

ストレスチェックを 受検しましょう！



ストレスチェックとは？

ストレスに関する質問に答え、自分の心身がどのような状態にあるかを調べる検査です。

● 受検は何のため？

セルフケア

自分の健康を大切に！

自分の心身の状態を把握し、ストレスが高い場合は、こまめにケアをしたり、医師の面接指導を受けて助言をもらうなど、うつなどのメンタルヘルス不調を未然に防止します。

職場環境の改善

職場を働きやすく！

職場の一定規模の集団ごとに集計・分析を行うことで、問題や傾向を把握し、職場改善を図ります。

**集団ごとの集計・分析結果は各衛生委員会に報告し、
対策を検討します。**

● 受検したことによる不利益は？

受検者が不利益を被ることはありません。

事業者が面接指導の結果から、解雇、雇止め、退職勧奨、不当な動機・目的による配置転換・職位の変更を行うことは禁止されています。

● 個人情報の保護は？

ストレスチェックの結果は、ストレスチェックの実施者（保健センターの産業医、保健師、公認心理師）が適切に管理します。

法律で守秘義務が課され、違反した場合は刑罰の対象となります。

安心して受検ください。

今の状態を素直にチェックしましょう。

<https://stresscheck.hc.nagasaki-u.ac.jp/MnuLogin.php>



【問い合わせ先】

保健センター

Tel : 819-2213 (内線2213)

ホームページアドレス : <http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/>

