

ちょっと疲れていませんか？

こころの体温計のご紹介

パソコン・携帯電話・スマートフォンから、気軽にいつでも、どこでも、ストレスや落ち込み度をチェックできるシステムです。

ストレス対処タイプやアルコールの影響度を調べるテストもありますので、ぜひご利用ください！！

※結果にかかわらず、気になることがあれば、早めにかかりつけ医や専門機関に相談することをおすすめします。
その他の注意事項は障がい福祉課ホームページをご覧ください。

ねこ 社会的なストレス

水槽のヒビ 住環境のストレス

黒金魚 対人関係のストレス

赤金魚 自分自身のストレス

水の透明度 落ち込み度

石 その他のストレス

結果画面（例）

あなたのストレス状態を金魚、猫、水槽で表します。

結果はこんな風に表示されます

ストレス度が低い場合

ストレス度が高い場合

◆パソコンをご利用の方

下記のウェブサイトから画面の指示に従い、操作してください。
<https://fishbowlindex.jp/kyotanabe/demo/index.pl>
※関連キーワード「京田辺市 こころの体温計」で検索ください。

◆携帯電話・スマートフォンをご利用の方
2次元コードからアクセスしてください。

アクセスはこちらから！