

社員番号: 1
社員氏名: 協会1協会1様
組織名: 協会人事部
回答日: 2018/05/29

「あなたのストレスチェック結果」

先日ご回答頂いた「ストレス調査票」の結果を厚生労働省の委託研究班による標準化得点に基づき、作成しました。
あなたのストレス状態を把握し、今後のストレス対策、日々の健康増進にお役立て下さい。

ストレス調査「総合結果」…(1)と(2)の結果から表示しています。

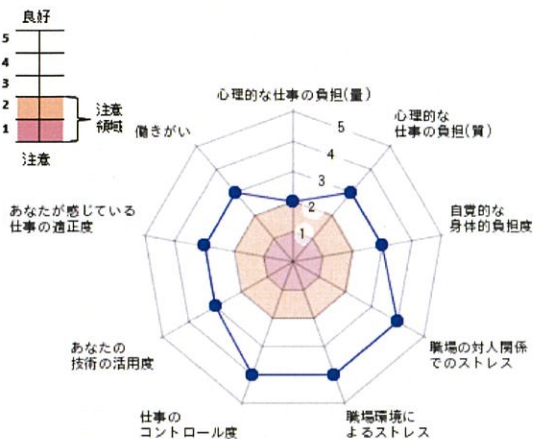
現在のストレスの状態

心身の状態は良好のようです。ただし、2点以下(注意領域)に該当する項目については、ご注意ください。

今後のアドバイス

急に仕事が忙しくなったり、心身の負担が増える出来事があると、急激にストレスが増加する場合があります。積極的にストレス解消を心がけましょう。

(1) ストレス原因と考えられる因子



■ 今回

※未回答項目がある場合 0 になります

●あなたの結果●

仕事に関するストレスの原因を少しかえておられるようです。

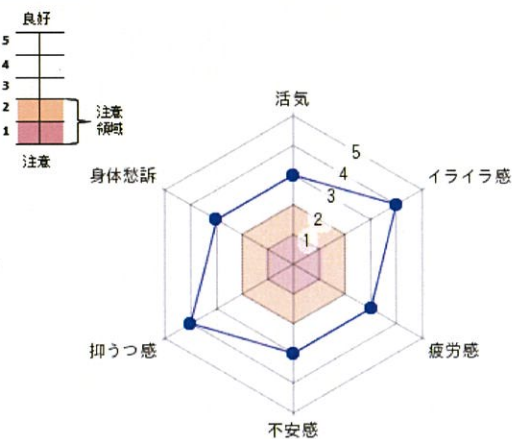
仕事の量的負担について上司と共に調整を図ったり、信頼のおける人に相談してみましょう。



●あなたの合計点数●

29点

(2) ストレスによっておこる心身の反応



■ 今回

※未回答項目がある場合 0 になります

●あなたの結果●

良好な状態を保っています。

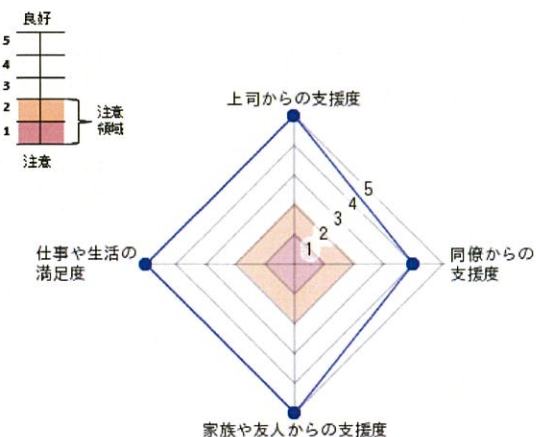
今後もセルフケアに努め、ストレス対処能力を高めましょう。



●あなたの合計点数●

20点

(3) ストレス反応に影響を与える他の因子



■ 今回

※未回答項目がある場合 0 になります

●あなたの結果●

周囲からのサポートがあり、仕事、生活の満足度も高いようです。

コミュニケーションを大切にして、お互いにサポートし、理解がさらに深められるようにしましょう。



●あなたの合計点数●

19点