

1, ストレスチェックのおすすめ

忙しい毎日、ふと「ちょっと疲れたな」と思うことはありませんか。
そんなときに、自分の心の状態を確認できるのがストレスチェックです。

【ストレスチェックは自分を大切にするヒント】

- 「最近、ちょっとイライラしやすいかも？」と気づける。
- 自分に合った休憩や働き方の工夫が見つかる。
- 個人情報を守秘の上、集団全体のデータの特性から働きやすい環境づくりに活かされる。

大事なのは、個人を評価するものではないということ。
健康診断で身体を守ることが当然のように、ストレスチェックは、みんなが安心して働けるように、心の健康を守るためのサポートツールです。

【ストレスチェックの流れ】



産業医の次田先生より
「面談はいつでも受け付けますよ」とコメントをいただいています。

ご本人がより働きやすい環境に改善される可能性があります。