

**職業性ストレス簡易調査票
(簡易版23項目)**

実施日	
現場名	
所属会社名	
性別	男・女

A. あなたの仕事についてうかがいます。 最もあてはまるものに○を付けてください。	そ う だ	ま あ そ う だ	や ち や 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-----	1	2	3	4
2. 時間内に仕事が処理しきれない-----	1	2	3	4
3. 一生懸命働かなければならない-----	1	2	3	4
8. 自分のペースで仕事ができる-----	1	2	3	4
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる-----	1	2	3	4
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる-----	1	2	3	4
B. 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。 最もあてはまるものに○を付けてください。	ほ な か ん ど た	と き あ つ ど き	し あ ば あ つ し ば	ほ い つ も あ つ た
7. ひどく疲れた-----	1	2	3	4
8. へとへとだ-----	1	2	3	4
9. だるい-----	1	2	3	4
10. 気がはりつめている-----	1	2	3	4
11. 不安だ-----	1	2	3	4
12. 落ち着かない-----	1	2	3	4
13. ゆうつだ-----	1	2	3	4
14. 何をするのも面倒だ-----	1	2	3	4
16. 気分が晴れない-----	1	2	3	4
27. 食欲がない-----	1	2	3	4
29. よく眠れない-----	1	2	3	4
C. あなたの周りの方々についてうかがいます。 最もあてはまるものに○を付けてください。	非 常 に	か な り	多 少	全 く な い
次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？				
1. 上司-----	1	2	3	4
2. 職場の同僚-----	1	2	3	4
あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？				
4. 上司-----	1	2	3	4
5. 職場の同僚-----	1	2	3	4
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きいてくれますか？				
7. 上司-----	1	2	3	4
8. 職場の同僚-----	1	2	3	4

※ご協力いただきありがとうございました