

19.ストレス

(1)GHQ

以下 12 の質問項目から、ここ 1 ヶ月の精神的ストレス度を示す。質問はすべてここ 1 ヶ月のことで答えていただく。

①	何かする時、いつもより集中できましたか？
②	心配事があって、よく眠れないことがありましたか？
③	いつもより自分のしていることに生きがいを感じることはありましたか？
④	いつもより容易に物事を決めることができましたか？
⑤	いつもよりストレスを感じることはありましたか？
⑥	問題を解決することができなくて、困ったことがありましたか？
⑦	いつもより日常生活を楽しく送ることができましたか？
⑧	いつもより問題があったときに積極的に解決しようとすることができましたか？
⑨	いつもより気が重くて、憂鬱になることはありましたか？
⑩	自信を失ったことがありましたか？
⑪	自分はあまり役に立たない人間だと考えたことはありましたか？
⑫	一般的に見て、幸せといつもより感じたことはありましたか？

基準は以下のとおり（合計点数）

0～2 点	精神面において安定しています
3～5 点	精神面においてストレスが多いようです
6～12 点	精神面においてかなりのストレスの徴候がみられます

① 1日人間ドック ＜男性＞

GHQ 点数	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～	合計 (人)	比率 (%)
0～2 点	20	551	1,502	1,865	1,409	438	76	5,861	63.7
3～5 点	9	273	640	585	254	69	14	1,844	20.0
6～12 点	9	274	605	452	114	37	11	1,502	16.3
受診者数 (人)	38	1,098	2,747	2,902	1,777	544	101	9,207	100.0

＜女性＞

GHQ 点数	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～	合計 (人)	比率 (%)
0～2 点	18	471	1,290	1,401	934	274	31	4,419	55.2
3～5 点	14	265	646	639	299	47	8	1,918	24.0
6～12 点	9	206	610	606	178	53	8	1,670	20.9
受診者数 (人)	41	942	2,546	2,646	1,411	374	47	8,007	100.0

② 2日人間ドック

<男性>

GHQ点数	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～	合計 (人)	比率 (%)
0～2点	4	93	254	381	443	246	72	1493	66.1
3～5点	3	47	107	136	93	36	9	431	19.1
6～12点	4	37	109	123	45	12	6	336	14.9
受診者数(人)	11	177	470	640	581	294	87	2260	100.0

<女性>

GHQ点数	～29	30～39	40～49	50～59	60～69	70～79	80～	合計 (人)	比率 (%)
0～2点	1	14	64	133	178	135	24	549	58.1
3～5点	2	9	47	71	44	27	5	205	21.7
6～12点	1	16	44	64	46	12	8	191	20.2
受診者数(人)	4	39	155	268	268	174	37	945	100.0