

団体名： 株式会社ドリームホップ

所属名： ソリューション事業部

職業性ストレス簡易調査票

氏名： ドリーム 太郎 様

受検番号： 2000001

マークはHBの黒鉛筆で濃く塗りつぶしてください	記入例	間違えたとき
	●	消しゴムできれいに けしてください

【記入上の注意】

- ・回答にあたっては他人と相談せず、ご自身が感じるとおりに答えてください。
- ・各設問について最もあてはまると思うものを一つだけ選択し、記入例に従ってマークを塗りつぶしてください。
- ・複数塗りつぶしたり、未選択の設問がひとつでもあると判定ができません。
- ・この調査票は機械で読み取りますので、用紙を汚したりマークの塗りつぶし以外の記載(文字等)はしないでください。

A あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまる項目を塗りつぶしてください。

	そうだ	まあそうだ	ややちがう	ちがう
1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 時間内に仕事が処理しきれない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 一生懸命働かなければならない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. かなり注意を集中する必要がある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. 勤務時間中はいつも仕事のことを考えていなければならない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. からだを大変よく使う仕事だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. 自分のペースで仕事ができる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. 私の部署内で意見の食い違いがある	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. 私の部署とほかの部署とはうまが合わない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. 私の職場の雰囲気は友好的である	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. 私の職場の作業環境(騒音, 照明, 温度, 換気など)は良くない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. 仕事の内容は自分にあっている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. 働きがいのある仕事だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

B 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまる項目を塗りつぶしてください。

	ほとんど なかった	時々 あった	しばしば あった	ほとんどい つもあった
1. 活気がわいてくる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 元気がいっぱいだ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 生き生きする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. 怒りを感じる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. 内心腹立たしい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. イライラしている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ひどく疲れた	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

裏面に続きます→

B の続きです	ほとんど なかった	時々 あった	しばしば あった	ほとんどい つもあった
8. へとへとだ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. だるい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. 気がはりつめている	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. 不安だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. 落ち着かない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. ゆうつだ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. 何をするのも面倒だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. 物事に集中できない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. 気分が晴れない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. 仕事を手につかない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. 悲しいと感じる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. めまいがする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. 体のふしづしが痛む	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. 頭が重かったり頭痛がする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. 首筋や肩がこる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. 腰が痛い	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. 目が疲れる	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. 動悸や息切れがする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. 胃腸の具合が悪い	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. 食欲がない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. 便秘や下痢をする	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. よく眠れない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

C あなたの周りの方々についてうかがいます。最もあてはまる項目を塗りつぶしてください。

次の人たちにはどのくらい気軽に話ができますか？	非常に	かなり	多少	全くない
1. 上司	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 職場の同僚	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 配偶者, 家族, 友人等	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

あなたが困ったとき、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？	非常に	かなり	多少	全くない
4. 上司	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. 職場の同僚	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. 配偶者, 家族, 友人等	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

あなたの個人的な問題を相談したら、次の人たちはどのくらい聞いてくれますか？	非常に	かなり	多少	全くない
7. 上司	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. 職場の同僚	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. 配偶者, 家族, 友人等	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

D 満足度についてうかがいます。最もあてはまる項目を塗りつぶしてください。

	満足	まあ満足	やや 不満足	不満足
1. 仕事に満足だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 家庭生活に満足だ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

お疲れさまでした。質問は以上です。

記入漏れがないか、複数回答がないか最後に見直してください。

回答済み調査票は、この用紙が入っていた封筒に入れて必ず封をして提出してください。