



従業員様用個人結果通知書

窓開き封筒対応 A3両面印刷

表

裏



医療法人 アサヒ会
健診事業部

〒541-0048 大阪市中央区瓦町1-4-18
電話：06-6222-3233 FAX:06-6222-7216
ホームページアドレス
<http://www.aednet.co.jp>

受検者1課
小林 高介様

ストレスチェック

ストレスチェック結果中

このたびはストレスチェックのご利用ありがとうございました。
本ストレスチェックは、各事業の業務が自らのストレス状態に気づいていただくことを目的に、事業各様よりご依頼を受け、弊社の産業医様と共同で実施させていただいております。

「心の健康管理」の主役はあなた自身です。
ストレスチェックの結果として、ストレスプロフィールを作成しましたので、今後の「心の健康管理」「職場生活の改善」にお役立てください。

あなたのストレスプロフィールは私も産業医健診事業部と弊社の産業医様と共有させていただきますが、あなたの了解なしに事業各様をはじめ職場の方々にお知らせすることは一切ありませんのでご安心ください。

メンタルヘルス不調のリスクが高いと判断した方には、本結果の最後に記載いたしますので、あなたとあなたのご家族の高にぜひ医師の面談を受けてください。

本報ながら従業員様の心身の健康と弊社のお務めをお祈り申し上げます。

アサヒ会 健診事業部
産業医 陸 でん子

ストレスプロフィールについて

旧労働省の委託研究により作成された「職業性ストレス簡易調査票」をベースに、従業員の皆様への心の健康を分析したものです。
あなたの職場におけるストレス状態を以下の3つの基準に分けて確認することができます。

仕事のストレス要因

- ・仕事の負担（量）
- ・仕事の負担（質）
- ・身体的負担
- ・対人関係
- ・職場環境
- ・仕事のコントロール度
- ・仕事の満足度
- ・仕事の適正度
- ・働きがい

ストレス反応

- ・疲労
- ・イライラ感
- ・鬱鬱
- ・不安感
- ・怒り
- ・身体症状

修飾要因

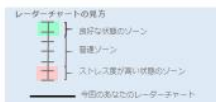
- ・上司からのサポート
- ・同僚からのサポート
- ・家族や友人からのサポート
- ・仕事や生活の満足度

【ご注意ください】
※主に仕事に起因したストレスについての結果です。ご家庭などの仕事以外の生活によるストレスは測定されていません。
※ご記入時々のストレス反応が記載できません。
※ストレスは必ずしも仕事に起因するものではありません。最近1ヶ月間の状態を示しています。
※性別の違いは考慮されていません。高いストレスをうけているとみても、ストレス反応は個人によって異なります。
※詳しいストレス要因やそれに関する情報については、この結果のみで確認することはできません。

あなたのストレスプロフィール

実施年月:2015年12月

3つのレーダーチャートはストレス状態を、得意に大きく広がっている程良好な状態です。
特に、**緑色のゾーン**に入っている場合は良好な状態であることを意味します。
逆に、**赤色のゾーン**が小さくなり、**黄色色のゾーン**に入っている場合は、ストレス反応が強い・ストレスの原因が多い状態が疑われます。



ストレスの原因と考えられる因子



ストレスによっておこる心身の反応



ストレス反応に影響を与える他の因子



ストレス状況

あなたのストレス状態は高くありませんが、ストレスの原因となる因子が少しあるようです。
仕事にかかわる時間は一日のうちの多くを占めるので、仕事の量の多さや付加、仕事の性質（注意を要する仕事など）、仕事に対してコントロールできる度合いなど、その他様々な出来事がストレスの原因になり得ます。

ストレス反応

活気、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感、身体症状、全てに問題はみられませんでした。
あなたの仕事でのストレスの原因となりうる因子では仕事の量的負担度が高いようでした。

アドバイス

今回の調査時点では、問題はありませんでしたが、普段からストレスをためこまず、気分転換をはかるように心がけることをお勧めいたします。

医師による面談

あなたのストレスチェックの結果より、現時点では医師の面談をお勧めする状態ではありません。

心の相談窓口・お役立ちサイトのご紹介

- 働く人の悩みホットライン(日本産業カウンセラー協会) 03-5772-9100(月～土 10時～20時)
- この国の健康電話相談ダイヤル(内閣府) 0570-064-556(24時間・時間外・地域別・年齢別に対応いたします)
- 働く人の心と健康(厚生労働省) http://akoro.mhlw.go.jp/

Point!
高ストレス者への面接指導勧奨を
個人結果通知書内で!

Point!
相談窓口情報も

二つ折りするとA4見開きに製本できます!
A4対応窓開き封筒に入れて封をすると従業員様用の個人結果通知書が完成です

通知書のカラーを健診センター様・病院様のイメージカラーへ変更サービス!
病院様オリジナルのマーク入りで作成させていただきます