**セルフケア自己効力感評価尺度 日本語版** (SELF-CARE SELF EFFICACY SCALE-Japanese)

すべての回答の守秘義務は遵守されます。

下記の質問に、どのくらい自信がありますか? 最も当てはまる数字を**一つ**選択してください。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 自信がない |  | いくらか自信がある |  | とても自信がある |
| 1.　心身が安定し、症状がない状態を保つことができますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.　治療を受ける場合、治療計画に従うことができますか? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3.　治療を受ける場合、それが困難でも治療計画を遵守できますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.　自分の健康状態を定期的に観察できますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5.　それが難しい場合でも、自分の健康状態を定期的に観察することを継続できますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.　自分の健康状態に変化が起こった場合、その変化を認識できますか? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.　自分の症状の重大さを評価できますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.　自分の症状をやわらげるために何か行いますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9.　それが難しい場合でも、症状をやわらげる方法を探し続けることができますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10.　症状をやわらげる方法がどれだけ効くか評価できますか？ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

ご回答ありがとうございました。