

## K6質問票

K6とは、うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的としています。一般住民を対象としており、心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として利用されています。合計点が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられています。

### 採点

5点未満:問題なし

5～10点未満:要観察

10点以上:要注意

## K6 質問票

記入日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

お名前 \_\_\_\_\_ 年 齡 \_\_\_\_\_ 歳

住 所 \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_

過去 30 日の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。

	項 目	全 く な い	少 し だ け	と き ど き	た い て い	い つ も
1	神経過敏に感じましたか					
2	絶望的だと感じましたか					
3	そわそわ、落ち着かなくかんじましたか					
4	気分が沈み込んで、何か起こっても気が晴れないように感じましたか					
5	何をするのも骨折りだと感じましたか					
6	自分は価値のない人間だと感じましたか					

引用: 大野裕他「一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究」(平成 14 年度厚生労働科学特別研究事業)