

健康生活に関する基礎的研究 (I)

橋口 英俊

(昭和61年9月30日受理)

The Basic Study of Healthy Life

Hidetoshi H_{ASHIGUCHI}

(Received September 30, 1986)

I 目 的

本研究は、心身機能の自己コントロールに関する研究の一環をなすものである。直立能力の発達した人間にとって、足は心身諸機能の縮図であるといわれる。ここでは、数次の検討を経て作成した足を中心とした健康生活に関する質問紙調査の結果を報告し、次の段階の足がかりを得ることを目的とする。

II 方法・対象

1 健康生活に関する調査アンケートの作成

日常生活を心身両面からふり返り、特に足を中心とした項目を折り込みながら、既成の調査や文献を参考に作成する。これまで3回にわたり改訂したが、付表として添付したのはその60年度版である。

2 対象

都内女子大生(専門学校も一部含む)

昭和59年度実施分 325名 同60年度実施分 396名
計721名

3 実施方法

筆者の臨床心理関係講義中に実施することを原則としたが、一部個人的に配布し記入してもらったものも含む。

III 結果と考察

健康生活に関する調査の主な結果を示すと以下の通りである。なお、被験者は全部で721名であるが、内325名は昭和59年度に実施し、残り396名は同60年度に実施したものである。両年度で若干質問紙の内容が異なるため、後者のみの場合は※印を付した。前者のみの場合は省略

文学部心理教育学科

してある。数値は人数を示し、カッコ内はパーセントを示す。

A 靴, 歩き

1) 靴のかかとの高さ

4 cm以下…646 (90.0) 5~6 cm…71 (9.9)

7 cm以上…1 (0.1) 無答3

2) 靴のつま先の形

細く鋭い…152 (21.5) 丸みをおびる…555 (78.5)
無答14

3) 靴のサイズ

ピッタリ…518 (73.2) やや小さめ…44 (6.2)

やや大きめ…146 (20.6) 無答13

4) 歩く時間*

30分未満…79 (21.2) 30~60分…181 (48.7)

60分以上…112 (30.1) 無答24

5) 雨の時の泥のはねあげ

ある…570 (79.7) ない…145 (20.3) 無答6

多くはねあげる足

右…86 (14.7) 左…110 (18.8) ?…390 (66.6)

6) 靴下の着用

家にいる時、夏ははくことが多い…52 (7.3)

夏は素足で冬ははくことが多い…495 (69.6)

冬も素足のことが多い…162 (22.8) その他…2 (0.3)

7) 裸足*

<幼稚園時代> かなり多い…84 (21.4), 多い…184 (46.8), 少ない…110 (28.0), かなり少ない…15 (3.8)

