

## 仕事のストレス調査票

- この調査票は、調査の目的以外には使用いたしません。  
本調査の目的に同意し、回答していただけますか。

1           同意します。                2           同意しません。          

- 社員番号

社員番号									
------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

※下5桁を記入してください

- あなた自身のことについてお聞きます。あてはまる番号に○・印をつけてください。  
または空欄に回答を記入してください。

1. 性別

1           男性                2           女性          

2. 年齢

	歳
--	---

3. 勤続年数

	年
--	---

4. 役職

0	一般社員		2	技師／主任		5	役員
1	班長／生産指導員 ／班長補佐		3	課長クラス		6	パート
			4	部長クラス		7	常勤嘱託
						8	その他

5. 部署

部署									
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--

※所属コードを上4桁記入してください

6. 労働時間管理の適用についてお聞きます

1	管理職(課長、主任技師以上)
2	企画型業務裁量労働制(技師/主任)
3	専門業務型裁量労働制(技師/主任で設計開発部門の方)
4	一般でフレックス対象者
5	一般でフレックス対象者でない
6	3班2交替勤務者
7	2交替制
8	パート

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	ややちがう	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
4 かなり注意を集中する必要がある	1	2	3	4
5 高度の知職や技術が必要なむずかしい仕事だ	1	2	3	4
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	1	2	3	4
7 からだを大変よく使う仕事だ	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
11 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない	1	2	3	4
12 私の部署内で意見のくい違いがある	1	2	3	4
13 私の部署と他の部署とはうまが合わない	1	2	3	4
14 私の職場の雰囲気は友好的である	1	2	3	4
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	1	2	3	4
16 仕事の内容は自分にあっている	1	2	3	4
17 働きがいのある仕事だ	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。

	ほとんどな かった	ときどき あった	しばしば あった	ほとんど いつもあった
1 活気がわいてくる	1	2	3	4
2 元気がいっぱいだ	1	2	3	4
3 生き生きする	1	2	3	4
4 怒りを感じる	1	2	3	4
5 内心腹立たしい	1	2	3	4
6 イライラしている	1	2	3	4
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 ゆううつだ	1	2	3	4
14 何をするのも面倒だ	1	2	3	4
15 物事に集中できない	1	2	3	4

	ほとんどな かった	ときどき あった	しばしば あった	ほとんど いつもあった
16 気分が晴れない	1	2	3	4
17 仕事を手につかない	1	2	3	4
18 悲しいと感じる	1	2	3	4
19 めまいがする	1	2	3	4
20 体のふしぶしが痛む	1	2	3	4
21 頭が重かったり頭痛がする	1	2	3	4
22 首筋や肩がこる	1	2	3	4
23 腰が痛い	1	2	3	4
24 目が疲れる	1	2	3	4
25 動悸や息切れがする	1	2	3	4
26 胃腸の具合が悪い	1	2	3	4
27 食欲がない	1	2	3	4
28 便秘や下痢をする	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
次の人たちと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
3 配偶者、家族、友人等	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
6 配偶者、家族、友人等	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聞いてくれますか？				
7 上司	1	2	3	4
8 職場の同僚	1	2	3	4
9 配偶者、家族、友人等	1	2	3	4

D 満足度について

	満 足	まあ満足	やや不満足	不満足
1 仕事に満足だ	1	2	3	4
2 家庭生活に満足だ	1	2	3	4

E 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。

	いいえ	時にある	しばしばある	いつも
1 一日のうちで朝方がいちばん気分がよい。	1	2	3	4
2 辛くて泣きたくなることがある。	1	2	3	4
3 食欲は普通にある。	1	2	3	4
4 異性に関心がある。	1	2	3	4
5 最近やせてきた。	1	2	3	4
6 便秘している。	1	2	3	4
7 気分はさっぱりしている。	1	2	3	4
8 いつもと変わりなく仕事ができる。	1	2	3	4
9 将来に希望や期待がある。	1	2	3	4
10 迷わず物事を決めることができる。	1	2	3	4
11 自分は役に立つ人間だと思う。	1	2	3	4
12 毎日の生活は充実している。	1	2	3	4
13 自分がない方が他人に迷惑をかけなくてよいと思う。	1	2	3	4
14 好きなことは楽しめる。	1	2	3	4

