



こころの安心 相談窓口
エイジェック 新宿本社
担当: 鈴木・古山

エイジェックグループの皆様、こんにちは、「こころの安心 相談窓口」です。
全国各地で猛暑や集中豪雨が発生していますので、熱中症や水害・土砂災害等に気を付けてお過ごしください。
また、夏期休暇は生活リズムが乱れやすいので、意識して就寝・起床時間をずらさないようにしましょう。

今月号は【ストレスチェックの結果レポートと医師の面接指導】についてお伝えします。

結果レポートの見方、ストレスレベルは4段階の表示

7月8日～8月1日は、2022年ストレスチェック実施期間ですが、皆さん受検はされましたか。受検をした後、必ず結果レポートを確認しましょう。結果レポートは、受検後のストレスレベルを「4段階の天候」にして表現しています。また、ストレスの原因、症状、影響要因をそれぞれレーダーチャートで分析・表示していますので、自身の傾向把握やストレスケアに活用してください。

受検案内はこちらから

※ 結果レポートを閲覧する際も受検時と同じIDとPassWordでログインしてください。



【4段階のストレスレベル】

自身の状態を把握することが大事です！

「医師の面接指導」の申込ができます。

LV1 快晴



問題なし

LV2 曇り



準高ストレス

LV3 雨



高ストレス

LV4 大荒れ



超高ストレス

「医師の面接指導」とは？

ストレスチェック受検の結果、「Lv3：高ストレス」または「Lv4：超高ストレス」と判定された場合、「医師の面接指導」の申し込みができます。産業医などの会社が指定した医師より、結果レポートと面接で聴取した状況を踏まえて、医学的な助言・指導があります。高ストレス判定になった原因として、疲労、不安、抑うつ等のストレスがどの程度か、業務と関連するものかどうか等、心理的負担について意見をもらえます。

ストレスチェック受検で高ストレスと判定された方は、状況改善に向けて専門家に相談できる良い機会です。1人で不安を抱え込むより、活用を検討してみてください。

ストレス症状の例



医師の面接指導で、相談しましょう！



「こころの安心 相談窓口」も
ご活用ください！！

「こころの体温計」

気になることがあるときは、
心の健康状態を確認してみましょう。
睡眠の状態もチェックできます。

ストレス度が、水槽の中で泳ぐ
金魚などの絵になって表示されます。



お悩みやご相談は

【こころの安心 相談窓口】

MAIL:

counselor@agekke.co.jp