<小学校時代> かなり多い…42 (11.1), 多い…

- 174 (45.8), 少ない…143 (37.6), かなり少ない…21 (5.5)
- <中学校時代> かなり多い…11 (2.8), 多い…92 (23.3), 少ない…244 (61.8), かなり少ない…48 (12.2)
- <高校時代> かなり多い…21 (5.3), 多い…86 (21.7), 少ない…204 (51.5), かなり少ない…85 (21.5)
- 8) 歩く度合*
- <幼稚園時代> 非常に歩く…76 (19.6), 歩くほう…240 (61.9), 歩かないほう…67 (17.3), あまり歩かない…5 (1.3)
- <小学校時代> 非常に歩く…116 (29.7), 歩くほう…228 (58.3), 歩かないほう…43 (11.0), あまり歩かない…4 (1.0)
- <中学校時代> 非常に歩く…77 (19.7), 歩くほう…232 (59.3), 歩かないほう…78 (20.0), あまり歩かない…4 (1.0)
- <高校時代> 非常に歩く…54 (13.8), 歩くほう…203 (51.9), 歩かないほう…122 (31.2), あまり歩かない…12 (3.1)
- <現在> 非常に歩く…32 (8.4), 歩くほう…167 (43.7), 歩かないほう…151 (39.5), あまり歩かない…32 (8.4)
- 以上は、靴や靴下、歩きを中心に問うたものであるが、全体としては、靴のかかとも4cm以下、つま先の形も丸味を帯びたものが主流で、サイズもピッタリという具合に健全な方向への回答が多かった。まず歩く時間は、かなり個人差があり、30～60分を中心にバラツキが大きい。60分以上が30%というのは少なすぎるように思う。そのことは8)の歩く度合をみれば明らかのように、高校以降特に顕著で、現代の世相の反映と同時に、将来に向け大きな問題を投げかけているように思う。
- その他、雨の時の泥のはねあげが予想以上に多いこと(79.7%)裸足の時間が、幼稚園時代もけっして多いとはいえないが、小学校以降特に少なくなることは健康教育や管理面で一考を要するであろう。
- B 睡眠、食生活**
- 9) 規則的な生活 はい…426 (59.7), いいえ…288 (40.37), 無答 7
- 10) 寝つき 非常によい…195 (27.1), よい…403(55.9) 悪い…112 (15.5), 非常に悪い…11 (1.5)
- 11) 寝起き 非常によい…78 (10.9), よい…314(43.7) 悪い…259 (36.0), 非常に悪い…68 (9.4), 無答 3
- 12) 夢 よくみる…193 (26.8), 時々みる…371 (51.5) あまりみない…119 (16.5), めったにみない…38 (5.3)
- 13) 熟睡 できる…356 (45.8), できるほう…338 (43.5), できないほう…83 (10.7), できない…0 無答 4
- 14) 寝具 ベッド…381 (52.8), 布団…340 (47.2)
- 15) 枕 高い…99 (13.9), 低い…302 (42.4), どちらともいえない…312 (43.8), 無答 8
- 16) 朝食 腹一杯…74 (10.3), 八分目…518 (72.0), とらない…127 (17.7), 無答 2
- 17) 昼食 腹一杯…212 (29.5), 八分目…500 (69.6), とらない…6 (0.8), 無答 3
- 18) 夕食 腹一杯…363 (50.7), 八分目…340 (47.5), とらない…13 (1.8), 無答 5
- 19) 食べ物の好き嫌い ある…405 (56.5), ない…312 (43.5), 無答 4
- 20) 食べ物の好み 甘党…166 (23.1), 辛党…138 (19.2), どちらともいえない…416 (57.8), 無答 1
- 21) 味の好み 淡白…224 (31.2), 濃厚…220 (30.6), どちらともいえない…275 (38.3), 無答 2
- 22) 食欲 ある…683 (95.1), ない…35 (4.9), 無答 19
- 23) 食べる速さ かなり遅い…26 (3.6), 遅いほう…280 (38.9), はやいほう…386 (53.6), かなりはやい…28 (3.9), 無答 1
- 24) 食後好物を出されたら 絶対食べる…259 (35.9), 大体食べる…411 (57.0), あまり食べない…36 (5.0) まったく食べない…15 (2.1)
- 25) 間食 いつも…201 (27.9), 時々…381 (54.8), あまりしない…129 (17.9), しない…10 (1.4)
- 26) お酒 かなり飲む…11 (1.6), 飲むほう…188 (26.5), 飲まないほう…412 (58.1), 飲まない…98 (13.8), 無答 12
- 27) タバコ 吸う…29 (4.0), 吸わない…690 (96.0), 無答 2
- 28) 編物、手芸 よくする…278 (38.9), しない…436 (61.1), 無答 7

生活が不規則だと答えた者が40%強あり、半数以上が熟睡感がなく、それらが特に目ざめなどに影響しているようだ。ベッドがやや多く(52.8%), 枕は低いほうが好まれ、食事は朝→昼→夜の順で腹一杯群が急上昇するのが特徴的である。また半数以上が好き嫌いがあり、味の好みは淡白、濃厚が相半ばしている。食欲は95%があると答えているが、波がある者が半数近くあり、さらに食べる速さが速いと答えた者が57%もあり、せっかちな世相をここでも垣間みせてくれる。間食はかなりの者がとっているようで、食後の好物にも概ね手を出し、上述の傾向は美しくスマートでという大方の女性の願いと現実にとっている行動が矛盾していることを示し興味深いものがある。タバコは殆どの者が吸わないと答えているが、お酒は3割近くの者がたしなんでいるようだ。

C 痛み、ストレス

- 29) 痛みの感じやすさ かなり感じる…57 (7.9), 感じる…545 (75.9), にぶい…116 (16.2), かなりにぶい…0, 無答3
- 30) 痛耐性 かなり強い…79 (11.0), 強い…403 (56.1), 弱い…219 (30.5), かなり弱い…17 (2.4), 無答3
- 31) 心配事が胃にくる かなりくる…115 (16.0), ややくる…280 (38.9), めったにこない…221 (30.7), まったくこない…103 (14.3), 無答2
- 32) 心配事が心臓にくる かなりくる…10 (1.4), ややくる…100 (14.0), めったにこない…248 (34.8), まったくこない…354 (49.7), 無答9
- 33) ストレス かなり感じる…77 (10.7), 感じる…445 (61.9), にぶい…182 (25.3), かなりにぶい…15 (2.1), 無答2
- 34) 病気やけがの受診 すぐ行く…38 (5.3), 行くほう…153 (21.2), 行かないほう…290 (40.2), よほどでないで行かない…240 (33.3)
- 35) すぐ薬を飲む はい…213 (29.6), いいえ…506 (70.4), 無答2

痛みに対してはかなり強く感じると答えた者は7.9%と少ないが、感じやすいほうと大半の者が答えており、それに対する耐性も主観的には強いようである。またストレスも72%の者が感じると答え、それが胃と心臓では前者のほうに圧倒的にきやすいことを示している。病院や薬に頼ることはあまり好まないようだ。

