

ストレスチェックを始めよう！

～ストレスチェック実施プログラム導入マニュアル～
Windows用

はじめまして！

じゃがいも大好きタカモンです。

これから、厚生労働省版
「ストレスチェック実施プログラム」
の導入方法を説明するよ。

お手伝い
オカムー

お使いのOSのバージョンによって若干異なります

厚労省「ストレスチェック実施プログラム」の導入方法

- 1 実施プログラムのダウンロードとインストール
- 2 初期設定
- 3 管理者用管理ツールへのログイン
- 4 システム設定
- 5 パスワードの変更
- 6 職場登録
- 6 実施管理
- 7 回答用アプリ

導入の手順だよ
この手順で説明を行って
いくよ♪



動作環境

「受検者回答用アプリ」

推奨OS

- ・Windows XP
- ・Windows Vista
- ・Windows 7
- ・Windows 8

※上記以外のOSについてはサポートしていません。

- ・画面の解像度 1024×768以上

「実施者用管理ツール」

推奨OS

- ・Windows XP
- ・Windows Vista
- ・Windows 7
- ・Windows 8

※上記以外のOSについてはサポートしていません。

- ・.Net Framework 3.5以上
- ・画面の解像度 1024×768以上

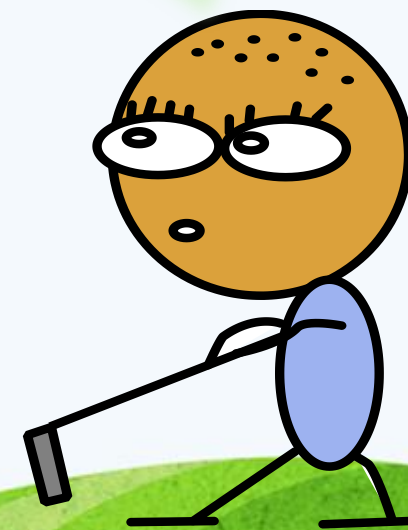
1 厚労省版「ストレスチェック実施プログラム」をダウンロード

① インターネットで検索

「ストレスチェック ダウンロード」と入力



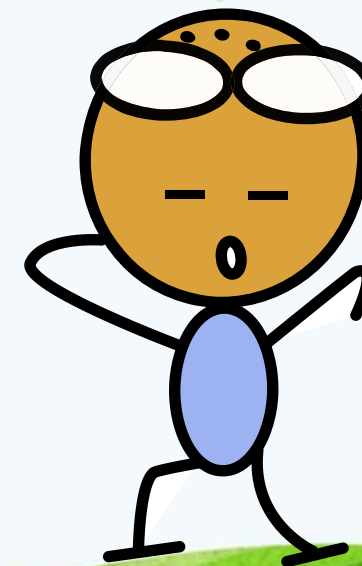
アドレスは、
<http://stresscheck.mhlw.go.jp/>
だよ。



