

チェックリスト

- ① 時折ふっと考え事をしたり、ひどく沈んだ様子になる
- ② 上の空で一向にこちらの話はいっていかず、何度も同じことをきく
- ③ こちらの問いかけに答えるのに、ひとつひとつ非常に時間がかかる
- ④ 自信なさげにあれこれ迷って簡単なこともなかなか決められない
- ⑤ くよくよと後悔することが多い、または何でも悲観的なとらえ方をする
- ⑥ すぐ涙ぐむ、またはねぎらいの言葉をかけたらワッと泣き出した
- ⑦ 「全部自分のせい」、「自分はダメな人間」、「役立たず」などの発言がある

上記7項目のうち3つ以上、または項目⑥、⑦のうちどちらか1つでもあてはまる

また下記のような極めて深刻な問題をかかえている

大切な人との死別・離別

大きな失敗

失業

住居の喪失

借金

経済苦

本人や家族の重い病気や障害

など

紹介できる機関

区保健所・保健センター	電話番号	担当者	備考

精神科医療機関	電話番号	担当者	備考