D ラテラリティ

これに関しては別途検討する予定なので、ここでは主なものを列挙するにとどめる。

- 36) 利き腕 右利き…659 (91.7), 左利き…20 (2.8), 両手利き…40 (5.6), 無答2
- 37) 目鏡 常時…248 (34.5), 時々…163 (22.7), 使用しない…308 (42.8)
- 38) 目の大きさ 右>左…187 (26.2), 左>右…180 (25.2) 左=右…347 (48.6)
- 39) まぶた* 右のみ二重…13 (4.6), 左のみ二重…30 (10.6), 両方とも二重…240 (84.8), 両方一重…156 (39.3)
- 40) 文字の傾き 右あがり…325 (45.4), 右さがり…35 (4.9), まっすぐ…107 (14.9), 時による…249 (34.8) 無答5
- 41) 文字を書く紙の傾き 右をあげる…511 (71.3), 右を下げる…68 (9.5), まっすぐ…138 (19.3), 無答4
- 42) 受話器をもつ手 右…305 (42.4), 左…340 (47.3) どちらともいえない…74 (10.3), 無答2
- 43) 手さげをもつ手 右…381 (53.0), 左…239 (33.2) どちらともいえない…99 (13.8), 無答2
- 44) 食べ物をかむ側 右…255 (35.5), 左…137 (19.1) どちらともいえない…327 (45.5), 無答2
- 45) ほほづえをつく手 右…227 (31.7), 左…376 (52.4), どちらともいえない…114 (15.9), 無答4
- 46) 首をかしげやすい側 右…276 (38.3), 左…374 (51.9), どちらともいえない…71 (9.9)
- 47) つまずきやすいか はい…355 (49.3), いいえ…365 (50.7), 無答1
- 多くつまずく足 右…185 (26.9), 左…88 (12.8), どちらともいえない…416 (60.4), 無答8
- 48) 前に踏み出す足 右…464 (64.8), 左…156 (21.8), どちらともいえない…96 (13.4), 無答5
- 49) 階段で踏み出す足 右…480 (68.2), 左…120 (17.1), どちらともいえない…104 (14.8), 無答17
- 50) またぐ時踏み出す足 右…293 (74.7), 左…60 (15.3), どちらともいえない…39 (10.0), 無答4
- 51) 靴底のへり方 左が反対側よりへる…10 (1.4), 右が反対側よりへる…21 (2.9), 左右とも外側がへる…442 (61.9), 左右とも内側がへる…78 (10.9), 左右同じくらい…163 (22.8), 無答7

- 52) かかとが多くへる足 右…154 (21.3), 左…104 (14.6), どちらともいえない…453 (63.7), 無答10
- 53) 指を組んで上になる方 右…307 (43.7), 左…390 (55.6), どちらともいえない…5 (0.7), 無答19
- 54) 靴を先にはく足 右…467 (65.0), 左…196 (27.3), どちらともいえない…56 (7.8), 無答2
- 55) 靴を先に脱ぐ足 右…411 (57.2), 左…231 (32.1), どちらともいえない…77 (10.7), 無答2
- 56) 靴下を先にはく足 右…436 (60.7), 左…215 (29.9), どちらともいえない…67 (9.3), 無答3
- 57) 靴下を先に脱ぐ足 右…380 (52.7), 左…174 (24.1), どちらともいえない…167 (23.2)
- 58) スカート等を先にはく足 右…475 (65.9), 左…183 (25.4), どちらともいえない…63 (8.7)
- 59) スカート等を先に脱ぐ足 右…386 (53.5), 左…185 (25.7), どちらともいえない…150 (20.8)
- 60) 上衣に先に通す腕 右…454 (63.2), 左…238 (33.2), どちらともいえない…26 (3.6), 無答3
- 61) 普段の坐り方 ベタ坐り…46 (6.5), トンビ坐り…64 (9.0), あぐら…109 (15.3), 横坐り…241 (33.9), トンビ・ベタ…88 (12.4), 正坐…44 (6.2), 足を伸ばす…19 (16.7), 無答10
- 62) 横坐りで流す足 右…372 (51.9), 左…251 (35.0), どちらともいえない…94 (13.1), 無答4
- 63) 正坐で上にする足 右…432 (60.7), 左…138 (19.4), どちらともいえない…142 (19.9), 無答9
- 64) あぐらで上にする足 右…456 (64.0), 左…197 (27.6), どちらともいえない…60 (8.4), 無答8
- 65) 正坐から先に立てる足 右…498 (70.0), 左…157 (22.0), どちらともいえない…60 (8.4), 無答6
- 66) 足を組む時上の足 右…478 (67.0), 左…165 (23.1), どちらともいえない…71 (9.9) 無答7
- 67) 寝ている時の姿勢 右横向き…241 (33.7), 左横向き…160 (22.4), うつぶせ…50 (7.0), あおむけ…245 (34.2), その他…20 (2.8), 無答5
- 68) 顔のゆがみ 右唇が上がり右頬が大…100 (13.9), 左唇が上がり左頬が大…103 (14.3), 左右対称…517 (71.8), 無答1
- 69) 肩のあがり 右…207 (28.9), 左…221 (30.8), 同じ…289 (40.3), 無答4
- 70) 足について
足の裏にホクロがある 右…24, 左…32, 両方3,

