	ほとんど 毎日
(A) 物事に対してほとんど興味がない、または楽しめない……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(B) 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(C) 寝付きが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠り過ぎる……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(D) 疲れた感じがする、または気力がない……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(E) あまり食欲がない、または食べ過ぎる……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(F) 自分はダメな人間だ、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がないと感じる……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(G) 新聞を読む、またはテレビを見ることなどに集中することが難しい……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(H) 他人が気づくぐらいに動きや話し方が遅くなる、あるいは反対に、 そわそわしたり、落ちつかず、ふだんよりも動き回ることがある……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(I) 死んだ方がましだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと 思ったことがある……………	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

あなたが、いずれかの問題に1つでもチェックしているなら、

それらの問題によって仕事をしたり、家事をしたり、他の人と仲良くやることが  
どのくらい困難になっていますか？

全く困難でない

やや困難

困難

極端に困難

©kumiko.muramatsu 「PHQ-9 日本語版 2018 版」

PHQ-9 日本語版(2018)の無断複写,転載,改変を禁じます。

出典: : Muramatsu K, Miyaoka H, Kamijima K et al.

Performance of the Japanese version of the Patient Health Questionnaire-9 (J-PHQ-9) for depression  
in primary care. General Hospital Psychiatry. 52: 64-69, 2018.

新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 第7号,p35-39, 2014