

ペーパー受検：問題用紙（80項目）

■ 問題用紙：見開きA3版用紙

80項目
問題用紙

職業
はつらつ診断



「職業はつらつ診断」は、各質問へのご回答に基づき、業務や職場環境などに対するあなたのいきいき度やストレスの状態を判定し、こころと体の健康管理にお役立ていただくためのアドバイスをお返しのものです。なお、お答えいただいた個人情報を含むデータは、ストレスチェック目的以外で使用いたしません。

ご利用上の注意点

質問には必ず全て回答をしてください。**未回答・二重回答**があった箇所は正しい判定が出来ませんので、ご注意ください。



専用封筒には「**回答用紙（1枚）のみ**」入れてください。
問題用紙は入れないようお願いします。

C's PORT
Mental Wellness

問題用紙

職業はつらつ診断（80項目）

質問には必ず全て回答をしてください。未回答・二重回答があった箇所は正しい判定が出来ませんので、ご注意ください。

A

「あなたの仕事」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

1

非常にたくさんの仕事をしなければならない

2

時間内に仕事が処理しきれない

3

一生懸命働かなければならない

4

かなり注意を集中する必要がある

5

高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ

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

7

からだを大変よく使う仕事だ

8

自分のペースで仕事ができる

9

自分で仕事の順番・やり方を決めることができる

10

職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる

11

自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない

12

私の部署内で意見のくい違いがある

13

私の部署と他の部署とはうまく合わない

14

私の職場の雰囲気は友好的である

15

私の職場の作業環境(騒音、照明、温度、換気など)はよくない

16

仕事の内容は自分にあっている

17

働きがいのある仕事だ

B

「最近1か月間のあなたの状態」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

18

活気がわいてくる

19

元気がいっぱいだ

20

生き生きする

21

怒りを感じる

22

内心腹立たしい

23

イライラしている

24

ひどく疲れた

25

へとへとだ

26

だるい

27

気がはりつめている

28

不安だ

29

落ち着かない

30

ゆううつだ

31

何をしても面倒だ

32

物事に集中できない

33

気分が晴れない

34

仕事が手につかない

35

悲しいと感じる

36

めまいがする

37

体のふしぶしが痛む

38

頭が重かったり頭痛がする

39

首筋や肩がこる

40

腰が痛い

41

目が疲れる

42

動悸や息切れがする

43

胃腸の具合が悪い

44

食欲がない

45

便秘や下痢をする

46

よく眠れない

問題用紙

職業はつらつ診断（80項目）

質問には必ず全て回答をしてください。未回答・二重回答があった箇所は正しい判定が出来ませんので、ご注意ください。

C

「あなたの周りの方々」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

47

上司はどのくらい気軽に話ができますか？

48

職場の同僚はどのくらい気軽に話ができますか？

49

配偶者、家族、友人等はどのくらい気軽に話ができますか？

50

あなたが困った時、上司はどのくらい頼りになりますか？

51

あなたが困った時、職場の同僚はどのくらい頼りになりますか？

52

あなたが困った時、配偶者、家族、友人等はどのくらい頼りになりますか？

53

あなたの個人的な問題を相談したら、上司はどのくらいきいてくれますか。

54

あなたの個人的な問題を相談したら、職場の同僚はどのくらいきいてくれますか。

55

あなたの個人的な問題を相談したら、配偶者、家族、友人等はどのくらいきいてくれますか。

D

「満足度」についてうかがいます。最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

56

仕事に満足だ

57

家庭生活に満足だ

E

「あなたの仕事」について、もう少し詳しくうかがいます。最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

58

感情面で負担になる仕事だ

59

複数の人からお互いに矛盾したことを要求される

60

自分の職務や責任が何であるか分かっていない

61

仕事で自分の長所をのぼす機会がある

F

「あなたの働いている職場」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

62

自分の仕事に見合う給料やボーナスをもらっている

63

私は上司からふさわしい評価を受けている

64

職を失う恐れがある

65

上司は部下が能力をのぼす機会を持てるように、取り計らってくれる

66

上司は誠実な態度で対応してくれる

67

努力して仕事をすれば、ほめてもらえる

68

失敗しても挽回(ばんかい)するチャンスがある職場だ

G

「あなたの働いている会社や組織」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

69

経営層からの情報は信頼できる

70

職場や仕事で変化があるときには、従業員の意見が聞かれている

71

一人ひとりの価値観を大事にしてくれる職場だ

72

人事評価の結果について十分な説明がなされている

73

職場では(正規、非正規、アルバイトなど)色々な立場の人が職場の一員として尊重されている

74

意欲を引き出したり、キャリアに役立つ教育が行われている

75

仕事のことを考えているため自分の生活を充実させられない

76

仕事でエネルギーをもらうことで、自分の生活がさらに充実している

H

「あなたのお仕事の状況や成果」について、最もあてはまると思う〇を塗りつぶして下さい。

77

職場で自分がいじめにあっている(セクハラ、パワハラを含む)

