

## スクリーニング質問票 (SQD)

実施日： 年 月 日

氏名： 年齢： 歳 (男・女)

住所：

備考：

**【質問】** 大災害後は生活の変化が大きく、色々な負担(ストレス)を感じる事が、長く続くものです。最近1か月間に今からお聞きするようなことはありませんでしたか？

1	食欲はどうですか。普段と比べて減ったり、増えたりしていますか。	はい いいえ
2	いつも疲れやすく、身体がだるいですか。	はい いいえ
3	睡眠はどうですか。寝つけなかったり、途中で目が覚めることが多いですか。	はい いいえ
4	災害に関する不快な夢を、見ることがありますか。	はい いいえ
5	憂うつで、気分が沈みがちですか。	はい いいえ
6	イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。	はい いいえ
7	ささいな音や揺れに、過敏に反応してしまうことがありますか。	はい いいえ
8	災害を思い出させるような場所や、人、話題などを避けてしまうことはありますか。	はい いいえ
9	思いだしたくないのに災害のことを思い出すことはありますか。	はい いいえ
10	以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか。	はい いいえ
11	何かのきっかけで、災害を思い出して気持ちが動揺することはありますか。	はい いいえ
12	災害についてはもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。	はい いいえ

## スクリーニング質問票（SQD）について

被災した住民を対象とした、訪問や検診の時に、精神的問題がないかスクリーニングするためのものです。

いきなり質問をするのではなく、挨拶を交わし、来意を告げ、世間話をするなど自然な流れの中で、使用すべきものです。

災害後に発生する精神的問題は多岐にわたりますが、この質問項目では「うつ状態」と「PTSD（外傷後ストレス障害）症状」に焦点をあてて、そのハイリスク者を見分けられるような内容にしています。

判定基準が示されていますが、診断を意味するのではなく、ハイリスク者を見分けるための基準です。

この基準を満たす場合はかなりリスクが高く、継続した関与、あるいは専門スタッフへの紹介が必要であることを示します。しかし、質問にきちんと答えていなかったり、抵抗や否認が強い場合などは、必ずしも基準に満たない場合があります。答えるときの態度や会話の内容などから、問題を感じたときは、専門スタッフと検討するべきでしょう。

項目数は多く感じるかもしれませんが、実際に施行してみると10分以内で終わることができます。

なお、質問の内容は分かりやすい言葉遣いにしてありますが、相手の理解しやすいように、言い回しを変えても問題ありません。

### 【判定基準】

#### ● PTSD

3、4、6、7、8、9、10、11、12のうち5個以上が存在し、その中に4、9、11のどれか一つは必ず含まれている。

#### ●うつ状態

1、2、3、5、6、10のうち4個以上が存在し、その中に5、10のどちらか一方が必ず含まれる。

#### 【備考】

PTSDの3大症状及びうつ症状に対応するのは、それぞれ次の項目である。

- 再体験症状 : 4、9、11
- 回避症状 : 8、10、12
- 過覚醒症状 : 3、6、7、
- うつ症状 : 1、2、3、5、6、10

## 災害直後見守り必要性のチェックリスト

◎見守りを必要とする人のチェックをしましょう！

災害の後新たに生じた不安、落ち込み、いらだち、焦り等は、一時的な誰にでもあることなので、落ち着いて様子を見守りましょう。

しかし、不安、パニック、興奮、放心等が強い場合は、できるだけ早期に窓口へ相談しましょう。

氏名	男・女	避難所			
		日時	年	月	日 AM/PM 時
大・昭・平 年 月 日 ( 歳)		記入者氏名			
住所		記入者所属			
(携帯) 電話番号		非常に	明らかに	多少	なし
落ち着きがない・じっとできない					
話がまとまらない・行動がちぐはぐ					
ぼんやりしてる・反応がない					
怖がっている・おびえてる					
泣いている・悲しんでいる					
不安そうである・おびえている					
動機・息が苦しい・震えがある					
興奮している・声大きい					
災害発生以降、眠れていない					

今回の災害前に、何らかの大きな事故・災害があった はい いいえ

今回の災害によって、家族に不明・死亡・重傷者が出ている はい いいえ

治療が中断し、薬が無くなっている（身体の病気も含む） はい いいえ

病名

薬品名

要配慮者（高齢者、乳幼児、障害者、傷病者、日本語の通じにくい者）である はい いいえ

家族に要配慮者がいる はい いいえ