

主観的な疲労感アンケート(日本語版) (Chalder T. et. al,1993 を改変)

質問項目	0 (点)	1 (点)	2 (点)	3 (点)
① 疲れに関して問題がありますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
② もっと休養が必要ですか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
③ 眠気またはだるさを感じますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
④ 何かを始めるのが困難ですか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑤ 問題なく何かを始めてもそれを続けるうちに体が弱っていきませんか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑥ 行動力に欠けていますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑦ 以前より筋力が衰えていますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑧ 身体が弱っていると感じますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑨ 集中するのに苦労しますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑩ 物事を明確に考えるのが大変ですか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑪ 話しているときに言い間違いをしますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑫ 的確な言葉を探すのに以前より苦労しますか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い
⑬ 記憶力はどうですか？	いつもより良い	いつもと変わらない	いつもより悪い	非常に悪い
⑭ 以前は関心があったことに興味をもてなくなりましたか？	ない	あまりない	いつもより多い	非常に多い

上の点数を合計してください。 合計 () 点 / 42点満点中