

こころの保健室

メンタルヘルス対策支援ASPサービス

# 「こころの保健室」操作ガイド

産業医（実施者）用 ~VOL.2.4~

2020.4.1

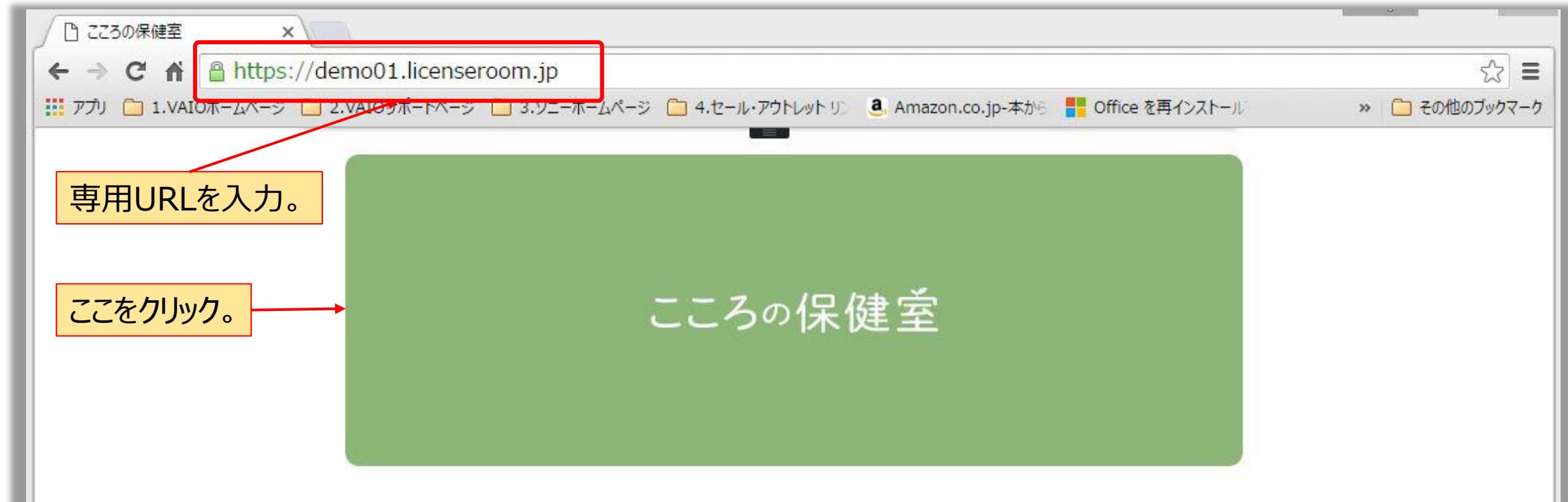
## ■初回ログイン方法①

ここではこころの保健室に初めてログインする方法をご説明いたします。

まず、企業の管理者から通知されたURLをブラウザに入力して、こころの保健室にアクセスしてください。

このURLは、企業ごとに異なります。

アクセスすると下図の画面が表示されますので、こころの保健室をクリックしてください。



## ■初回ログイン方法②

右のページにアクセスできましたら、このページをお気に入りに登録してください。次回からURLの入力の必要がなくなります。

### ログイン方法

企業管理者から通知されたユーザIDと初期passwordを入力して、ご確認の上、ログインを押して下さい。



## ■初回ログイン方法③

初期パスワードを入力します。

任意のパスワードを設定します。  
\* 半角英数字を使用。  
\* ユーザIDと同じパスワードは使用できません。  
\* 初期パスワードと同じパスワードも使用できません。  
\* パスワードの文字数は画面に表示されている文字数で設定してください。

初期パスワードを、あなたしか知らないパスワードに変更してください。

現在のパスワード

新パスワード（6文字以上）

新パスワード確認

お名前（ご本人確認のためご入力ください）

メールアドレス（登録必須です）

変更する

氏名を入力してください。  
スペースは入れなくても結構です。  
データベースに登録されている氏名と違う場合はエラーとなります。  
メールアドレスを入力するように設定されている場合は、メールアドレスを入力してください。

メールアドレスを必須に設定されていて、  
アドレスが登録されていない場合に表示  
されます。メールアドレスはシステムか  
らの連絡に使用されます。

## ■初回ログイン方法④

ログイン画面に戻りましたら、  
再度ユーザIDと前画面で設定した  
任意のpasswordを入力し、  
ログインを押して下さい。  
これでTOP画面に遷移します。  
入力を7回間違えるとロックされます。



The screenshot shows the login page with a green header bar 'こころの保健室'. It features a logo image of a tree and the text 'LOGO-IMAGE'. Below the logo is a message: '「こころの保健室」利用者サイトです。' (This is the 'Heart Health Room' user site). The login form is highlighted with a red box. It contains fields for 'ユーザID' (User ID) and 'password' (password), and a 'ログイン' (Login) button. To the right of the form are links: 'ユーザガイド (ログイン方法の詳細) [PDF]', 'パスワードをお忘れの場合', and 'ログインできないときはこちら'.

## ■ログイン画面説明

最新の操作ガイドが別画面で開きます。

パスワードを忘れた場合やロックが掛かってしまった場合は、ここをクリックし、表示される画面に、既に登録してあるメールアドレスを入力して送信してください。登録されているアドレス宛に新しいpassword設定のメールが届きます。  
\*迷惑メールでフィルターの設定がされている場合は、[info@licenseroom.jp](mailto:info@licenseroom.jp)を許可リストに登録してください。

ログインに関する説明が表示されます。



# 管理画面入口

ここから管理画面に入れます。

実施事務従事者様 管理・進捗確認 メールアドレス登録/変更 パスワード変更 ログアウト

HOME eラーニング ストレスチェック 疲労度チェック アンケート 相談窓口

お知らせ  
お知らせはありません。

受講リスト  
現在実施中のeラーニングコースが表示されます。  
メンタルヘルス・セルフケアコース(デモ版)  
(全1章)  
未着手 期間: 2020-03-11 - 2020-05-13  
第1章: メンタルヘルスの基礎知識 未着手 ▶受講する

※ご注意: TOP画面に表示される内容は  
ご契約内容によって異なります。

受講履歴/自主学習

言語設定 (Languages)  
Please set your language. (言語を変更)  
日本語 ▶ 変更 (Change)

ストレスチェック制度について  
ストレスチェック制度とは  
平成26年の労働安全衛生法改正により、事業者にストレスチェックと面接指導を義務づける制度が創設されました。各個人が定期的にストレスチェックを行うことで、自らのストレスの状況について気付きを促し、メンタルヘルス不調を予防すること目的にしています。

こころの保健室でできること  
このサイト「こころの保健室」では、皆さんのストレスレ

# 管理用コントロールパネル

管理用のコントロールパネルが開きます。ここが管理用のホームとなります。

ストレスチェックと疲労度チェックの実施期間ごとの詳細はここから確認できます。

メール配信の管理ができます。

ヘルプマニュアル

実施事務従事者 様

事務局からのお知らせ

セルフチェック管理

セルフチェック実施管理

実施履歴（個人別）

eラーニング管理

eラーニング実施管理

アンケート・クイズ管理

お知らせ管理

メール送信履歴

テンプレート管理

相談窓口・面談管理

案内メッセージ管理

相談窓口一覧・管理

面談予約一覧

マスター管理

ユーザー一覧

ユーザグループ一覧

操作ガイドが閲覧できます。

ヘルプマニュアル

みんなの学習室（eラーニング）

こころの保健室（ストレスチェック）

個人の過去の実施状況が全て閲覧できます。  
ここから結果は閲覧できません。

ユーザの一覧が閲覧できます。

# セルフチェック実施管理

ストレスチェックと疲労度チェックの開催ごとの実施状況一覧が表示されます。

# ■ストレスチェック管理（部門別進捗）

部門別進捗から全部署のストレスチェックの実施状況がご覧いただけます。

The screenshot shows the 'Stress Check Management (Departmental Progress)' page. On the left, a sidebar includes links for Home, Self-Check Management, Progress Confirmation / Result Analysis, Departmental Progress, Group Progress, Recipient List, Analysis Menu, Organizational Analysis (Department), Organizational Analysis (Group), Individual Analysis, High Stress Judgment [Score], High Stress Judgment [Calculated], and Survey Report. The main content area displays a grid of departmental progress data. The grid columns are: 事業所 (Business Unit), 部署コード (Department Code), 部署 (Department), 実施状況 (Implementation Status), 対象者 (Target), 未実施 (Not Implemented), 実施済 (Implemented), and 進捗率 (Progress Rate). A red box highlights the '部署進捗' (Department Progress) link in the sidebar. Red boxes also highlight the search filters at the top of the grid, the '実施対象者へメール送信' (Send to Participants via Email) button, and the progress rate summary at the bottom right. Arrows point from the explanatory text boxes to the corresponding features in the interface.

事業所や部署で検索できます。

ここから未受検者への勧奨メール配信画面に移れます。

実施対象者へメール送信

ダウンロード

事業所	部署コード	部署	実施状況	対象者	未実施	実施済	進捗率
本社	11000	総括 1	ユーザ別進捗	5	2	3	60.0% 60%
本社	11111	秘書課 1	ユーザ別進捗	3	0	3	100.0% 100%
本社	11122	法務	ユーザ別進捗	1	1	0	0.0%
本社	99998	TEST	ユーザ別進捗	1	0	1	100.0% 100%
				10	3	7	70.0% 70%

部署ごとのユーザ別進捗を確認できます。

▼のある列は並び替えが可能です。

部署ごとの進捗率を表示します。最下段は全部署の平均値です。

# ■ストレスチェック管理（グループ別進捗）

部門別進捗から全グループのストレスチェックの実施状況がご覧いただけます。

▼のある列は並び替えが可能です。

グループごとのユーザ別進捗を確認できます。

進捗率を表示します。最下段は対象者全員の平均です。

ユーザグループ	実施状況	対象者	未実施	実施済	進捗率
営業職	ユーザ別進捗	1	0	1	100.0% 100%
店舗	ユーザ別進捗	1	0	1	100.0% 100%
新入社員	ユーザ別進捗	1	0	1	100.0% 100%
A	ユーザ別進捗	4	0	4	100.0% 100%
管理職	ユーザ別進捗	4	1	3	75.0% 75%
派遣社員	ユーザ別進捗	2	0	2	100.0% 100%
20歳以上	ユーザ別進捗	1	0	1	100.0% 100%
50歳以上	ユーザ別進捗	3	1	2	66.7% 67%
20歳未満	ユーザ別進捗	1	1	0	75.0% 75%
		26	5	21	100.0% 100%
					50.0% 50%
					0.0%
					80.8% 81%

# ■ストレスチェック管理（個人別進捗）

受検者一覧から、対象者全員の進捗状況が表示されます。

The screenshot shows the 'Stress Check Personal Progress Status' page. On the left, there's a sidebar with navigation links like 'Home', 'Self-Check Management', 'Progress Confirmation / Result Analysis', and 'Recipient List'. The main area has a search bar with dropdowns for 'ID / Name Search', 'Business Unit Selection', 'Department Selection', 'Search', and 'User Group Selection'. Below the search is a table with 10 rows of participant data. The columns are: ID, Name, Department, Status, Implementation Date, Consent, Mail, and Send Settings. The 'Send Settings' column contains dropdown menus for each row. Red boxes highlight the search bar, the 'Recipient List' link in the sidebar, the 'Send Settings' column, and the status column in the table. Red arrows point from these highlighted areas to callout boxes containing explanatory text.

検索が可能です。

▼のある列は並び替えが可能です。

対象者の進捗状況一覧がダウンロードできます。

ID ▼	氏名 ▼	所属 ▼	実施状態 ▼	実施日 ▼	提供同意 ▼	メール ▼	送信設定 ▼
1 12362	rrrr	11000 総括 1	完了	2018-02-27			送信する ▼
2 12364	人事 太郎	11000 総括 1	完了	2018-02-27		xxxxxxxx@xxxxxx.co.jp	送信する ▼
3 12360	PPPP	11000 総括 1	完了	2018-02-27			送信する ▼
4 01501210	風間 省一	11000 総括 1	未着手				送信する ▼
5 1111	星野 (事務局)	11000 総括 1	未着手				送信する ▼
6 9573	9573	[廃止] 99998 TEST	完了	2018-02-27			送信する ▼
7 8787	山田太郎	11111 秘書課 1	完了	2018-02-27		zettontaka@gmail.com	送信する ▼
8 2525	桜 桃子	11111 秘書課 1	完了	2018-02-27			送信する ▼
9 5353	ユーザ管理	11111 秘書課 1	完了	2018-02-27			送信する ▼
10 123456	て す と	11122 法務	未着手				送信する ▼

## ■メール配信（未受検者への受検勧奨Ⅰ）

受検者一覧から受検勧奨メールが配信できます。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 個人別進捗

ストレスチェック  
[期間終了]  
開始日：2018/02/27  
終了日：2018/02/27  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理  
部署進捗  
グループ進捗  
**受検者一覧**

ストレスチェック個人別進捗状況

ID・氏名検索 (事業所を選択) (部署を選択) 検索 (ユーザグループを選択) 対象者へメール送信 ダウンロード

ID	氏名	所属	実施状態	実施日	提供同意	メール	送信設定
1 12362	rrrr	11000 総括1	完了	2018-02-27			送信する
2 12364	人事 太郎	11000 総括1	完了	2018-02-27		xxxxxx@xxxxx.co.jp	送信する
3 12360	PPPP	11000 総括1	完了	2018-02-27			送信する
4 01501210	風間 省一	11000 総括1	未着手				送信する
5 1111	星野（事務局）	11000 総括1	未着手				送信する
6 9573	9573	[廃止] 99998 TEST	完了	2018-02-27			送信する
7 8787	山田太郎	11111 秘書課1	完了	2018-02-27		zettontaka@gmail.com	送信する
8 2525	桜 桃子	11111 秘書課1	完了	2018-02-27			送信する
9 5353	ユーザ管理	11111 秘書課1	完了	2018-02-27			送信する
10 123456	て す と	11122 法務	未着手				送信する

25件ずつ表示 前へ 次へ

ここから未受検者へのメール配信画面に移れます。次頁へ

ここから登録されたアドレス宛に個別送信もできます。

メールを一斉配信する際の設定が個人ごとにできます。

## ■メール配信（未受検者への受検勧奨Ⅱ）

ホーム / メール管理 / メール送信

### メール送信

送信メールの概要

未送信  
ストレスチェックの実施者にメールを送信  
実施期間：2016-07-26～2016-07-31／全社対象

メール送信内容入力

テンプレート（定型文）呼び出し  
(テンプレートを選んでください) ■定型文の呼出

送信先 入力必須  
未実施者へ送信

タイトル 入力必須  
タイトル

メール本文 入力必須  
メッセージ本文

①、②、③、④、⑤などの機種依存文字は、文字化けするためご利用いただけません。  
差し込み：[name]：宛先氏名、[userid]：ユーザID（例：[name]様へ → 健康太郎様へ）

テンプレート機能が利用できます。コントロールパネルのテンプレートより登録できます。

送信先を未受検者へ送信に設定します。

タイトルと本文を入力します。

メールの管理は、コントロールパネルのメールの送信履歴より確認できます。  
下書き保存されたものもこちらから編集・送信が出来ます。  
メールアドレスが未登録の場合は送信されません。

備考

メモ

備考は送信先には開示されません。

送信前に、今一度ご確認ください

メールアドレスが未登録のユーザには送信されません。

送信する 下書き保存

セルフチェック実施者一覧 メール一覧

## ■テンプレート管理

メールのテンプレートが保存できます。保存しておくと配信画面から呼び出せます。

The screenshot shows the 'Template Management' section of a software application. On the left, there's a list of existing templates with columns for Title, Author, and Creation Date. A red box highlights the 'New Registration' button ('+ テンプレート（定型文）の新規登録'). Below this list, a yellow box contains the text: 'New registration is from here.' On the right, a detailed view of a template is shown. It has fields for 'Title' (with a placeholder 'Title') and 'Body' (with placeholder 'Message body'). A red box highlights the 'Title' and 'Body' fields. Below the body, there's a note about using placeholders like [name] for personalization. At the bottom, there are buttons for saving ('Template save'), viewing ('Template list'), and deleting ('Template delete').

新規登録はこちらから。

タイトルと本文を自由に保存できます。  
本文には送信者や連絡先を記入するようにしてください。  
システムからの配信となりますので、返信は出来ません。

# ■ストレスチェック（組織分析【部署】）

部署ごとの健康リスクが一覧で表示されます。数値は素点を使用しています。

▼のある列は並び替えが可能です。

ここから部署ごとの尺度別平均点などの詳細がご覧いただけます。

対象者のいない部署も親部署名は表示されます。対象者が設定人数以下で数値が表示されない場合でも、配下を含めた人数が設定人数より多ければ分析表と判定図を見ることが出来ます。

- 組織分析（部署）の3画面（一覧、分析表、判定図）は、チェックを実施した時点の部署名で表示されます。2017/07以前のデータは、2017/07時点の部署名で表示されます。  
[現在の部署との対照表]
- 人事労務担当者は、被検者が10人以上または全員が開示している場合のみ、組織分析を閲覧可能です。子部署を含め10人以上になる場合に表示可能です。（ver.2.1）
- 受検者平均は、所属長として閲覧している部署は集計対象外です。担当部署が設定されている場合は、担当部署での実施者平均、それ以外の場合は全社平均です。

# ■ストレスチェック（分析表の見方）

ストレスチェック分析表（部署）

組織分析表 判定図 実施履歴

印刷する

この部署のみ集計する 全員（男女） 絞込み

制作部（45人）	部署平均	全社平均
ストレスの原因と考えられる因子		
心的的な仕事の負担（量）	8.0	8.1
心的的な仕事の負担（質）	9.1	9.0
自覚的な身体的負担度	1.5	1.5
職場の対人関係でのストレス	7.0	6.6
職場環境によるストレス	2.2	2.1
仕事のコントロール度	7.6	7.8
本人の技能の活用度	3.0	3.0
本人が適している仕事の適性度	2.7	2.8
働きやすい	2.7	2.8
ストレスによって起こる心身の反応		
活気	6.8	6.8
イライラ感	6.2	6.2
疲労感	6.1	6.1
不安感	6.2	6.1
抑うつ感	10.1	9.8
身体不快	19.8	19.4
ストレス反応に影響を与える他の因子		
上司からのサポート	6.8	7.3
同僚からのサポート	7.5	8.0
家族や友人からのサポート	9.4	9.8
仕事や生活の満足度	5.7	5.9

部署平均点が全社平均に比べ好ましくない結果は太字で表示されます。

アンケート集計

残業時間 年齢 職業タイプ1 職業タイプ2

スタッフ（一般） 45

v.2.0

この部署の子部署を含め集計する 全員（男女） 絞込み

ここで単独部署の集計か、子部署を含めた計算かを切替できます。選択したら、右の絞り込みを押して下さい。

## 総合した健康リスクの計算

・「仕事の量的荷重と仕事のコントロール」判定図で読みとった健康リスクと、「職場の支援」判定図で読みとった健康リスクを総合して、この職場の仕事のストレスによる健康リスクを計算するには、この2つの健康リスクをかけ算し、100で割ります。例えば量と自由度判定図で110、職場の支援判定図で120の値が得られている場合には、総合した健康リスクは $132 (=110 \times 120 \div 100)$ となります。なお、健康リスクの上限値は厚労省プログラムに合わせて250に設定しています。

・判定図から得られた健康リスクは、現在の職場の仕事のストレス要因が、どの程度従業員の健康に影響を与える可能性があるかの目安となるものです。健康リスクがいくつを越えれば対策が必要かという基準はありませんが、現状よりも健康リスクを少しでも低下させる努力が必要です。例えば健康リスク120は、従業員のストレス反応（ゆううつや不安）、医療費、疾病休業が通常の20%増しと予想される状態です。対策によって健康リスクを100（平均程度）あるいはさらに改善できれば、従業員、事業所および健康保険組合にとって大きな利益があると予想されます。健康リスクが150を越えたケースでは健康問題が顕在化している例が多く、早急な改善が必要な状態と思われます。

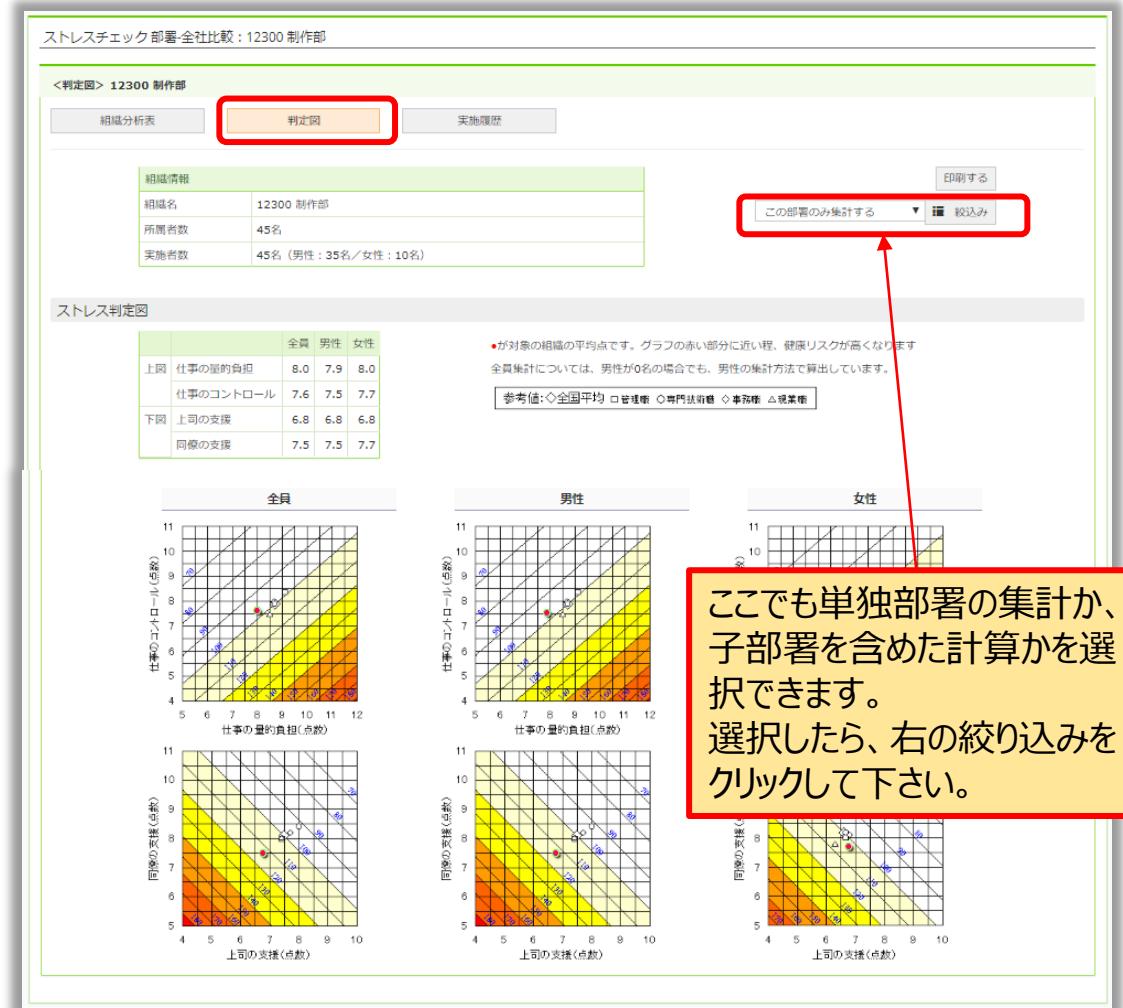
・健康リスクを低下させるために、職場環境、作業内容あるいは職場組織の改善によって仕事のストレス要因を減少することが必要です。特に、判定図において標準集団よりも問題である（仕事の量的荷重の場合はより多い場合、その他の場合はより低い場合）ことがわかった要因について対策を進めることができます。

# ■ストレスチェック（分析チャート）

尺度別のチャートが表示されます。数値が小さいほどストレス度が高いことを意味します。



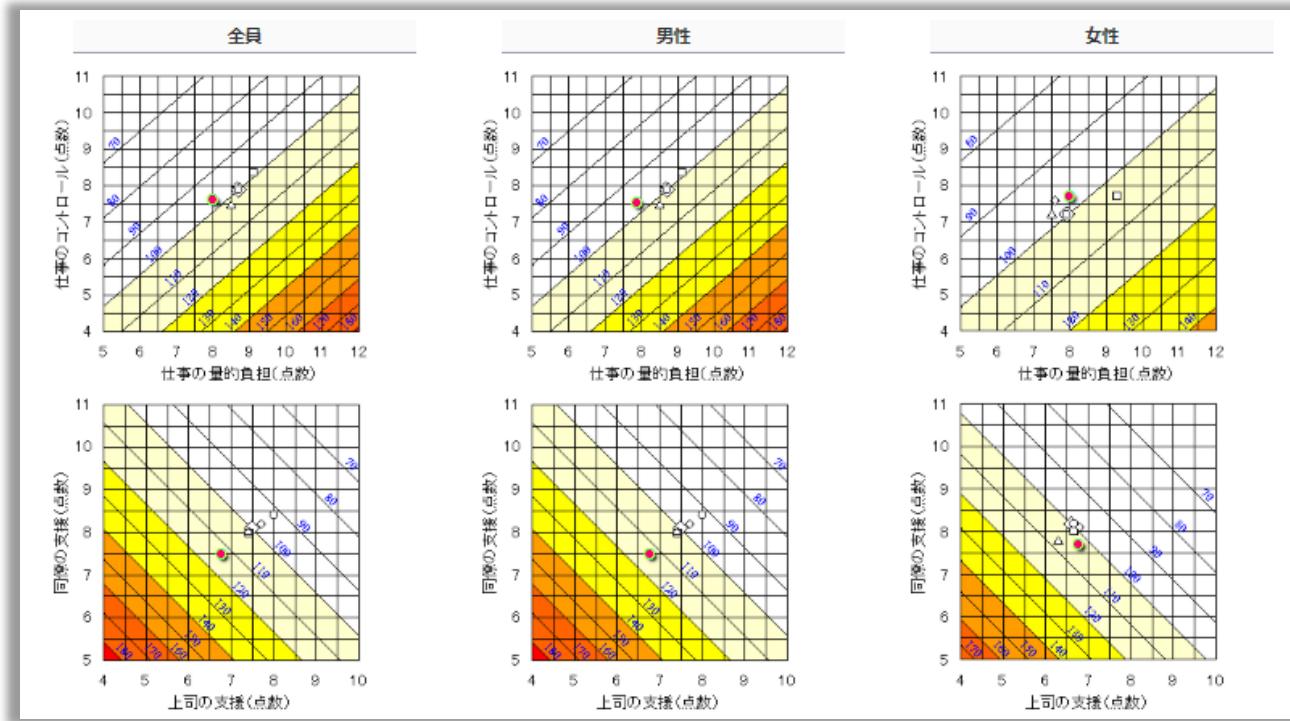
## ■ストレスチェック（判定図の見方 I ）



## 1. 「仕事の量的負担 - 仕事のコントロール」判定図

- ・判定図上に記号で示されている標準集団の値（これまでの調査における平均値）とくらべて、この職場の仕事量と仕事のコントロールの特徴を判定します。仕事量が高いほど、また仕事のコントロールが低いほど、仕事上のストレスが生じやすい環境にあると考えられます。
  - ・同じ性別、年齢でも、職種によって仕事の量的負担と仕事のコントロールの平均点は異なります。判定図では、おおよその目安としてこれまでの調査で得られたそれぞれの職種の平均点をプロットしてありますので、判定の参考にしてください。
  - ・判定図上の斜線は、仕事のストレスの特徴から予想される心理的ストレス反応や検査の異常値、病気の発生などの健康問題の危険度（健康リスク）を、標準集団の平均を100とした数値で示しています。120のライン上に平均点が位置する職場では健康問題が20%多めに、80のライン上では、20%少なく発生すると推定されます。
  - ・職場の平均点がどのライン上に乗っているかから、健康リスクの数値を読みとって下さい。点がラインとラインの間に位置している場合には、中間値を読みとって下さい。平均点が100のラインと120のラインの間で、120のラインからラインの間の距離の1/4だけ100のラインに近い場合は、 $115 [=120-(120-100)\div 4]$ と読み取ります。この判定図では、点が右下にあるほど仕事のストレスが高く、健康問題が起きやすいと予想されます。得られた値が、仕事の量的荷重と仕事のコントロールの組み合わせから予想されるその職場の「仕事のストレスによる健康リスク」となります。

# ■ストレスチェック（判定図の見方Ⅱ）



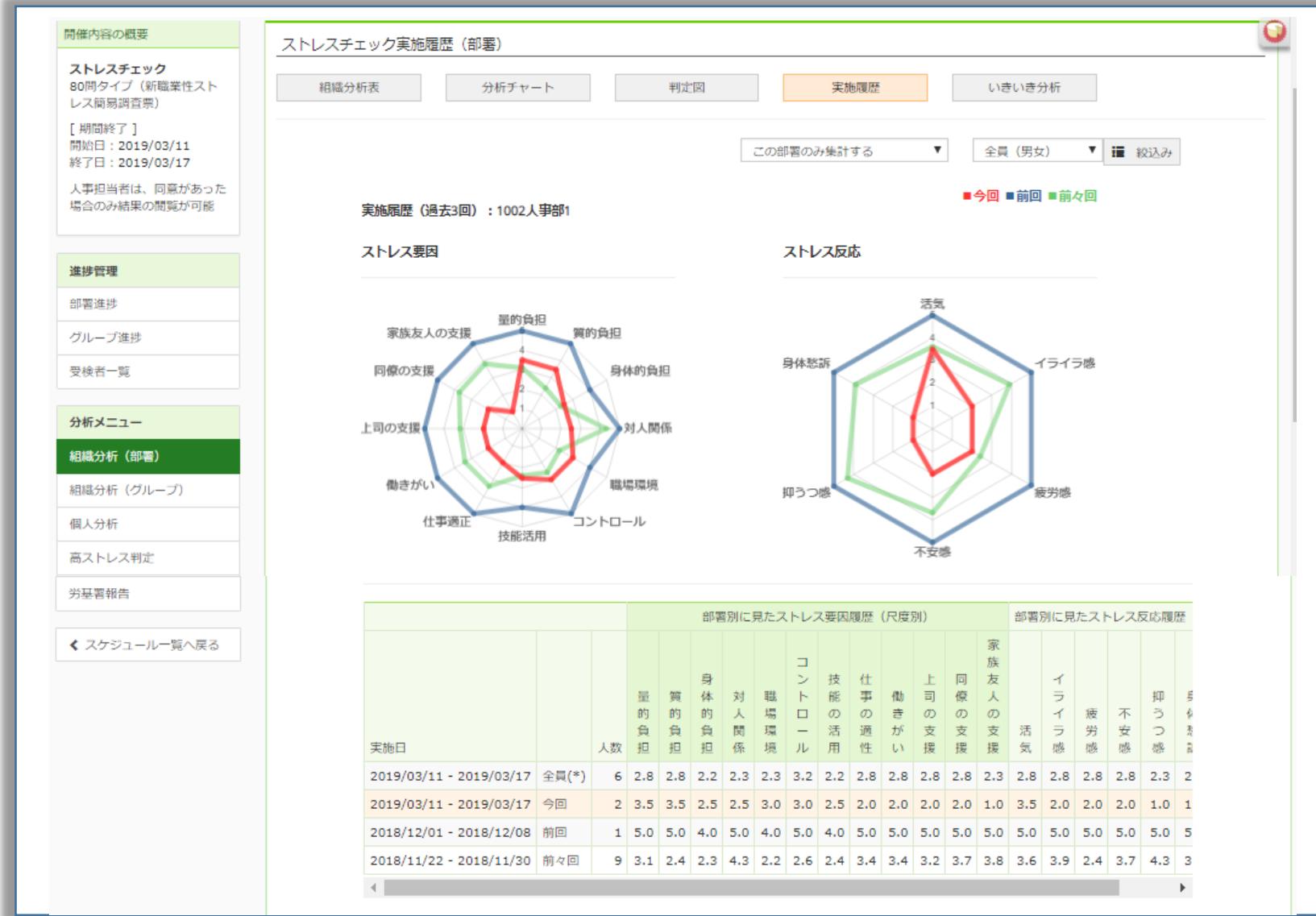
## 2. 「上司の支援 - 同僚の支援」判定図

- ・判定図に記号で示されている標準集団の値とくらべて、この職場における上司の支援および同僚の支援の特徴を判断します。上司の支援あるいは同僚の支援が低いほど、仕事上のストレスが生じやすい環境にあると考えられます。
- ・「仕事の量的荷重と仕事のコントロール」判定図と同様に、この職場の平均点が判定図のどの斜線（ライン）上に乗っているかを見て、健康リスクの数値を読みとります。平均点がラインとラインの間に位置している場合には、中間値を読みとってください。得られた値が、上司の支援および同僚の支援の組み合わせから予想される「健康リスク」の値となります。

人事労務担当者は、被検者が10人以上または全員が開示している場合のみ、判定図を閲覧可能です。  
子部署を含め10人以上になる場合は表示されます。  
なお、表示人数は10人以上で運営にて設定変更が可能です。

# ■ストレスチェック（実施履歴）

過去3回分の尺度別のチャートが表示されます。数値が小さいほどストレス度が高いことを意味します。



# ■ストレスチェック（いきいき分析）

新職業性ストレス簡易調査票（80問）を実施した場合は、いきいき分析が表示されます。

■ ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 分析表（部署）

開催内容の概要

ストレスチェック  
80問タイプ（新職業性ストレス簡易調査票）  
[期間終了]  
開始日：2019/03/11  
終了日：2019/03/17  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理

部署進捗  
グループ進捗  
受検者一覧

分析メニュー

組織分析（部署）**組織分析（部署）**  
組織分析（グループ）  
個人分析  
高ストレス判定  
労基署報告  
スケジュール一覧へ戻る

ストレスチェック いきいき分析：1002 人事部1

組織分析表 分析チャート 判定図 実施履歴 いきいき分析

この部署のみ集計する 絞込み

組織情報

組織名	1002 人事部1
所属者数	1007名
実施者数	2名（男性：2名／女性：0名）

1. いきいきプロフィール全体図

いきいき度分布図

部署：(2,2) 職場：(2.5,2.5) 全国：(2.66,2.52)

職場のいきいき（資源別）

得点は最高4点、最低1点になるよう変換されており、  
高い方が良好な状態を示します。

# ■ストレスチェック（組織分析【グループI】）

健康リスク一覧が表示されます。健康リスクは数値が大きいほどリスクが高くなります。全国平均値：100

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 組織分析（ユーザグループ）

開催内容の概要

ストレスチェック  
57問タイプ（標準）  
[期間終了]  
開始日：2018/11/22  
終了日：2018/11/30  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理

部署進捗

グループ進捗

受検者一覧

分析メニュー

組織分析（部署）

組織分析（グループ）

個人分析

▼のある列は並び替えが可能です。

ストレスチェック組織分析（ユーザグループ別） [健康リスク一覧]

健康リスク一覧 尺度別一覧 ストレス反応一覧 ダウンロード（Excel2007）

ユーザグループ▼	組織分析	実施人数▼	開示人数▼	量的負荷▼	コントロール▼	健康リスク(A)▼	上司の支援▼	同僚の支援▼	健康リスク(B)▼	総合健康リスク▼
男性	■詳細分析	16	0	8.6	7.1	106.0	6.9	8.3	104.0	110.2
新入社員	■詳細分析	2	0	10.0	6.5	125.0	8.0	9.0	87.2	109.0
係長以上	■詳細分析	1	0	9.0	6.0	121.1	7.0	8.0	105.9	128.2

• 現時点で所属しているユーザグループに基づいて集計します。  
• 人事労務担当者は、被検者が3人以上または全員が開示している場合のみ閲覧可能です。

部署と同じようにグループごとの詳細分析をご覧いただけます。  
見たいグループの詳細分析をクリックしてください。  
グループの割り当てを変更した場合は更新後の数値が表示されます。

# ■ストレスチェック（組織分析【グループⅡ】）

グループ別の尺度別一覧が表示されます。数値が小さいほどストレス度が強いことを示します。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 組織分析（ユーザグループ）ストレス要因・反応一覧

開催内容の概要

ストレスチェック  
57問タイプ（標準）  
[期間終了]  
開始日：2018/11/22  
終了日：2018/11/30  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理

部署進捗  
グループ進捗  
受検者一覧

分析メニュー

組織分析（部署）  
**組織分析（グループ）**  
個人分析

### ストレスチェック組織分析（ユーザグループ別）[尺度別一覧]

健康リスク一覧 尺度別一覧 **ストレス反応一覧**

ユーザグループ▼	組織分析	実施人数	ストレス要因・支援												ストレス反応						
			量的負担▼	質的負担▼	身体的負担▼	対人関係▼	職場環境▼	コントロール▼	技能の活用▼	仕事の適性▼	働きがい▼	上司の支援▼	同僚の支援▼	家族友人の支援▼	活気▼	イライラ感▼	疲労感▼	不安全感▼	抑うつ感▼	身体愁訴▼	反応総合▼
全体(*)		21	3.1	3.3	2.0	3.5	2.2	2.6	2.2	2.9	2.8	2.6	3.0	3.3	3.0	3.1	2.9	3.3	3.8	3.3	19.4
男性	<b>詳細分析</b>	16	2.9	3.3	1.9	<b>3.4</b>	2.1	2.8	2.2	3.1	<b>2.9</b>	<b>2.6</b>	3.1	3.2	<b>2.9</b>	3.2	3.1	3.5	<b>3.9</b>	3.3	<b>19.9</b>
新入社員	<b>詳細分析</b>	2	<b>2.0</b>	<b>2.0</b>	2.5	4.0	<b>2.0</b>	2.5	<b>2.0</b>	4.0	4.0	3.0	3.5	<b>3.0</b>	3.0	4.0	2.5	4.0	<b>3.0</b>	20.5	
係長以上	<b>詳細分析</b>	1	3.0	<b>2.0</b>	<b>1.0</b>	5.0	<b>2.0</b>	<b>2.0</b>	3.0	<b>3.0</b>	3.0	3.0	<b>3.0</b>	5.0	4.0	<b>3.0</b>	<b>2.0</b>	<b>3.0</b>	4.0	4.0	20.0

• (\*): 選択中の実施期間における全ユーザの集計結果。  
• 現時点で所属しているユーザグループに基づいて集計します。  
• 人事労務担当者は、被検者が3人以上または全員が開示している場合のみ閲覧可能です。  
• 数値は表点換算後の評価点を使用。  
• 数値が小さいほどストレス度が強いことを示します。  
• ワースト1の値を**赤い太字**で表示しています。

# ■ストレスチェック（組織分析【グループⅢ】）

ストレス反応総合値がグラフ表示されます。数値が小さいほどストレス度が強いことを示します。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 組織分析（ユーザグループ）ストレス要因・反応一覧

開催内容の概要

ストレスチェック  
57問タイプ（標準）  
[期間終了]  
開始日：2018/11/22  
終了日：2018/11/30  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理

部署進捗  
グループ進捗  
受検者一覧

分析メニュー

組織分析（部署）  
**組織分析（グループ）**  
個人分析

### ストレスチェック組織分析（ユーザグループ別）[ストレス反応比較グラフ]

健康リスク一覧 尺度別一覧 **ストレス反応一覧**

全社平均 グループ別



グループ名	反応総合
男性	19.9
新入社員	20.5
係長以上	20.0

- 現時点で所属しているユーザグループに基づいて集計します。
- 人事労務担当者は、被検者が3人以上または全員が開示している場合のみ閲覧可能です。
- 数値は素点換算後の評価点の反応総合値です。
- 数値が小さいほどストレス度が強いことを示します。

# ■ストレスチェック（個人分析Ⅰ）

個人分析の項目をクリックすると個人分析一覧が表示されます。  
産業医と実施事務従事者は受検者全員の結果を閲覧できます。  
この表の数値は素点を基にしています。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 個人分析

開催内容の概要

ストレスチェック  
[期間終了] 開始日：2018/02/27 終了日：2018/02/27  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理  
部署進捗  
グループ進捗  
受検者一覧

分析メニュー  
組織分析（部署）  
組織分析（グループ）  
**個人分析**

高ストレス判定  
労基署報告

◀ スケジュール一覧へ戻る

ストレスチェック個人分析

	詳細	配布	ID▼	氏名▼	実施日▼	性別▼	量的負荷▼	コントロール▼	健康リスク(A)▼	上司の支援▼	同僚の支援▼	健康リスク(B)▼	総合健康リスク▼	事業者開示▼
対象者集計 (88人)	8.1	7.8	96.4	7.3	8.0	103.0	99.3							
1 詳細 表示 印刷	0537	サンプル32	2018-02-27	男性	7	7	95.1	7	8	105.9	100.8	非開示		
2 詳細 表示 印刷	101010	サンプル17	2018-02-27	男性	5	7	81.7	9	9	79.2	64.7	非開示		
3 詳細 表示 印刷	112369	サンプル19	2018-02-27	女性	12	7	123.1	3	4	213.2	250.0	非開示		
4 詳細 表示 印刷	112370	サンプル20	2018-02-27	女性	11	7	105.5	8	9	80.8	66.7	非開示		
5 詳細 表示 印刷	112371	サンプル21	2018-02-27	女性	10	7	100.8	10	10	60.4	54.8	非開示		
6 詳細 表示 印刷	12348	サンプル4	2018-02-27	男性	7	7	95.1	4	9	79.2	80.3	非開示		
7 詳細 表示 印刷	12349	サンプル5	2018-02-27	男性	9	4	144.7	2	6	128.7	237.2	非開示		
8 詳細 表示 印刷	12350	サンプル6	2018-02-27	女性	10	7	100.9	12	12	44.2	25.6	非開示		
9 詳細 表示 印刷	12351	サンプル7	2018-02-27	女性	10	7	105.9	2	7	105.9	118.9	非開示		
10 詳細 表示 印刷	12352	サンプル8	2018-02-27	女性	9	4	144.7	1	4	156.3	156.5	非開示		
11 詳細 表示 印刷	12353	サンプル9	2018-02-27	女性	10	7	101.4	2	5	141.8	221.5	非開示		
12 詳細 表示 印刷	12354	サンプル10	2018-02-27	女性	9	4	84.9	11	9	65.2	55.4	非開示		
13 詳細 表示 印刷	12355	サンプル11	2018-02-27	女性	8	9	86.0	5	8	128.7	110.6	非開示		
14 詳細 表示 印刷	12356	サンプル12	2018-02-27	女性	9	10	84.9	9	10	71.9	72.9	非開示		
15 詳細 表示 印刷	12357	サンプル13	2018-02-27	女性	8	9	86.0	5	8	128.7	110.6	非開示		
16 詳細 表示 印刷	12358	サンプル14	2018-02-27	女性	9	8	101.4	9	10	71.9	72.9	非開示		

個人のストレスプロフィールが印刷できます。  
クリックすると印刷設定画面が表示されます。

詳細と表示（受検者への結果表示画面）から  
個人結果がご覧いただけます。 \*次頁参照

# ■ストレスチェック（個人分析Ⅱ）

個人分析の詳細と、個人が閲覧する表示画面の両方が閲覧できます。

■ 部署別進捗 ■ ユーザ別進捗 ■ 組織分析[部署] ■ 組織分析[グループ] ■ 個人分析 ■ 高ストレス者選定(1)  
高ストレス者選定(2) 労基署報告データ

サンプル2 (ID : UID002／組織：管理部／実施日：2017-04-02)

	好ましくない	やや好ましくない	普通	やや良好	良好
ストレスの原因と考えられる因子					
心理的な仕事の負担(量)	12	<input checked="" type="radio"/>			
心理的な仕事の負担(質)	12	<input checked="" type="radio"/>			
自覚的な身体的負担度	4	<input checked="" type="radio"/>			
職場の対人関係でのストレス	12	<input checked="" type="radio"/>			
職場環境によるストレス	4	<input checked="" type="radio"/>			
仕事のコントロール度	3	<input checked="" type="radio"/>			
本人の技能の活用度	4			<input checked="" type="radio"/>	
本人が感じている仕事の適正度	1	<input checked="" type="radio"/>			
働きがい	1	<input checked="" type="radio"/>			
ストレスによって起こる心身の反応					
活気	4	<input checked="" type="radio"/>			
イライラ感	11	<input checked="" type="radio"/>			
疲労感	12	<input checked="" type="radio"/>			
不安感	12	<input checked="" type="radio"/>			
抑うつ感	24	<input checked="" type="radio"/>			
身体愁訴	44	<input checked="" type="radio"/>			
ストレス反応に影響を与える他の因子					
上司からのサポート	3	<input checked="" type="radio"/>			
同僚からのサポート	3	<input checked="" type="radio"/>			
家族や友人からのサポート	3	<input checked="" type="radio"/>			
仕事や生活の満足度	2	<input checked="" type="radio"/>			

ストレスプロフィール

項目	評価点(合計)
ストレスの要因に関する項目	65点
心身のストレス反応に関する項目	114点
周囲のサポートに関する項目	36点
合計	215点

領域ごとの合計(素点換算)

領域	点数
領域A<原因>	12点
領域B<反応>	7点
領域C<援助>	3点

総合

尺度	点数	健康リスク
仕事の量的負担	12	(A) 198.9
仕事のコントロール	3	
上司の支援	3	(B) 250
同僚の支援	3	
総合健康リスク (A) × (B) ÷ 100	497.2	

総合健康リスク：全国平均100より高い場合は高リスクとなります。

ストレスチェック実施者の情報

登録情報
ID : UID002
氏名 : サンプル2
部署 : 管理部
実施時の情報
実施日 : 2017-04-02
結果の開示 : 事業主へ開示
アンケート項目
性別 : 男性
年齢 : 30~40歳未満
職階1 : 現業職(現場での仕事)
職階2 : スタッフ(一般)
先月の残業時間 : 月60~80時間未満

画面が切替  
できます。

高ストレス者  
選定に使用す  
る点数が表示  
されます。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 個人分析詳細(配布用)

ストレスチェック個人分析詳細(要駆け出し配布用)

実施期間 : 2016-05-01 ~ 2016-05-31 / 人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

■ 部署別進捗 ■ ユーザ別進捗 ■ 組織分析 ■ 個人分析 ■ 高ストレス者選定

人事 次郎 (ID : UID02 / 組織 : サンプル部署 / 実施日 : 2016-05-31)

個人分析結果

厚労省推薦の「職業性ストレス簡易調査票」による検査結果

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。

ストレスの原因

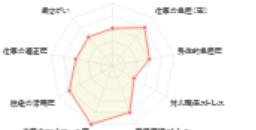
仕事の量的負担、質的負担、対人関係上のストレス、仕事のコントロール度、全てに問題はありませんでした。

	好ましくない	やや好ましくない	普通	やや良好	良好
心理的な仕事の負担(量)		<input checked="" type="radio"/>			
心理的な仕事の負担(質)				<input checked="" type="radio"/>	
自覚的な身体的負担度			<input checked="" type="radio"/>		
職場の対人関係でのストレス		<input checked="" type="radio"/>			
職場環境によるストレス				<input checked="" type="radio"/>	
仕事のコントロール度					<input checked="" type="radio"/>
あなたの技能の活用度				<input checked="" type="radio"/>	
あなたが感じている仕事の適正度				<input checked="" type="radio"/>	
働きがい				<input checked="" type="radio"/>	

ストレスによっておこる心身の反応

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。

	好ましくない	やや好ましくない	普通	やや良好	良好
活気		<input checked="" type="radio"/>			
イライラ感		<input checked="" type="radio"/>			
疲労感		<input checked="" type="radio"/>			
不安感		<input checked="" type="radio"/>			
抑うつ感		<input checked="" type="radio"/>			
身体愁訴		<input checked="" type="radio"/>			



# ■ストレスチェック（高ストレス者選定 I ）

高ストレス者選定の項目をクリックすると表示されます。(産業医と実施事務従事者のみ)  
高ストレス者の基準値を設定することにより、対象者を変更できます。

高ストレス者選定(1)は単純合計点数方式、  
高ストレス者選定(2)は素点換算方式です。

基準値は任意で  
変更が可能です。

ID	氏名	部署	性別	領域A	領域B	領域C	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10
1 12358	nnnn	[廃止] 6666 街角	男性	50	108	27	3	3	2	4	1	4	1	3	2	3
2 12346	サンプル2	12300 制作部 1	男性	56	83	21	3	4	4	4	3	4	1	4	4	4
3 12349	サンプル5	12300 制作部 1	男性	53	87	29	3	2	4	4	4	3	1	3	4	4
4 2100	サンプル14	12300 制作部 1	女性	45	81	20	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3
5 112369	サンプル19	12300 制作部 1	女性	55	93	29	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3
6 12461	サンプル20	12300 制作部 1	男性	53	67	28	3	2	3	4	4	4	1	4	3	3
7 sample	サンプル28	12300 制作部 1	男性	52	72	30	3	3	3	4	3	3	1	3	4	3
8 128	サンプル35	12300 制作部 1	男性	51	88	23	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3
9 124	サンプル36	12300 制作部 1	男性	54	68	25	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3
10 616972	616972	[廃止] 6666 街角	女性	52	72	26	4	3	4	3	3	4	1	4	3	4
11 361565	361565	[廃止] 6666 街角	男性	57	94	20	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3
12 991959	991959	[廃止] 6666 街角	男性	47	79	9	1	3	4	4	3	4	1	2	2	3

# ■ストレスチェック（高ストレス者選定Ⅱ）

高ストレス者選定後の対象者に面接勧奨メールを一斉送信できます。

高ストレス対象者一覧の  
ダウンロードができます。

ここで選定した対象者への  
面接勧奨メールは、こちら  
から配信できます。\*次頁

検索結果：素点換算値による選定（領域[B]の合計12点以下）または（領域[A]+領域[C]の合計26点以下かつ領域[B]の合計17点以下）のユーザ 13名を抽出

対象者へメール送信 ダウンロード(Excel)

ID	氏名	部署	性別	領域A	領域B	領域C	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	B1
1 12358	nnnn	[廃止] 6666 街角	男性	20	6	5	3	3	4	1	1	3	3	1	1	1
2 12346	サンブル2	12300 制作部 1	男性	20	9	8	2	2	4	1	3	1	3	2	2	1
3 12349	サンブル5	12300 制作部 1	男性	21	10	5	3	2	4	1	3	1	3	1	3	3
4 112369	サンブル19	12300 制作部 1	女性	16	9	5	1	2	3	2	1	3	2	1	1	1
5 12461	サンブル20	12300 制作部 1	男性	18	16	5	3	1	4	2	2	1	2	1	3	
6 sample	サンブル28	12300 制作部 1	男性	20	13	4	3	2	4	1	2	2	2	2	3	
7 128	サンブル35	12300 制作部 1	男性	20	10	5	3	3	4	1	3	3	2	2	1	2
8			男性	26	12	10	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3
9			男性	26	12	10	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3
10			男性	30	10	11	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3
11			男性	21	8	15	4	1	3	2	2	2	1	3	3	2
12			男性	26	12	10	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3
13 1234567890123	1234567890123	1234567890123	男性	30	10	11	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3

## ■メール配信（高ストレス対象者への面接勧奨Ⅰ）

高ストレス者として選定された方への面接勧奨メールを配信できます。

メール送信

送信するメールの概要	
お知らせ対象	ストレスチェック
実施期間	2016-06-20 ~ 2016-07-31
実施対象者	全社対象
送信状況	(非表示)

(テンプレートを選んでください) ▼ ■定型文の呼出

タイトル 入力必須

タイトル

メール本文 入力必須

メッセージ本文

テンプレート機能が利用できます。  
テンプレートの登録はコントロールパネルのテンプレート管理より行えます。

送信先から除外する場合は、  
ここにチェックを外します。

メール送信

送信メールの概要  
●新規(未保存)  
ストレスチェックの実施者にメールを送信  
実施期間：2016-06-20 ~ 2016-07-31 / 全社対象

メール送信内容入力 ■送信先一覧

送信先リスト 7件
送信名 個人名 メールアドレス 結果 詳細
■ nnnn komiya@endy.co.jp
■ mrrr komiya@endy.co.jp
■ bbbb komiya@endy.co.jp
■ dddd komiya@endy.co.jp
■ jjjj komiya@endy.co.jp
■ hhhh komiya@endy.co.jp
■ 人事 太郎 komiya@endy.co.jp

メールアドレスが登録されていないユーザには送信されません。表示されているメーリアドレ

●送信前に、今一度ご確認ください  
メールアドレスが未登録のユーザには送信されません。送信後に送信結果をご確認ください。

◀メールを送信する 下書きとして保存する 高ストレス者選定画面 メール一覧へ

メールアドレスが登録されていない  
ユーザには送信されません。

[name] : 個人名、[userid] : ユーザIDに置換します。例：[name]様 → 健康太郎様

## ■メール配信（高ストレス対象者への面接勧奨Ⅱ）

高ストレス対象者としてシステム上で選定された方以外の受検者にも面接勧奨メールを配信する場合は、受検者一覧の画面より個別に送信ができます。

ホーム / セルフチェック管理 / 進捗確認・結果分析 / 個人別進捗

開催内容の概要

ストレスチェック  
[期間終了]  
開始日：2018/02/27  
終了日：2018/02/27  
人事担当者は、同意があった場合のみ結果の閲覧が可能

進捗管理  
部署進捗  
グループ進捗  
受検者一覧

ストレスチェック個人別進捗状況

ID	氏名	所属	実施状態	実施日	提供同意	メール	送信設定
1 12348	サンプル4	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
2 123	サンプル34		未実施	2018-02-27	なし		詳細
3 12461	サンプル20		未実施	2018-02-27	なし		詳細
4 112369	サンプル19		未実施	2018-02-27	なし		詳細
5 12200	所属長1	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
6 12340	サンプル15	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
7 12345	サンプル1	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
8 12346	サンプル2	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
9 12347	サンプル3		未実施	2018-02-27	なし		詳細
10 12350	サンプル6		未実施	2018-02-27	なし		詳細
11 12356	サンプル44		未実施	2018-02-27	なし		詳細
12 12361	サンプル45		未実施	2018-02-27	なし		詳細
13 12366	人事 三郎		未実施	2018-02-27	なし	aaa@aaaa.co.jp	詳細
14 12368	人事 吾郎		未実施	2018-02-27	なし	aaa@aaaa.co.jp	詳細
15 132	サンプル33		未実施	2018-02-27	なし		詳細
16 0537	サンプル32	12300 制作部1	完了	2018-02-27	なし		詳細
17 124210	サンプル10	12300 制作部1	未実施	2018-02-27	なし		詳細

登録されているメールアドレス宛に個別にメール送信ができます。

※メールを送る際は、本文に実施者名や連絡先、発信者等を必ず明記してください。  
送信したメールには返信できません。

# ■ 推奨環境

こころの保健室をより安全で快適にご利用いただくため、下記の環境を推奨しております。  
(推奨環境とは、OSおよびブラウザ両方の条件を含んだ環境となります。)

## 【PC版 こころの保健室 / みんなの学習室】

### [OS]

Windows Vista, 7, 8, 8.1 ,10  
Mac OS X 10.4以降

### [ブラウザ]

Microsoft Internet Explorer 9、10、11  
Firefox 最新版  
Google Chrome 最新版  
Safari 最新版



## 【モバイル版 こころの保健室 / みんなの学習室】

Android (スマートフォン、タブレット) 、 iPad、 iPhone

(画面の小さいスマートフォンでは、一部の機能が使いづらい場合がございます)

※推奨環境以外では、正常に機能しない場合がございます。