

# ストレスチェック実施について

2020年10月吉日

従業員各位

拝啓 時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃のご精勤に心より感謝申し上げます。敬具

記

さて、労働安全衛生法が改正され、毎年1回、ストレスチェックの実施が事業者には義務付けられました。ストレスチェック制度は、定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集团的に分析し、職場環境の改善につなげる取り組みです。

この度、東京海上日動メディカルサービス株式会社と提携し、「TMS ストレスチェックサービス」を活用して、ストレスチェックを進めて参ります。従業員の皆様から提供いただいたストレスチェック結果は、個人情報適切に保護され、不正な目的で利用されないようにすることで安心して受けられ、適切な対応や改善につながる仕組みになっております。ストレスチェックは、厚生労働省の「職業性ストレス簡易調査票」を使用し、直接「TMS ストレスチェックサービス」でやり取りを致します。従業員の皆様の PC・携帯にて、ストレスチェックを受検、結果確認をしていただきます。

**2種類どちらかから実施下さい。一斉開始の為、11月5日(木)を開始日と致します。有効期間1カ月。**

## ① アプリでのストレスチェック

ダウンロード頂いているアプリ内にストレスチェックのアイコンが出ます。そのアイコンから社員番号・初期パスワードを入力して実施いただきます。

## ② メールでのストレスチェック

**先にメールアドレスもしくは下記 QR コードより、「氏名(フルネーム)・個人メールアドレス・派遣先名」をご連絡下さい。**そのメールアドレスに、TMSサービスよりURLでアンケートが届きます。そのURLから社員番号・初期パスワードを入力して実施いただきます。



連絡先：

名古屋オフィス [hotline-nagoya@jobselect.co.jp](mailto:hotline-nagoya@jobselect.co.jp) 岡崎オフィス [hotline-okazaki@jobselect.co.jp](mailto:hotline-okazaki@jobselect.co.jp)

末筆ながら、従業員の皆様の益々のご健勝を祈念いたします。

株式会社ジョブセレクト

〒453-6114 愛知県名古屋市東区平池町4丁目60番12 グローバルゲート14F

TEL: 052-485-8510 FAX: 052-485-8512

〒444-0840 愛知県岡崎市戸崎町牛転14-168 ピアーファースト3F

TEL: 0564-64-0544 FAX: 0564-64-0545



## ストレスチェックに関する注意事項

### 1. 実施期間

開始日:2020年11月5日(木)～締切日:2020年12月5日(土)

※ ご利用時間は、上記期間の毎日8時～20時となっております。

※ 20時～翌日8時の間は一切ご利用出来ませんのでご注意ください。

### 2. 質問数

57問 所要時間:約10分

### 3. 実施方法(以下2種類のどちらかより実施して下さい。)

#### ●アプリの場合

ダウンロード頂いているアプリ内にストレスチェックのアイコンが出ます。

そのアイコンから社員番号・初期パスワードを入力して実施いただきます。

#### ●メールの場合

先にメールアドレスもしくはQRコードより「氏名(フルネーム)・個人メールアドレス・派遣先名」をご連絡下さい。そのメールアドレスにTMSよりURLが届きます。

そのURLから社員番号・初期パスワードを入力してログインしていただきます。

no-reply@tmsnavi-lite.jpからのメールが受信できるよう事前に設定をお願い致します。

#### ●アプリ・メール共通

ログインID:社員番号(J〇〇は入力の必要はありません。番号のみ入力下さい。)

初期パスワード:社員番号(J〇〇は入力の必要はありません。番号のみ入力下さい。)

給与明細の社員番号になりますので、ご確認下さい。

※ログイン後、登録情報が表示されますので確認し、パスワードの変更ボタンを押し、

新しいパスワードを2回入力し、変更ボタンを押して下さい。変更後はご本人にしか分からなくなりますので、忘れないように控えて下さい。ログイン後は、ストレスチェックが始まります。

