

日本語版 Short-form UCLA 孤独感尺度（第3版）短縮版10項目，短縮版3項目

それぞれの項目について、あなたはどのくらいの頻度で感じているか
お答えください。
あてはまる番号ひとつに○をつけてください。

	決してない	ほとんどない	時々ある	常にある
① 自分には人との付き合いがないと感じることがありますか	1	2	3	4
2) 自分は周りの人たちと共通点が多いと感じることがありますか*	1	2	3	4
3) 自分には親しい人たちがいると感じますか*	1	2	3	4
④ 自分は取り残されていると感じることがありますか	1	2	3	4
5) 自分のことを本当によく知っている人は誰もいないと感じることはありますか	1	2	3	4
⑥ 自分は他の人たちから孤立していると感じることはありますか	1	2	3	4
7) 自分を本当に理解している人がいると感じますか*	1	2	3	4
8) 周りの人たちと一体感がもてないと感じることがありますか	1	2	3	4
9) 話し相手がいると感じますか*	1	2	3	4
10) 頼れる人がいると感じますか*	1	2	3	4

なお、○を付した項目は短縮版3項目を示す

注) 2,3,7,9,10 (*)は逆転項目 (評定は 1=4, 2=3, 3=2, 4=1 に換算)

Arimoto A & Tadaka E: Reliability and validity of Japanese versions of the UCLA loneliness scale version 3 for use among mothers with infants and toddlers: a cross-sectional study. BMC Women's Health. 2019;19:105. DOI:10.1186/s12905-019-0792-4