



対象者 No

研究にご協力をいただき誠に有難うございます！！

以下の質問にご回答をお願い致します。

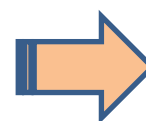
回答にかかるお時間は 約5分です。 何卒よろしくお願い致します。

質問 1. 現在の骨盤底筋訓練の実施状況をお教えてください

1) 実施の頻度をお尋ねします。	毎日実施している	3
	毎日ではないが実施している	2
	実施していない	1
2) <u>1 日</u> に実施されている回数をお尋ねします。 平均でお答え下さい。	30 回以上	3
	29～10 回	2
	9 ～ 0 回	1

実際の質問紙には数字は記載しません

裏面もお願いします



質問 2. 尿もれに関する質問です。ひとつに○をお願いします。

1) どのくらいの頻度で尿がもれますか？	なし	0
	週に 1 回かそれ以下	1
	週に 2 ～ 3 回	2
	1 日に 1 回	3
	1 日に数回	4
	常にもれる	5
2) どのくらいの量の尿もれがあると思いますか？	なし	0
	少量	2
	中等量	4
	多量	6
3) どんな時に尿がもれますか？ あてはまるものすべてに○をしてください。	なし・尿もれはない	
	トイレにたどり着く前に	
	咳やくしゃみをした時	
	眠っている間に	
	体を動かしている時/運動をしている時	
	排尿を終えて服を着た時	
	理由がわからずにもれる	
	常にもれる	

4) 尿もれによりあなたの生活はどのくらい損なわれていますか。

0（全くない）から 10（非常にある）までの間の数字を選んで○をつけてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



質問は以上です。

ご協力ありがとうございます！！

池田真弓(助産師)