



## 職業性ストレス簡易調査票

★標準

平成 14 年～16 年の厚生労働科学研究費補助金労働安全衛生総合研究事業「職場環境等の改善等によるメンタルヘルス対策に関する研究」の成果物として職業性ストレス簡易調査票を用いたストレスの現状把握のためのマニュアルを作成しました。

4 つの STEP による簡単な質問から職場における働く人自身のストレスレベルを知ることができます。厚生労働省「職業性ストレス簡易調査票（標準版:57 項目）フィードバックプログラム」に基づいて作成されたセルフチェックです。

全 80 項目

15 分程度