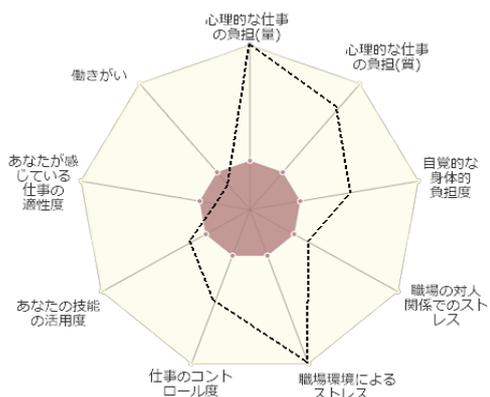


従業員氏名 (従業員番号)	テスト太郎03(test003)
実施年月日	2019年05月17日

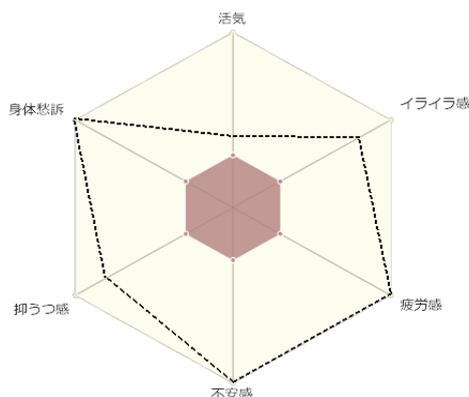
あなたのストレスプロフィールについて

ご回答いただいたストレス調査票の結果から、“あなたのストレスプロフィール”を作成しました。
 このプロフィールから、あなたのストレスの状態をおおよそ把握していただくことが出来ると思います。
 結果をごらんいただき、ご自分の心の健康管理にお役立てください。
 詳しいストレス度や、それに伴うところの問題については、この結果のみで判断することはできません。
 ご心配な方は専門家にご相談下さい。

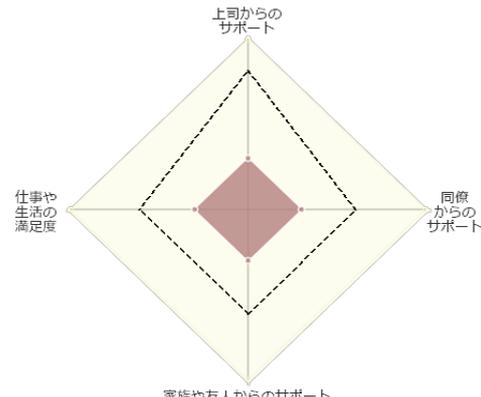
ストレスの原因と考えられる因子



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その他の因子



【ストレスプロフィールの見方】

レーダーチャートが小さく中心を向いているほど、ストレス状況は良くないことを示しています。
 特にレーダーチャートが要注意ゾーンに入っている項目には注意が必要です。

..... あなたの結果
 要注意ゾーン

評価結果 (点数) について	項目	評価点 (合計)	点数の範囲 (問題数)
	ストレスの要因に関する項目	38 点	17点~68点(17問)
	心身のストレス反応に関する項目	43 点	29点~116点(29問)
	周囲のサポートに関する項目	18 点	9点~36点(9問)
	合計	99 点	55点~220点

※点数は、数値が小さいほどストレス状況が良好なことを示しています。

あなたはストレスをあまりかかえておらず、またストレスの原因となる要素もあまりないようです。

ただし、ストレスは、急に仕事が忙しくなったり、ストレスの原因となる要素（仕事に関連したものや、ご家庭での問題）が重なると、急にあなたに重くのしかかってくる可能性もあります。

あなたの場合、活気、イライラ感、疲労感、不安感、抑うつ感、身体愁訴、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、質的負担、対人関係上のストレス、仕事のコントロール度、全てに問題はありませんでした。

今回の調査時点では、問題はありませんでした。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こころがけることをお勧めいたします。