アキレス腱を切ったことがある 左のみ…1
足の骨折 右…16, 左…6, 両方7

ラテラルリティの問題は最近各方面から関心もたれているが、これらの意味、健康との関わりについてもさまざまな仮説が出されている。ここでは、本調査の結果が上述のようなものであったという事実だけにとどめ、その本質的な意味等については臨床的、統計的に、遺伝生物学的あるいは教育環境（文化）的な面も含め、広範な分析検討を試みる予定でいる。

E 定期的な運動、既往症など

71) 週1回以上定期的に運動している はい…170 (23.6), いいえ…551 (76.4)

過去にやっていたと答えた者ははるかに多いが、高校を卒業すると急に減少し、23.6%というのは少なすぎるように思う。回答の多かった種目は、テニス、ダンス、水泳、ジョギングである。

既往症では、扁桃炎が最も多く（76人、10.5%）次いで、気管支炎、胃炎などである。

また、足の疲れをとる方法で多かったのは、足を高くして寝る。マッサージをする。お風呂に入る。薬をはるなどで、彼女らなりにさまざまな工夫をこらしていることがわかる。

F 病的傾向

日常みられすい病的傾向を30（その他も含む）あげ、あれば○印を、特に困っている場合に◎印をつけてもらったが、両者こみの結果を上位から11位まで示したのが表1である。

表1 普段の生活における病的傾向

順位	傾 向	人数(人)	割合(%)
1	立ちくらみ	202	28.02
2	疲れやすい	138	28.02
3	便秘	133	18.45
4	冷え症	129	17.89
5	生理不順である	85	11.79
6	乗り物酔い	80	11.10
7	風邪をひきやすい	76	10.54
8	アレルギー性鼻炎	69	9.57
9	〇脚	64	8.88
10	汗が異常に出やすい	61	8.46
11	下痢になりやすい	60	8.32

健康生活

表2 諸 症 状

		かなり	やや	なし	無答			かなり	やや	なし	無答
1. 耳なり	人数(人) 割合(%)	4 0.56	147 20.53	565 78.91	5	13. 足がだるい	人数(人) 割合(%)	33 4.64	252 35.44	426 59.92	10
2. 耳が遠い	人数(人) 割合(%)	4 0.56	105 14.88	597 84.56	15	14. 水虫	人数(人) 割合(%)	6 0.84	38 5.31	671 93.85	6
3. 目が疲れる	人数(人) 割合(%)	106 14.76	389 54.18	223 31.06	3	15. 魚の目	人数(人) 割合(%)	9 1.26	69 9.08	635 89.06	8
4. 首、肩が痛い	人数(人) 割合(%)	55 7.77	167 23.59	486 68.64	13	16. 足のマメ	人数(人) 割合(%)	15 2.09	122 17.02	580 80.89	4
5. 肩がこる	人数(人) 割合(%)	154 21.57	324 45.38	236 33.05	7	17. くつづれ	人数(人) 割合(%)	30 4.18	242 33.75	445 62.07	4
6. 背中が痛い	人数(人) 割合(%)	19 2.67	98 13.78	594 83.55	10	18. 手のしもやけ	人数(人) 割合(%)	22 3.08	54 7.55	639 89.37	6
7. 腰が痛い	人数(人) 割合(%)	51 7.14	207 28.99	456 63.87	7	19. 足のしもやけ	人数(人) 割合(%)	44 6.12	112 15.58	563 78.30	2
8. 足が痛い	人数(人) 割合(%)	22 3.11	149 21.05	537 75.84	13	20. 歯が痛む	人数(人) 割合(%)	15 2.09	139 19.39	563 78.52	4
9. 頭痛がする	人数(人) 割合(%)	39 5.46	206 28.85	469 65.69	7	21. 足のむくみ	人数(人) 割合(%)	20 2.79	109 15.18	589 82.03	3
10. 腰が疲れる	人数(人) 割合(%)	38 5.31	198 27.69	479 67.00	6	22. 足がつる	人数(人) 割合(%)	17 2.36	190 26.39	513 71.25	1
11. 首がこる	人数(人) 割合(%)	66 9.24	213 29.83	435 60.93	7	23. 足底痛	人数(人) 割合(%)	15 2.08	131 18.25	572 79.67	3
12. 手がふるえる	人数(人) 割合(%)	8 1.12	53 7.43	652 91.45	8	24. 足首が痛む	人数(人) 割合(%)	11 1.54	48 6.72	655 91.74	7