② 「厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム」ダウンロードサイトが表示されました。



ダウンロードサイト
見つかったかな？

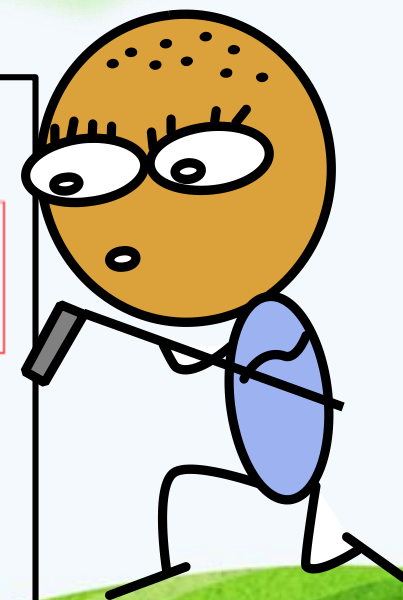


③ サイトの一番下の「新たにダウンロードする方」を選択してください。



① ページの一番下にダウンロードするボタンがあるよ。

② 「ダウンロード時の注意事項に同意します」に、チェックを入れてからダウンロードしてね

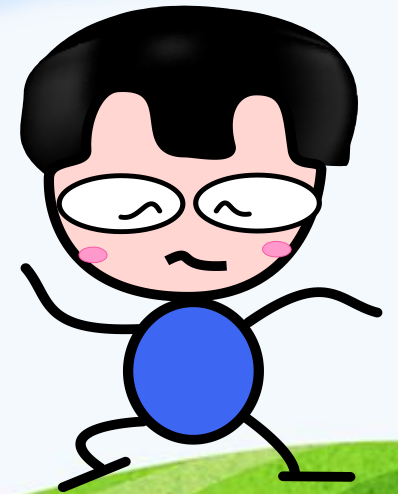


④ ZIP形式の実施プログラムがダウンロードされます。



厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム.zip

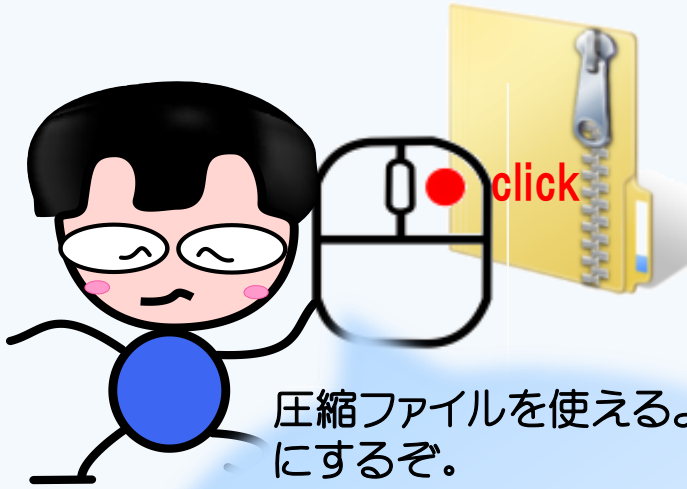
ダウンロードされたファイルは
「ZIP形式で圧縮されたファイル」
で、このままでは使用できない
んだ