F 最近1 か月間の勤務の状況について、各質問に対し最も当てはまる項目に○・印を付けてください。

1 1か月の時間外労働	1 ない又は適当	2 多い	3 非常に多い
2 不規則な勤務(予定の変更、突然の仕事)	1 少ない	2 多い	
3 出張に伴う負担(頻度・拘束時間・時差など)	1 ない又は小さい	2 大きい	
4 深夜勤務に伴う負担(★1)	1 ない又は小さい	2 大きい	3 非常に大きい
5 休憩・仮眠の時間数及び施設	1 適切である	2 不適切である	
6 仕事についての精神的負担	1 小さい	2 大きい	3 非常に大きい
7 仕事についての身体的負担(★2)	1 小さい	2 大きい	3 非常に大きい

★1:深夜勤務の頻度や時間数などから総合的に判断して下さい。

深夜勤務は、深夜時間帯(午後10時～午前5時)の一部または全部を含む勤務を言います。

★2:肉体的作業や寒冷・暑熱作業などの身体的な面での負担

G あなたは日頃、「あなたの職場の後輩/部下」に対し以下のことをどのくらい行っていますか。もともと当てはまる回答を下記の①～⑤から選んで○を付けてください。

(なお、職場に後輩がいない場合は回答欄を空白にしてください)

- |                     |
|---------------------|
| ① よくしている            |
| ② 少ししている            |
| ③ あまりしていない          |
| ④ ほとんどしていない         |
| ⑤ したいが出来ない、または機会がない |

1 後輩がしたい仕事ができるように上司に働きかけている。	1	2	3	4	5
2 後輩の昇進がうまくいくように上司に働きかけている。	1	2	3	4	5
3 後輩を他部門の人に折りを見て引き合わせている。	1	2	3	4	5
4 自分より上の人に接する機会がある仕事をまかせている。	1	2	3	4	5
5 上司に後輩の仕事ぶりを正しく報告している。	1	2	3	4	5
6 後輩が望むキャリア目標を達成するための方法を教えている。	1	2	3	4	5
7 将来の仕事に必要な知識や技術を授けている。	1	2	3	4	5
8 将来の昇進に備え、必要な教育を行っている。	1	2	3	4	5
9 後輩の失敗の責任はすべて自分が取っている。	1	2	3	4	5
10 後輩に常にワン・ランク上の仕事をさせるようにしている。	1	2	3	4	5
11 後輩に新しい知識や技術を学べる機会を与えている。	1	2	3	4	5
12 今の後輩の実力では到底無理だと思われるような仕事にも挑戦させている。	1	2	3	4	5
13 後輩が新しい仕事に取り組んだ時、その後の評価を伝えてあげている。	1	2	3	4	5
14 後輩の手本となるような言動を心掛けている。	1	2	3	4	5
15 後輩が心から信頼してくれるような人物になろうと心掛けている。	1	2	3	4	5
16 後輩が真似できないほどの完璧な先輩であろうとしている。	1	2	3	4	5
17 後輩がこうあって欲しいと思う人物になるように心掛けている。	1	2	3	4	5
18 私の職位にふさわしい言動をするよう心掛けている。	1	2	3	4	5
19 後輩が話してくれることを後輩の気持ちになって聞いている。	1	2	3	4	5
20 後輩が何でも話してくれるような人物になるよう心掛けている。	1	2	3	4	5
21 仕事以外でも後輩と付き合いようにしている。	1	2	3	4	5
22 後輩を困らせるような人から彼(彼女)を守っている。	1	2	3	4	5
23 後輩を一個人として尊敬している。	1	2	3	4	5
24 自分には無い後輩の良いところを認めている。	1	2	3	4	5

H 現在の会社生活において、非常に影響を及ぼしている「あなたよりも上の人(先輩、上司など)」を思い浮かべて下さい。その人は現在あなたに以下のことをどの程度してくれていますか。最も当てはまる回答を下記の①～⑤ から選んで○を付けてください。

- |                |
|----------------|
| ① よくしてくれている    |
| ② 少ししてくれている    |
| ③ あまりしてくれていない  |
| ④ ほとんどしてくれていない |
| ⑤ 該当する機会がない    |