表3 パーソナリティ

	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	無答
きまじめ	79	202	216	199	84	23
責任感	62	282	279	68	8	22
徹底的にやる	57	291	256	102	13	2
自信がない	47	142	289	200	34	9
誰とでもうちとける	81	264	200	140	21	15
死にたい	17	93	129	151	319	12
やる気がしない	12	119	233	212	140	5
物忘れ	23	145	215	234	100	4
根気がない	32	197	204	228	60	
社交的	68	259	233	138	20	3
毎日が楽しい	50	255	298	95	18	5
気分には波	149	341	124	84	17	6
頭がさえる	4	32	397	217	65	6
孤独	8	55	197	249	208	4
内気	17	177	218	191	114	4
人がいない方が落ち着く	29	200	320	138	28	6
堅苦しく考える	31	262	200	179	53	
自分が自分ではない	14	89	181	194	238	5
変な声が聞こえる	3	9	36	51	618	4
理想が理解されない	10	49	252	209	197	4
変な目つきをされる	4	24	121	165	404	3
冷や汗をかく	5	54	103	189	364	6
興奮しやすい	41	193	249	141	80	11
不機嫌になりやすい	39	254	217	147	49	15
短気	51	294	170	146	52	8
あんなに怒ったのが不思議	41	205	164	191	121	
気を失う	11	47	39	23	598	3
時々ぼおとする	18	132	154	145	265	7
負けずぎらい	63	297	198	121	38	4
おだてにのる	83	361	181	65	21	10
人に頼る	69	340	190	102	19	1
失敗がこわい	64	276	188	152	36	5
よごれが気になる	21	133	301	206	58	2
不吉な考えが浮かぶ	10	82	141	203	278	7
つまらないことが気になる	44	270	143	165	85	14
心配事で具合が悪くなる	30	181	177	179	149	5
病気になるようで心配	7	68	96	195	351	4
理由もなく不安	13	61	119	186	337	5
視線が気になる	21	217	193	143	144	3
取りこし苦労	65	325	164	103	60	4

立ちくらみ、疲労、便秘、冷え症の4つが群を抜いて多く、特に立ちくらみは3割近くの者がチェックしている。また、表2は、24の症状を示し、3段階に評価してもらった結果を示す。そのベスト10は以下の通りである。

- 1.目が疲れる。
- 2.肩がこる。
- 3.足がだるい。
- 4.首がこる。
- 5.くつずれ。
- 6.腰が痛い。
- 7.頭痛がする。
- 8.腰が疲れる。
- 9.首肩が痛い。
- 10.足がつる。

これらは、“かなり”と“やや”の回答数をこみで集計したものであるが、いずれも200以上の多さに達している。表1中2位の「疲れやすい」ことの具体的な内容を示すものとしてみることもでき興味深いものがある。特に1位の「目の疲れ」2位の「肩こり」は“かなり”と答えた者がそれぞれ106人(14.8%)、154人(21.6%)もあり、“やや”とあわせるとそれぞれ495人(68.9%)、468人(66.9%)となる。次の「足がだるい」「首がこる」もそれぞれ40%前後とかなり高く、今後の大きな課題である。

G パーソナリティ

表3は、質問紙の最後にあげた40項目の人格目録に対する回答状況である。これに関しては別途因子分析を行ない、検討する予定でいるが、その種の統計的操作を加える以前に、この表からさまざまな問題を感じさせる。

自信がない、死にたい、毎日が楽しくない、やる気がしないなどの抑うつ傾向、孤独、内気、人がいないほうが落ちつく、変な目つきをされる、視線が気になるなど

自閉的あるいは対人恐怖の傾向、さらに、よごれが気になる、つまらないことが気になる、不吉な考えが浮かぶなど強迫的傾向や、理由もなく不安、失敗がこわい、病気になるようで心配など不安、完全主義、心氣的傾向その他気を失う、ぼおっとするなどメンタルヘルスの上から考慮する必要のある多くの問題を投げかけている。

以上で大まかに質問紙調査の結果を概観し、若干のコメントを試みてきたが、全体的には一部を除き健全な方向にあると思われる。しかし、個別的にみると上述のパーソナリティの問題も含め、予想以上に多くの検討を要する問題がありそうで、心身両面から多面的に分析し、慎重にその対応策等についても考えていきたい。

本研究は昭和59年度東京家政大学特別研究費により行なったものである。また資料整理にあたって本学児童学科学生飯窪公子さん、内田美信さん、橋本澄江さんにお世話になった。付記して謝意を表する。

文 献

飯窪公子・内田美信：足部形態機能の安定性と心身の健康についての基礎的研究 昭和60年度東京家政大学卒業論文

橋口英俊：足からの健康—健康心理学序説, TASK Monthly. 1960

健康生活に関する調査

年 月 日 実施

氏名 _____ 男・女 _____ 歳 学校 専攻 学生又は職業 _____
 きょうだい関係は 兄()人 姉()人 弟()人 妹()人 出身地 _____ 都道府県 _____
 通学に要する時間(片道) _____ 分 くつのサイズ _____ cm 血液型 _____ 型