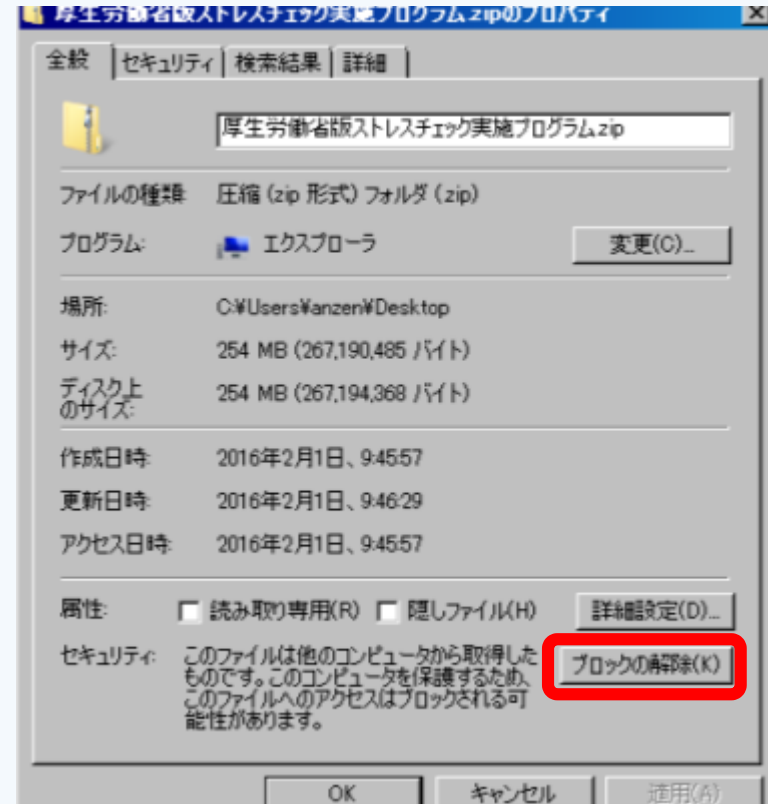
注意

⑤ ZIPファイルを展開する前に、ブロックの解除を行います。

ZIPファイルの上で右クリック → プロパティをクリック → ブロックの解除をクリック



圧縮ファイルを使えるようにするぞ。
ファイルの上で右クリックしてプロパティを選ぶんだ。
OSのバージョンでブロック解除の方法が少し違うから注意だぞ。



⑥ ZIPファイルを展開（解凍）します。

ZIPファイルの上で右クリック → すべて展開をクリック



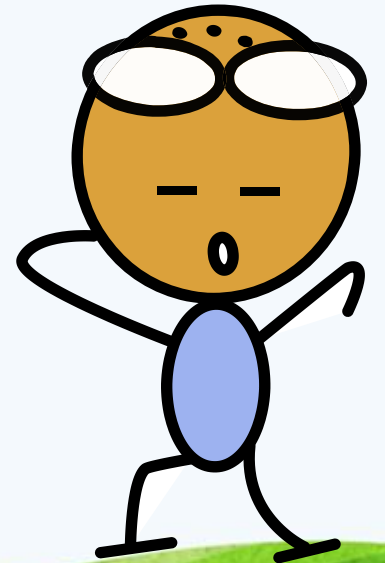
●click

⑦ ZIPファイルが解凍されました。

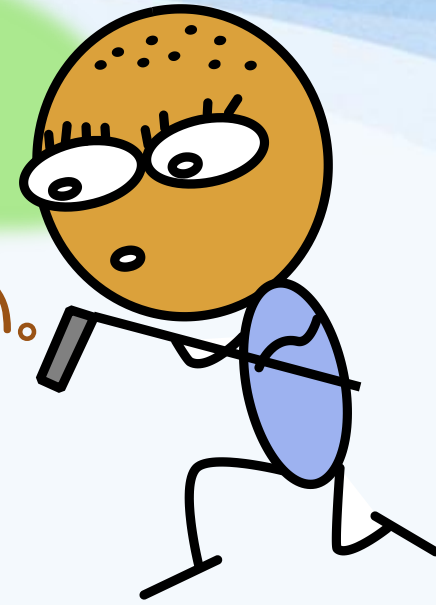


厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム

できたかな？



さあ！設定を始めるよ！
設定は、実施管理者用
管理ツールで行うよ

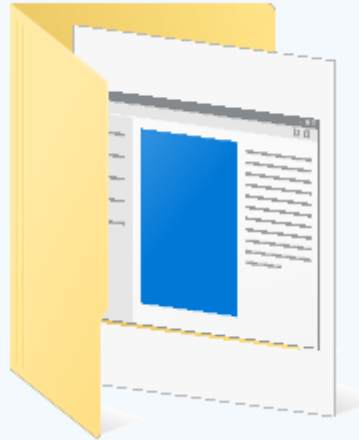


⑦ ファイルを開いて、3つのファイルがあることを確認してください。



サンプルデータ式

ストレスチェック対象者名簿
のサンプル様式やストレス
チェック手入力用サンプル
様式が入っています。必要
に応じ活用してください。



実施管理者用管理ツール

実施管理者並びに実施事
務従事者が使用するツール
です。

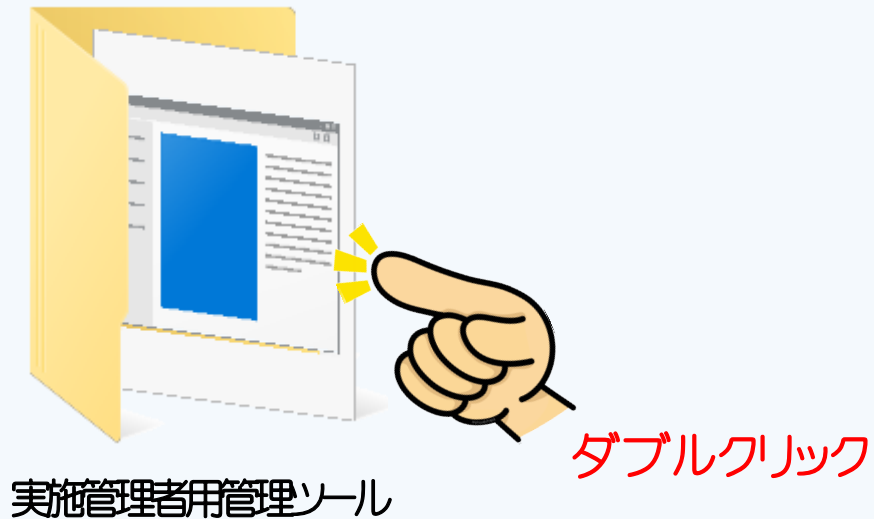


受検者回答用アプリ

ストレスチェックを受ける方
が使用するツールです。

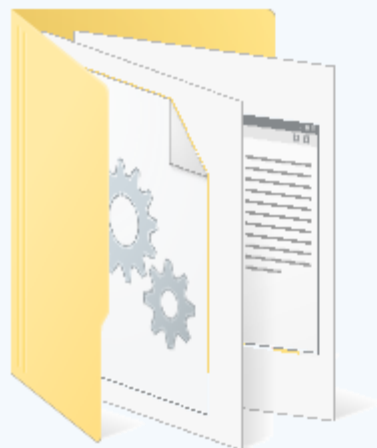
2 初期設定

- ① 実施管理者用管理ツールをダブルクリックし、ファイルを開きます。

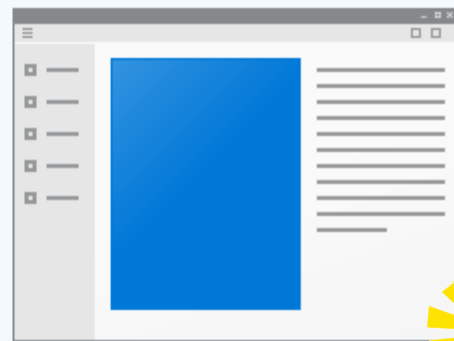


- ※ 必須のソフトウェアがインストールされていない場合、セットアップが起動します。
