

リニューアルのお知らせ

無料

運輸事業従事者のためのメンタルヘルス

こころの+健康自己チェック

利用者の意見を反映しストレスチェックサイトをスマートフォン向けにリニューアルしました。



操作性などを
大幅に改善!

早めの気づき、今すぐチェックを!

🔍 運輸メンタル

検索

<https://www.transport-pf.or.jp/mhc/pc/>

スマートフォンからの
アクセスはこちら



次のような運輸事業者を対象とした簡単な質問に答えて、あなたのストレス度をチェックしましょう。

- 自分で仕事の順番・やりかたを決めることができる
- 乗客(荷主)などに嫌な思い、怖い思いをしたことがある
- 次の人たちとは気軽に話ができますか?

結果レポートは5段階の分類と「仕事」「日常生活」など項目ごとにコメント表示され、あなたの『こころ』の状況を把握することができます。

運輸事業従事者のためのメンタルヘルス

「こころの健康自己チェック」ストレスチェックサイトをリニューアル

スマートフォン向けのデザインにリニューアルし、操作性等を大幅に改善!
パソコン画面でもテキストが読みやすく、ボタン等を大きく押しやすくしました!

「こころの健康自己チェック」は運輸事業における輸送の安全の確保の視点から、運輸事業に携わる方を対象とした、こころの疲れや不調に気づくためのプログラムです。

開設以来、15,000人以上の方にご利用いただいています。大切な命や財産を預かる運輸事業では、業務上の責任が大きな負荷となっている場合があります。

ストレスチェックサイトを利用して、早い段階でストレス状況に気づき、メンタルヘルス対策を進めましょう。

定期的にサイトを利用し、こころの健康をチェックしましょう。

提供：一般財団法人運輸振興協会

運輸振興協会は、約半世紀にわたり運輸交通に係る知識の啓発、広報、周知活動、運輸関係者の福利厚生等の事業活動を行い、運輸交通の健全な発展と社会福祉の増進に貢献しています。安心してチェックサイトをご利用ください。

また、このプログラムは住所、氏名、電話番号、メールアドレスなどの個人を特定できる情報の入力は一切不要です。