A. 次のうち普段の生活であなたに最も近いものを選んで番号を回答欄に記入して下さい。

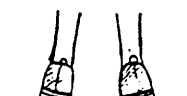
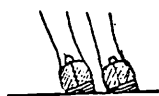
1. あなたがよくはくくつは
 - 1) かかとが (1. 4 cm以下 2. 5, 6 cm 3. 7 cm以上)
 - 2) つま先が (1. 細く鋭い 2. 丸みをおびている)
 - 3) サイズは (1. ピッタリ 2. やや小さめ 3. やや大きめ)
2. 1日に歩く時間は (1. 30分未満 2. 30分以上1時間未満 3. 1時間以上)
3. 雨の時、泥をはねあげることが
 - 1) (1. ある 2. ない)
 - 2) あると答えた方は、はねあげてしまうのは (1. 右足が多い 2. 左足が多い 3. どちらともいえない)
4. 家にいるときは
 1. 夏もくつ下やストッキングをはいていることが多い
 2. 夏は素足で、冬はくつ下やストッキングをはいていることが多い
 3. 冬も素足のことが多い
 4. その他
5. あなたは裸足でいることが
 - 1) 幼稚園時代 (1. かなり多かった 2. 多かった 3. 少なかった 4. かなり少なかった)
 - 2) 小学校時代 (1. かなり多かった 2. 多かった 3. 少なかった 4. かなり少なかった)
 - 3) 中学校時代 (1. かなり多かった 2. 多かった 3. 少なかった 4. かなり少なかった)
 - 4) 高等学校時代 (1. かなり多かった 2. 多かった 3. 少なかった 4. かなり少なかった)
6. あなたは
 - 1) 幼稚園時代 (1. 非常によく歩く 2. 歩くほう 3. 歩かないほう 4. あまり歩かない)
 - 2) 小学校時代 (1. 非常によく歩く 2. 歩くほう 3. 歩かないほう 4. あまり歩かない)
 - 3) 中学校時代 (1. 非常によく歩く 2. 歩くほう 3. 歩かないほう 4. あまり歩かない)
 - 4) 高等学校時代 (1. 非常によく歩く 2. 歩くほう 3. 歩かないほう 4. あまり歩かない)
 - 5) 現 在 (1. 非常によく歩く 2. 歩くほう 3. 歩かないほう 4. あまり歩かない)
7. 生活は規則的なほうですか。 (1. はい 2. いいえ)
8. 睡眠についてお答え下さい。
 - 1) 睡眠時間 平均 _____ 時間
 - 2) 寝付きは (1. 非常によい 2. よいほう 3. 悪いほう 4. 非常に悪い)
 - 3) 寝起きは (1. 非常によい 2. よいほう 3. 悪いほう 4. 非常に悪い)
 - 4) 夢は (1. よくみる 2. 時々みる 3. あまりみない 4. めったにみない)
 - 5) 熟睡は (1. できる 2. できるほう 3. できないほう 4. できない)
 - 6) 寝る時 (1. ベッド 2. 布団)
 - 7) まくら (1. 高いまくら 2. 低いまくら 3. どちらともいえない)
9. 朝・昼・晩の食事の量の配分は、だいたい
 - 1) 朝食 (1. 腹一杯 2. 腹八分目 3. とらない)
 - 2) 昼食 (1. 腹一杯 2. 腹八分目 3. とらない)
 - 3) 夕食 (1. 腹一杯 2. 腹八分目 3. とらない)
10. 食べ物の好き嫌いは (1. ある 2. ない)
 - 1と答えた方 嫌いな食べ物
11. 食べ物の好みは (1. 甘党 2. から党 3. どちらともいえない)
12. 食べ物の味の好みは (1. 淡白な味 2. 濃厚な味 3. どちらともいえない)
13. 食欲は
 - 1) (1. ある 2. ない)
 - 2) (1. 平均している 2. 波がある 3. どちらともいえない)
14. 食べるはやさは (1. かなり遅い 2. 遅いほう 3. はやいほう 4. かなりはやい)
15. 食事が終わってから好物が出されたら
 - (1. 絶対食べる 2. だいたい食べる 3. あまり食べない 4. まったく食べない)
16. 間食について (1. いつもする 2. 時々する 3. あまりしない 4. しない)
17. お酒について (1. かなり飲む 2. 飲むほう 3. 飲まないほう 4. 飲まない)
18. タバコは (1. 吸う→1日 本 2. 吸わない)
19. 編み物、手芸などをよくしますか (1. はい 2. いいえ)

健康生活

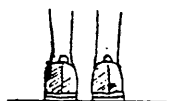
20. あなたは痛みを感じやすいほうですか
 (1. かなり感じやすい 2. 感じやすいほう 3. にぶいほう 4. かなりにぶい)
21. 痛みに対してがまん強いほうですか
 (1. かなり強い 2. 強いほう 3. 弱いほう 4. かなり弱い)
22. 何か心配事があると
 1) 胃にくることが (1. かなりある 2. ややある 3. めったにない 4. まったくない)
 2) 心臓にくることが (1. かなりある 2. ややある 3. めったにない 4. まったくない)
23. ストレスを感じやすいほうですか
 (1. かなり感じやすい 2. 感じやすいほう 3. にぶいほう 4. かなりにぶい)
24. 病気がけがをすると、すぐ医者に行くほうですか
 (1. すぐ行く 2. どちらかというに行く 3. どちらかというに行かない 4. よほどでないかぎり行かない)
25. 体に異常を感じたとき、すぐに薬を飲むほうですか (1. はい 2. いいえ)