画面の指示に従いソフトウェアをインストールして下さい。
- ※ 必須のソフトウェアは複数あります。
- ※ セットアップが起動されない場合は、既にインストールされています。

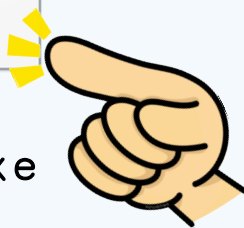
② 実施管理者用管理ツール.exeを実行します。



Main Program



実施管理者用管理ツール.exe



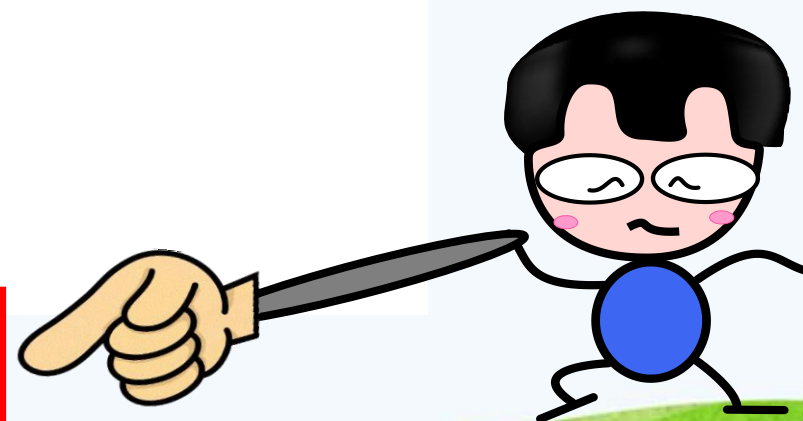
ダブルクリック

- ③ 実施管理者用管理ツールのログイン画面が表示されました。
ログインしましょう！



ログイン初期パスワードは stresscheck

初期パスワード
を入力するんだ



④ 設定画面が開きました。 システム設定をクリックしてください。



厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム Ver. 1.1

ストレスチェック実施前に設定します。

システム設定	・回答用アプリのサーバー上のディレクトリやストレス結果の出力先など設定を行います。設置時にご登録ください。
職場登録	・職場名の登録を行います。こちらで登録された職場名を受検者が選択できるようになります。設置時にご登録ください。
実施管理	・ストレスチェックの実施回と実施期間の登録・管理を行います。

ストレスチェック実施中または実施後に行います。

ストレスチェックデータ登録	・ストレスチェックのデータ登録・変更・削除を行います。
対象者一覧登録	・ストレスチェックの対象者の登録を行います。
受検者・未受検者一覧	・ストレスチェックの受検者と未受検者の一覧を表示します。
ストレス分析(個人)	・個人の分析とフィードバックを行います。
ストレス分析(職場)	・職場の分析とフィードバックを行います。
高ストレス者判定	・高ストレス者の判定とフィードバックを行います。高ストレス者の判定基準の編集を行います。
報告用データ	・労基署へ報告する情報を表示します。