※回答の一時保存はできませんので、中断せずに最後まで回答してください。

### 4. 結果の取り扱いについて

ご回答いただいた個人のストレスチェック結果は、ストレスチェック実施についての事前の取り決めに従って取り扱い、上司や人事部門等に漏れることは一切ありません。

また、職場全体のストレス傾向の把握を目的に、個人が特定できないようストレスチェック結果を加工し、分析および報告書作成に使用します。

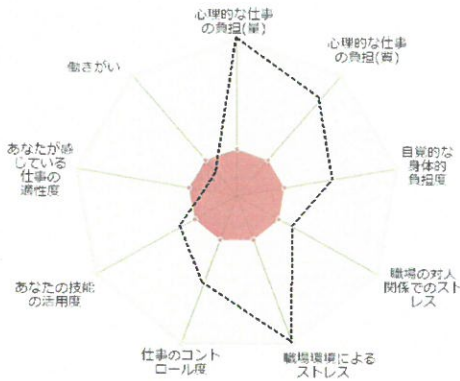


従業員氏名 (従業員番号)	テスト太郎03(test003)
実施年月日	2019年05月17日

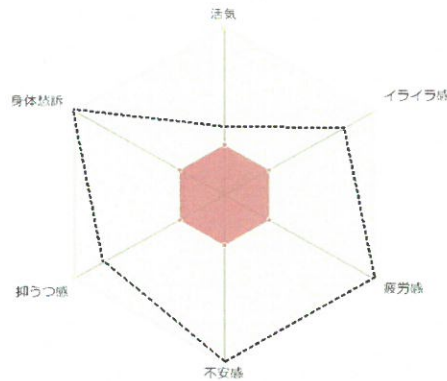
### あなたのストレスプロフィールについて

ご回答いただいたストレス調査票の結果から、“あなたのストレスプロフィール”を作成しました。  
 このプロフィールから、あなたのストレスの状態をおおよそ把握していただくことが出来ると思います。  
 結果をごらんいただき、ご自分の心の健康管理にお役立てください。  
 詳しいストレス度や、それに伴うこころの問題については、この結果のみで判断することはできません。  
 ご心配な方は専門家にご相談下さい。

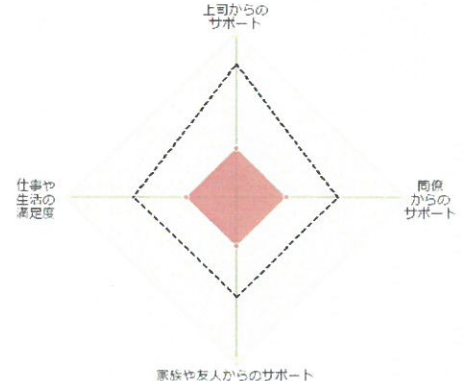
ストレスの原因と考えられる因子



ストレスによっておこる心身の反応



ストレス反応に影響を与える他の因子



**【ストレスプロフィールの見方】**

レーダーチャートが小さく中心を向いているほど、ストレス状況は良くないことを示しています。  
 特にレーダーチャートが要注意ゾーンに入っている項目には注意が必要です。

..... あなたの結果
  要注意ゾーン

評価結果 (点数) について	項目	評価点 (合計)	点数の範囲 (問題数)
	ストレスの要因に関する項目	38 点	17点~68点(17問)
	心身のストレス反応に関する項目	43 点	29点~116点(29問)
	周囲のサポートに関する項目	18 点	9点~36点(9問)
	合計	99 点	55点~220点

※点数は、数値が小さいほどストレス状況が良好なことを示しています。

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、急に仕事が忙しくなったり、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。

あなたの場合、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。

あなたの仕事でのストレスの原因となりうる因子では、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。

今回の調査時点では、問題はありませんでした。普段からストレスをためこまず、気分転換をはかるようにこころがけることをお勧めいたします。

# Smart-Job!!グループ

## 福利厚生キャンペーン

現在ご就労していただいているスタッフ様の中から

ストレスチェックを受検していただいた方に限り

抽選で5名の方に、

ディズニーペアチケットをプレゼント!!

東京ディズニーリゾートを思いっきり楽しもう!

混雑時にも入園できるパークチケットです。

※当選は発送をもって代えさせていただきます。



### ■東京ディズニーリゾート®パークチケットについて

- ・入園保証付き(混雑時にも入園出来ます。)
- ・パークチケットは東京ディズニーランド®東京ディズニーシー®  
どちらかのパークを選んで入園し、アトラクションで遊べるチケットです。
- ・入園にはおひとり様1枚のパークチケットが必要となります。  
※大人・中人・小人の区別はありません。
- ・他のパークチケットへの変更はできません。
- ・日付指定券限定入園日・土日祝も入園できます。
- ・有効期間内であれば、パークチケット料金に変更が生じた場合でも、  
差額を支払わずに利用できます。