B. よく自己観察した結果、あなたに最も近いものを選んで番号を回答欄に記入して下さい。

1. あなたは (1. 右きき 2. 左きき 3. 両手きき)
2. メガネ、コンタクトレンズ等を
 (1. 常時使用している 2. 時々使用している 3. 使用していない)
3. あなたの視力は、 右 () 左 ()
 矯正 右 () 左 ()
4. 目の大きさは (1. 右が左より大きい 2. 左が右より大きい 3. 両方同じ大きさ)
5. あなたの目は (1. 右のみ二重 2. 左のみ二重 3. 両方とも二重 4. 両方とも一重)
6. あなたの文字は (1. 右あがり 2. 右さがり 3. まっすぐ 4. 時によって違う)
7. 横書きで文字を書くとき、紙のどちら側を上げて書きますか。
 (1. 紙の右側を上げる 2. 紙の右側を下げる 3. 紙をまっすぐにする)
8. 電話の受話器を持つのは (1. 右手 2. 左手 3. どちらともいえない)
9. 手さげを持つことが多いのは (1. 右手 2. 左手 3. どちらともいえない)
10. 食べ物をかむのは (1. 右 2. 左 3. どちらともいえない)
11. ほおづえをつくとしたら、どちら側の手でつくことが多いですか。
 (1. 右手 2. 左手 3. どちらともいえない)
12. 首をかしげるとき、かしげやすいのは (1. 右 2. 左 3. どちらともいえない)
13. つまづきやすいですか。 (1. はい 2. いいえ)
14. つまづく時、多いのは (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
15. 前に歩くとき踏み出す足は (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
16. 階段の昇り降りをするとき踏み出す足は (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
17. 物をまたぐ時、踏み出す足は (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
18. 靴底のへり方はどのようになっていますか。番号を回答欄に記入して下さい。
 1. 左側が反対側よりへる 2. 右側が反対側よりへる 3. 左右とも外側がへる 4. 左右とも内側がへる



5. どちらも同じくらい



19. 靴のかかとを左右くらべてみると
 (1. 右足のかかたがよくへる 2. 左足のかかたがよくへる 3. どちらともいえない)
20. 指をくむとき、どちらの親指が上にきますか。
 (1. 右 2. 左 3. どちらともいえない)



21. 靴をはくときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)

22. 靴を脱ぐときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)
 23. 靴下をはくときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)
 24. 靴下を脱ぐときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)
 25. スカートやズボンをはくときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)
 26. スカートやズボン脱ぐときは (1. 右足から 2. 左足から 3. どちらともいえない)
 27. 上衣を着るとき、はじめに腕を通すのは (1. 右腕 2. 左腕 3. どちらともいえない)
 28. 普段すわっている状態は、次のすわり方のうち、どれが多いですか。
 1. ベタすわり 2. トンビすわり 3. あぐら 4. 横すわり 5. トンビ・ベタすわりの混合



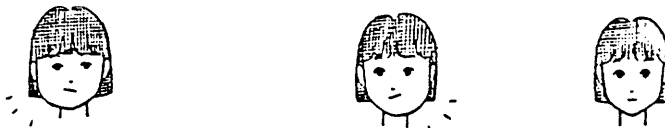
6. 正座 7. 足をのばしてすわる



29. 横すわりをするとき、どちらの方へ足を流しますか。(1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
 30. 正座するとき、どちらの足を上にのせますか。(1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
 31. あぐらをかくときどちらの足を上にのせますか。(1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
 32. 正座している状態から立ちあがるとき、先に立てる足は (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
 33. 足を組むとき上にのせるのが多いのは (1. 右足 2. 左足 3. どちらともいえない)
 34. どのようにして寝ていることが多いですか。
 (1. 右横を向いて 2. 左横を向いて 3. うつぶせ 4. あおむけ 5. その他 ())

C. 以下の質問に対しては、第三者に評価してもらって下さい。

1. あなたの顔に近いものの番号を回答欄に記入して下さい。
 (1. 右唇が上がり、右ほおが大きい 2. 左唇が上がり、左ほおが大きい 3. 左右対称)



2. あなたの肩に近いものの番号を回答欄に記入して下さい。
 (1. 右肩が少し上がっている 2. 左肩が少し上がっている 3. まっすぐ)



D. 以下の質問には直接記入して下さい。

1. 普段定期的 (週一回以上) にやっている運動がありますか、該当する番号を○で囲み、具体的な運動を記入して下さい。
 1. はい (具体的にどんな運動ですか) _____
 2. いいえ _____
 2. 過去にやっていたスポーツ (週一回以上やっていたもの) があれば、お答え下さい。
 種目別 1. _____ 2. _____ 3. _____
 いつごろですか 1. _____ 歳ごろ 2. _____ 歳ごろ 3. _____ 歳ごろ
 3. 足の疲れをとる方法、ご自由にお書き下さい。(例 あたためる など)

