

## 《 昼間の眠気について 》

このアンケートは、“昼間の眠気”を測定するためのテストです。  
最近の日常生活を思い出して、教えてください。

お名前： \_\_\_\_\_

日付： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

年齢： \_\_\_\_\_ 才

身長： \_\_\_\_\_ cm

体重： \_\_\_\_\_ kg

■ 該当する数字に○をつけて下さい。

《 状況 》	ウトウトする可能性はほとんどない	ウトウトする可能性は少しある	ウトウトする可能性は半々くらい	ウトウトする可能性が高い
※ 以下の状況になったことが実際になくても、その状況になればどうなるかを想像してお答えください。(各項目につき○は一つだけ付けてください)				
● 座って何かを読んでいるとき (新聞、雑誌、本、書類など)	0	1	2	3
● 座ってテレビを見ているとき	0	1	2	3
● 会議、映画館、劇場などで静かに座っているとき	0	1	2	3
● 乗客として1時間続けて自動車に乗っているとき	0	1	2	3
● 午後に横になって、休息をとっているとき	0	1	2	3
● 座って人と話をしているとき	0	1	2	3
● 昼食をとった後 (飲酒なし)、静かに座っているとき	0	1	2	3
● 座って手紙や書類などを書いているとき	0	1	2	3

○をつけた数字を足して下さい。

合計点 \_\_\_\_\_

ご協力ありがとうございました。