

フリガナ	
氏名	

年	
齢	

日付	年	月	日
----	---	---	---

良い例	
悪い例	

MAC
《注》
マークは必ずHBの
黒鉛筆で正確に塗り
つぶして下さい

がんを患った時の気持ちや行動を表わす文章が以下に書いてあります。
各文章について、現在あなたに最もよく当てはまる番号ひとつにマークをしてください。
たとえば、その文章が自分に全く当てはまらない場合は左端の1番をマークしてください。

		全く 違う	少し 当てはまる	まあまあ 当てはまる	全くその 通りだ	
—	1	食生活を変えるなど、健康に良いと思うことをしている	C11	C21	C31	C41
—	2	自分で自分を励ますことができない	C12	C22	C32	C42
—	3	健康に問題があるので先の予定が立てにくい	C13	C23	C33	C43
—	4	前向きな態度が健康に良いと思う	C14	C24	C34	C44
—	5	病気についてくよくよ考えない	C15	C25	C35	C45
—	6	自分は良くなると信じている	C16	C26	C36	C46
—	7	自分では何も変えられない	C17	C27	C37	C47
—	8	全て主治医に任せている	C18	C28	C38	C48
—	9	人生は絶望的だ	C19	C29	C39	C49
—	10	運動など健康に良いと思うことをしている	C10	C20	C30	C40
—	11	がんになってから、人生の尊さに気付き、 人生をこれから築いていこうと思う	C11	C21	C31	C41
—	12	自分自身を運命に任せている	C12	C22	C32	C42
—	13	休暇、仕事、家など将来の計画がある	C13	C23	C33	C43
—	14	がんの再発または悪化が気掛かりだ	C14	C24	C34	C44
—	15	自分の人生に満足しており、あとは余生だ	C15	C25	C35	C45
—	16	自分の心の持ち方で健康を大きく左右することができる	C16	C26	C36	C46
—	17	自分では何もできない	C17	C27	C37	C47
—	18	いつも通りの生活を送ろうとしている	C18	C28	C38	C48
—	19	同じ病気の人と連絡をとりたい	C19	C29	C39	C49
—	20	全て心から追い出そうと決めている	C10	C20	C30	C40
—	21	これが自分に起こったこととは信じ難い	C11	C21	C31	C41
—	22	非常に不安だ	C12	C22	C32	C42
—	23	将来にあまり希望が持てない	C13	C23	C33	C43
—	24	今はその日その日を過ごしている	C14	C24	C34	C44
—	25	諦めたい気分である	C15	C25	C35	C45
—	26	病気についてもユーモアのセンスを持つよう努力する	C16	C26	C36	C46
—	27	みんな私のことを私以上に心配してくれている	C17	C27	C37	C47

Mental Adjustment to Cancer(MAC) scale 使用の手引き

Mental Adjustment to Cancer(MAC) scale はがんに対する心理的適応を評価するための尺度である。したがって、被験者（患者）はがんの診断を知らされていることが前提になるので、注意が必要である。

各下位尺度に対応する項目は以下のとおりである。

Fighting Spirit (FS)	4, 5, 6, 11, 13, 16, 18, 20, 26, 27, 28, 31, 32, 34, 39, 40
Helpless/Hopeless (H)	2, 9, 17, 23, 25, 36
Anxious Preoccupation (AP)	1, 3, 10, 14, 19, 21, 22, 29, 37
Fatalism (F)	7, 8, 12, 15, 24, 30, 33, 35
Avoidance (A)	38

各下位尺度の得点の範囲は以下のとおりである。

Fighting Spirit	16 項目	16 - 64
Helpless/Hopeless	6 項目	6 - 24
Anxious Preoccupation	9 項目	9 - 36
Fatalism	8 項目	8 - 32
Avoidance	1 項目	1 - 4

参考文献

1. 明智龍男, 久賀谷亮, 岡村仁, 三上一郎, 西脇裕, 福江真由美, 山脇成人, 内富庸介, Mental Adjustment to Cancer (MAC) scale 日本語版の信頼性・妥当性の検討, 精神科治療学, 1997 12:1065-71.
2. Watson M, Greer S, Young J, Inayat Q, Burgess C, Robertson B. Development of a questionnaire measure of adjustment to cancer: the MAC scale. Psychol Med. 1988 18:203-9.