

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く、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、他の人と仲良くやっていく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
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

©kumiko.muramatsu 「PHQ-9 日本語版 (2018)」

PHQ-9 日本語版 (2018) の無断転載・改変・電子媒体への使用を禁止します。

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

PHQ-9 日本語版 (2018) の使用方法

PHQ-9 日本語版 (2018) は、「大うつ病性障害」および「その他のうつ病性障害」に関する評価をするためのツールです。さらに評価項目の点数を合計することで、症状レベルを把握することができます。

1. この 2 週間の症状を、PHQ-9 日本語版 (2018) を用いて確認します。
2. 質問 A から H にチェックされた数から評価します。(質問票の網かけ部分がこの評価の対象となります)

大うつ病性障害

【半分以上】、【ほとんど毎日】に 5 つ以上のチェックがある場合
(そのうちの 1 つは質問 1 または 2)

その他のうつ病性障害

【半分以上】、【ほとんど毎日】に 2 ~ 4 つのチェックがある場合
(そのうちの 1 つは質問 1 または 2)

3. 質問 H は【数日】、【半分以上】、【ほとんど毎日】のいずれかにチェックがあった場合も 1 つと考えます。
4. 「大うつ病性障害」、「その他のうつ病性障害」は、躁病エピソードの既往、身体疾患、薬物に伴うものを除外して評価します。
5. 最下段の質問から、おおよその生活機能全般の困難度を評価します。

症状評価の目安

1 ~ 9 の各質問に対して、
それぞれ点数をつけます。

総得点 (0-27 点) により、
症状レベルを判定します。

全くない	0 点
数日	1 点
半分以上	2 点
ほとんど毎日	3 点

0 - 4 点	軽微
5 - 9 点	軽度
10 - 14 点	中等度
15 - 19 点	中等度~重度
20 - 27 点	重度

• References

- 1) 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.
- 2) 村松公美子. Patient Health Questionnaire (PHQ-9, PHQ15) 日本語版および Generalized Anxiety Disorder-7 日本語版—up to date.
新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 第 7 号, p35-39, 2014.
- 3) 村松公美子. Patient Health Questionnaire 日本語版シリーズ (PHQ, GAD) —うつと不安のメンタルヘルスアセスメント— 3-6, 2021.
<https://n-seiry.repo.nii.ac.jp/records/2014>