1 あなたがしたい仕事ができるようにその人より上の人に働きかけてくれている。	1	2	3	4	5
2 あなたの昇進がうまくいくようにその人より上の人に働きかけてくれている。	1	2	3	4	5
3 あなたを他部門の人に折りを見て引き合わせてくれている。	1	2	3	4	5
4 その人より上の人に接する機会がある仕事をまかせてくれている。	1	2	3	4	5
5 あなたの仕事ぶりを正しくその人より上の人に報告してくれている。	1	2	3	4	5
6 あなたが望むキャリア目標を達成するための方法を教えてくれている。	1	2	3	4	5
7 将来の仕事に必要な知識や技術を授けてくれている。	1	2	3	4	5
8 将来の昇進に備え、必要な教育を行ってくれている。	1	2	3	4	5
9 あなたが失敗した時、その責任をかわって取ってくれている。	1	2	3	4	5
10 あなたが常にワン・ランク上の仕事をできるようにしてくれている。	1	2	3	4	5
11 あなたに新しい知識や技術を学べる機会を与えてくれている。	1	2	3	4	5
12 あなたの實力では到底無理だと思われるような仕事にも挑戦させてくれている。	1	2	3	4	5
13 あなたが新しい仕事に取り組んだ時、その後の評価を伝えてくれている。	1	2	3	4	5
14 あなたの手本となるような言動を心掛けてくれている。	1	2	3	4	5
15 あなたが心から信頼できる人であろうとしてくれている。	1	2	3	4	5
16 あなたが真似できないほどの完璧な人であろうとしてくれている。	1	2	3	4	5
17 あなたがこうあって欲しいと思う人物であろうとしてくれている。	1	2	3	4	5
18 その人の職位にふさわしい言動をするよう心掛けてくれている。	1	2	3	4	5
19 あなたが話すことをあなたの気持ちになって聞いてくれている。	1	2	3	4	5
20 あなたが何でも話せるような人物になろうと心掛けてくれている。	1	2	3	4	5
21 仕事以外でもあなたと付き合いようとしてくれている。	1	2	3	4	5
22 あなたを困らせるような人から守ってくれている。	1	2	3	4	5
23 あなたを一個人として尊敬してくれている。	1	2	3	4	5
24 その人には無いあなたの良いところを認めてくれている。	1	2	3	4	5

I 裁量労働制のもとで働くことについてお聞きします。最もあてはまるものに○を付けてください。

※裁量労働制のもとで働いているかたのみお答えください。

1 どのような経緯で裁量労働をするようになりましたか。

1. 自分の希望で。
2. どちらかといえば自分の希望で。
3. どちらかといえば会社の方針に従って。
4. 会社の方針に従って。

2 裁量労働制で働くようになってから、労働時間はどのように変化しましたか。

1. かなり長くなった。
2. 長くなった。
3. 変化していない。
4. 短くなった。
5. かなり短くなった。

3 裁量労働制で働くようになってから、仕事の効率はどのように変化しましたか。

1. かなりよくなった。
2. よくなった。
3. 変化していない。
4. 悪くなった。
5. かなり悪くなった。

4 裁量労働制で働くようになってから、仕事の進め方はどのように変化しましたか。

1. 十分にゆとりがもてるようになった。
2. どちらかというゆとりがもてるようになった。
3. 変化していない。
4. どちらかというゆとりがもてなくなった。
5. まったくゆとりがもてなくなった。

5 裁量労働者の評価は、どのようになされるべきだと思いますか。  
どのような割合であるか、合計を100%となるようにお答えください。

1.成果や業績による評価:	<input type="text"/>	%
2.職務遂行能力による評価:	<input type="text"/>	%
3.態度や情意面による評価:	<input type="text"/>	%
合計:		100 %

6 会社は、裁量労働で働きやすいように十分な援助をしてくれていますか。

1. まったくそうだと思う
2. そうだと思う
3. そうは思わない
4. まったく違うと思う。

7 あなたは裁量労働を続けたいと思いますか。

1. 続けたい。
2. どちらかといえば続けたい。
3. あまり続けたいとは思わない。
4. 続けたいと思わない。

～ご協力ありがとうございました。～