78

私たちの職場では、お互いに理解し認め合っている

79

仕事をしていると、活力がみなぎるように感じる

80

自分の仕事に誇りを感じる

質問は以上です。お疲れ様でした。

(株)C's PORT

1

ペーパー受検：回答用紙（80項目）

■ 回答用紙：A4版用紙（マークシート方式）

回答用紙 職業はつらつ診断（80項目）

ご利用者欄	集団名	サンプル会社
	所属名	広島本社
	氏名	山田太郎 様
	回答日（西暦）	年 月 日

職業はつらつ診断（80項目） 回答用紙

1. 記入には、HBの黒鉛筆又はシャープペンシルを使用してください。
2. 訂正する場合には、プラスチック消しゴムで丁寧に消してください。

良い例 悪い例

質問には必ず全て回答をしてください。未回答・二重回答があった箇所は正しい判定ができませんので、ご注意ください。

A	そうだ	まあ	やや	ちがう
1	0	0	0	0
2	0	0	0	0
3	0	0	0	0
4	0	0	0	0
5	0	0	0	0
6	0	0	0	0
7	0	0	0	0
8	0	0	0	0
9	0	0	0	0
10	0	0	0	0
11	0	0	0	0
12	0	0	0	0
13	0	0	0	0
14	0	0	0	0
15	0	0	0	0
16	0	0	0	0
17	0	0	0	0

B	ほとんど	ときどき	しばしば	ほとんど
つづき	なかった	あった	あった	いつも
31	0	0	0	0
32	0	0	0	0
33	0	0	0	0
34	0	0	0	0
35	0	0	0	0
36	0	0	0	0
37	0	0	0	0
38	0	0	0	0
39	0	0	0	0
40	0	0	0	0
41	0	0	0	0
42	0	0	0	0
43	0	0	0	0
44	0	0	0	0
45	0	0	0	0
46	0	0	0	0

E	そうだ	まあ	やや	ちがう
58	0	0	0	0
59	0	0	0	0
60	0	0	0	0
61	0	0	0	0

F	そうだ	まあ	やや	ちがう
62	0	0	0	0
63	0	0	0	0
64	0	0	0	0
65	0	0	0	0
66	0	0	0	0
67	0	0	0	0
68	0	0	0	0

G	そうだ	まあ	やや	ちがう
69	0	0	0	0
70	0	0	0	0
71	0	0	0	0
72	0	0	0	0
73	0	0	0	0
74	0	0	0	0
75	0	0	0	0
76	0	0	0	0

H	そうだ	まあ	やや	ちがう
77	0	0	0	0
78	0	0	0	0
79	0	0	0	0
80	0	0	0	0

C	非常に	かなり	多少	全く
	ない			
47	0	0	0	0
48	0	0	0	0
49	0	0	0	0
50	0	0	0	0
51	0	0	0	0
52	0	0	0	0
53	0	0	0	0
54	0	0	0	0
55	0	0	0	0

D	満足	まあ	やや	不満
56	0	0	0	0
57	0	0	0	0

質問は以上です。お疲れ様でした。

ご担当者様の配布・回収の 事務作業を軽減

事前にお預かりする「受検対象者リスト」をもとに、利用者欄を事前印刷

回答用紙に記入後は専用の 封筒に入れて発送するだけ

窓あき角20サイズの封筒に
問題用紙と回答用紙を封入した
状態でお届け

回答用紙記入後は、受検者様
ご自身で回答用紙のみを封
入・封緘していただき、ご担
当者様より当社へ一括送付

職業はつらつ診断
配布・回収 専用封筒

↑回答用紙の『ご利用者欄』が見えていますか？

未記入や二重回答 はありませんか？
※回答用紙のみ入れてください。

C's PORT
Mental Wellness

株式会社 シーズポート
〒730-0802 広島市中区本川町2丁目6番5号 相生橋KMビル402
TEL/FAX: 082-208-2576
E-mail: sc@cs-port.net (ストレスチェック関連専用)

<https://www.cs-port.net/>