4. あなたの現在の 身長は _____ cm 体重は _____ kg

健康生活

5. あなたは、今までに、次のような病気やけがにかかったことがありますか、かかったことのある病気の番号を○で囲み、その回数もお書き下さい。

- | | | | | | |
|----------|---|-----------|---|-------------|---|
| 1. 胃けいれん | 回 | 2. 胃かいよう | 回 | 3. 十二指腸かいよう | 回 |
| 4. 肝 炎 | 回 | 5. 虫垂炎 | 回 | 6. ぼうこう炎 | 回 |
| 7. 肺 炎 | 回 | 8. 気管支炎 | 回 | 9. かけ | 回 |
| 10. 扁桃炎 | 回 | 11. リュウマチ | 回 | 12. 胃 炎 | 回 |
| 13. その他 | | | | | |

6. 普段の生活で次のような傾向がありましたら、その傾向の番号を○で囲んで下さい。

とくにお困りの場合は、その番号を◎で囲んで下さい。その他の傾向のあるときは、その他（ ）のところに記入して下さい。

- | | | |
|--------------|----------------|----------------|
| 1. 立ちくらみ | 11. アレルギー性鼻炎 | 21. 下痢になりやすい |
| 2. めまい | 12. 汗が異常に出やすい | 22. お腹が痛む |
| 3. どうき、息切れ | 13. 疲れやすい | 23. 熱がでやすい |
| 4. 心臓のところが痛む | 14. 乗り物酔い | 24. 原因不明の腹痛になる |
| 5. たんが出る | 15. 吐きけ | 25. 原因不明の熱がでる |
| 6. 風邪をひきやすい | 16. 胃がもたれる | 26. 生理不順である |
| 7. 血圧が高い | 17. 胃に不快を感じる | 27. O脚 |
| 8. 血圧が低い | 18. 尿が出にくい | 28. X脚 |
| 9. 冷え症 | 19. 夜2回以上小便に行く | 29. 扁平足 |
| 10. アレルギー体質 | 20. 便秘 | 30. その他（ ） |

7. 次の症状について、例にしたがって答え下さい。

（“かなり” “やや” “なし”のいずれかに○をつけ、“かなり”または“やや”に○をつけた方は、（ ）にもお答え下さい。）

	かなり	やや	なし					
例 手がしびれる	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
1. 耳なり	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
2. 耳が遠い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
3. 目が疲れる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
4. 首、肩が痛い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
5. 肩がこる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
6. 背中が痛い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
7. 腰が痛い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
8. 足が痛い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
9. 頭痛がする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
10. 腰が疲れる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
11. 首がこる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
12. 手がふるえる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
13. 足がだるい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
14. 水虫	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
15. 魚の目	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
16. 足のマメ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
17. くつずれ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
18. 手のしもやけ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
19. 足のしもやけ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
20. 歯が痛む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
21. 足のむくみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
22. 足がつる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
23. 足底痛	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	
24. 足首が痛む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(1. 右	2. 左	3. 両方	4. 不明)	

8. 次のような傾向がありましたら番号を○で囲んで（ ）内のいずれかに○をつけてください。

- | | | | |
|-------------------|-------|------|--------|
| 1. 足の裏にホクロがある | (1. 右 | 2. 左 | 3. 両方) |
| 2. アキレス腱をきったことがある | (1. 右 | 2. 左 | 3. 両方) |
| 3. 足の骨折 | (1. 右 | 2. 左 | 3. 両方) |

E. 次の質問の該当するところにチェックして下さい。

+2 非常にそう +1 ややそう 0 どちらともいえない

-1 ややそうでない -2 まったくそうでない

(例) 音楽が好きだ

+2	+1	0	-1	-2

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>1. きまじめで融通がきかない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>2. 責任感が人一倍強い <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>3. 何事も徹底的にしないと気がすまない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>4. 何事にも自信がない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>5. 誰とでもすぐうちつけられる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>6. 死にたいと思うことがある <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>7. 何もやる気がしない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>8. 物忘れが激しい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>9. 根気が続かない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>10. 社交的なほうだ <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>11. 毎日がとても楽しい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>12. 気分に変化がある <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>13. 最近頭がさえていいる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>14. 孤独である <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>15. 内気なほうだ <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>16. 周囲に人がいない方が落ち着く <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>17. 物事を堅苦しく考えがちである <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>18. よく自分が自分でないように感じる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>19. 時々変な声がかきこえてくる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>20. 私の理想は人になかなか理解されない <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | <p>21. よく変な目つきや動作をされる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>22. よく冷汗をかく <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>23. 興奮しやすい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>24. 不機嫌になりやすい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>25. 短気なほうだ <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>26. なぜあんなに怒ったか不思議に思うことがある <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>27. 気を失ったことがある <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>28. 時々ぼおとしてわからなくなる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>29. 人一倍負けずぎらいだ <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>30. おだてられるとすぐその気になる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>31. すぐに人に頼りたくなる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>32. 失敗するのがひどくこわい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>33. よくよごれが気になって困る <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>34. よく不吉な考えが浮かんで払いのけられなくなる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>35. つまらないことが気になって困る <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>36. 心配事があると体の具合が悪くなる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>37. 病気になりそうをよく心配する <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>38. 理由もなく不安におそわれる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>39. よく視線が気になる <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> <p>40. 取りこし苦労をしやすい <table style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"><tr><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td><td style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px;"></td></tr></table></p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |