

ネットで
簡単

パソコン・スマホ・携帯電話でできる **無料**メンタルヘルスチェック

運輸事業従事者のためのメンタルヘルスチェック

こころの+健康自己チェック

監修：医学博士 村山隆志 / 医学博士 山本晴義 運営：一般財団法人 運輸振興協会

アドレスで

<http://www.transport-pf.or.jp/mhc/pc/>

キーワードで

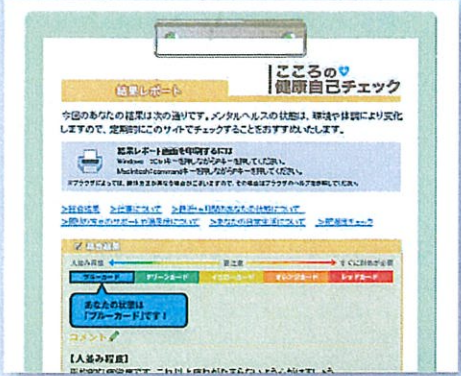
のりものメンタル **検索**



次のような質問に答えて、あなたのストレスの度合いをチェックしましょう。

- Q** 自分で仕事の順番・やりかたを決めることができる
はい・いいえ
- Q** 乗客(荷主)などに嫌な思い、怖い思いをしたことがある
はい・いいえ
- Q** 次の人たちとは気軽に話ができますか？
上司
職場の同僚
配偶者・家族・友人等

結果レポート



結果レポートは、5段階の分類と「仕事」「日常生活」など項目ごとにコメント表示され、あなたのこころの状況を把握できます。

※このプログラムは、住所、氏名、電話番号、メールアドレスなど、個人を特定できる情報の入力は一切不要です。