この1週間の気持ち

GDS-15 全15項目｜日本語参考訳（STROKE LAB）

お名前・ID：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　日付：＿＿＿＿＿＿　記入／聞き取り

過去1週間にどう感じていたかを振り返り、より近い答えの欄に○を付けてください。

	質問	はい	いいえ
1	現在の生活に、おおむね満足していますか。	○	○
2	これまで行っていた活動や興味を持っていたことの多くを、やめましたか。	○	○
3	自分の生活が空っぽだと感じますか。	○	○
4	退屈だと感じることがよくありますか。	○	○
5	たいてい、気分よく過ごしていますか。	○	○
6	自分に何か悪いことが起こるのではないかと、怖く感じますか。	○	○
7	たいてい、幸せだと感じていますか。	○	○
8	自分ではどうすることもできないと感じることがよくありますか。	○	○
9	外へ出て新しいことをするより、家にいる方を好みますか。	○	○
10	ほかの多くの人よりも、記憶のことで困っていると感じますか。	○	○
11	今、生きていることはすばらしいと思いますか。	○	○
12	今の自分には、ほとんど価値がないと感じますか。	○	○
13	元気に満ちていると感じますか。	○	○
14	自分の状況には希望がないと感じますか。	○	○
15	ほかの多くの人は、自分より恵まれていると思いますか。	○	○

本紙は公開英語原版からの参考訳です。標準化されたGDS-15-Jとは異なります。
正式な日本語版で評価する場合は、その用紙と教示をご使用ください。

原版：Stanford / Yesavage, GDS Short Form（public domain）
https://web.stanford.edu/~yesavage/GDS.english.short.html

採点と、次に確かめること

採点者用｜1ページ目への回答を受け取ってから記入します。

01 配点：各0〜1点、合計0〜15点

「いいえ」で1点：1・5・7・11・13
「はい」で1点：2・3・4・6・8・9・10・12・14・15
もう一方の回答は0点です。別の順番の用紙では、その採点鍵を確認してください。

01：_____ 点	02：_____ 点	03：_____ 点	04：_____ 点	05：_____ 点
06：_____ 点	07：_____ 点	08：_____ 点	09：_____ 点	10：_____ 点
11：_____ 点	12：_____ 点	13：_____ 点	14：_____ 点	15：_____ 点

合計：_____ / 15点　　不明：_____ 項目

不明を0点に置き換えず、確認できない場合は合計を保留します。
回答日：_____ 採点者：_____ 方法・使用版：_____

02 判定の目安は、使用する版と出典で区別する

・日本老年医学会の公開用紙：5点以上を「うつ傾向」とする目安。
・Stanfordの案内：5点超（6点以上）で丁寧な面接を勧める。
・杉下らのGDS-15-J研究：6/7の境界（7点以上）を報告。
いずれも診断の確定値ではありません。本参考訳のカットオフは未検証です。

03 点数より先に対応すること

強い絶望感、自分を傷つけたい気持ちなどがあれば、得点に関係なく直接確認し、医師等へ共有します。切迫した危険があれば一人にせず、緊急評価につなぎます。GDSだけで自殺リスクは判定できません。

資料リンク
日本老年医学会：公開GDS15 ／ Sugishitaら：GDS-15-J検証論文（2017）
Stanford：原版・公開条件 ／ HIGN：実施・採点の解説

回答を、生活の支援につなぐ

追加の臨床記録｜このページの情報はGDSの得点には加えません。

本人の言葉・困り事／いつから、どんな場面で変わったか

背景の確認：痛み・睡眠・疲労・薬剤・孤立・喪失体験・活動機会

回答の条件：理解・聴力・失語症・同席者・読み上げ・不明の理由

安全の確認と対応／共有先・担当者・日時・次の確認予定

本人が選んだ活動／援助すること／負担が強い時の調整

再評価：日付・同じ版での得点・本人の実感・生活上の変化

記録例：「外出を避ける」→転倒不安・疲労・楽しさの低下を分けて確認。
得点だけで予後や治療を決めず、面接・診察と合わせて判断します。