⑤ 環境設定をクリックし、設定を行います。

環境設定

ログインパスワード変更

ファイルのパスワード変更

環境設定

ストレスチェック結果は個人情報を含んでいますので、セキュリティが確保された場所に保存するように設定してください。
出力先フォルダはアクセス権限やパスワードで保護された事業所内のサーバーのフォルダを指定します。

受検者回答用アプリのディレクトリ：

C:\Users\安全\Desktop\厚生労働省版ストレスチェック実施プログラム\受検者回答用アプリ



受検者回答用アプリが存在するフォルダを保存先に指定してください

ストレス結果の出力先フォルダ：

C:\Users\安全\Desktop



受検者情報の必須項目：

ストレスチェック受検者が回答用アプリに入力する項目のうち、必須とする項目を設定します。
氏名・フリガナ・生年月日・性別・職場名の項目はストレス分析に必須のため、変更できません。

氏名 フリガナ 生年月日 性別 職場名 社員ID メールアドレス 電話番号 内線番号

必須項目です

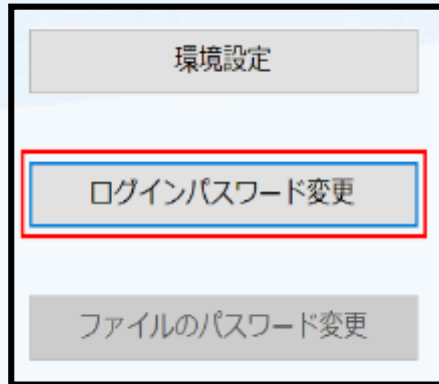
必要に応じ選択できます

設定完了後は
保存をクリック

システム設定に戻る

保存

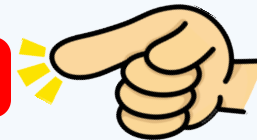
⑥ ログインパスワード変更をクリックし、パスワードを設定します。



ログインパスワード変更

実施者用管理ツールのログインパスワードを変更します。パスワードは6文字以上で設定して下さい。
パスワードを紛失するとログインできなくなります。ご注意ください。

ログインパスワード：



新しいパスワードを入力してください。

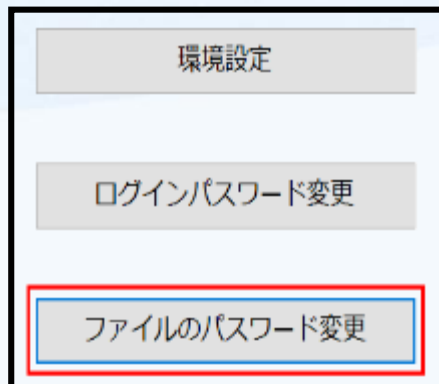
パスワードを表示する

変更

システム設定に戻る

設定完了後
クリック

⑦ ファイルのパスワード変更をクリックし、パスワードを設定します。



ファイルのパスワード変更

実施者用管理ツールのファイルのパスワードを変更します。パスワードは6文字以上で設定して下さい。

パスワードを紛失するとファイルが開けなくなります。ご注意ください。

ファイルのパスワード:



新しいパスワードを入力してください。

パスワードを表示する

変更

システム設定に戻る

設定完了後
クリック

システム設定

システムの環境設定、パスワードの変更を行います。

環境設定

ログインパスワード変更

ファイルのパスワード変更

MENUに戻る

お疲れ様でした！
システム設定は
完了だよ！

つづいて、職場名
や実施期間などを
登録していくよ。



⑧ 職場登録を行います。

ストレスチェック実施前に設定します。

システム設定

・回答用アプリのサーバー上のディレクトリやストレス結果の出力先など設定を行います。
設置時に登録ください。

職場登録

・職場登録を行います。こちらで登録された職場名を受検者選択できるようになります。設置時にご登録ください。

実施管理

・ストレスチェックの実施回と実施期間の登録・管理を行います。

ストレスチェック実施中または実施後に行います。

ストレスチェックデータ登録

・ストレスチェックのデータ登録・変更・削除を行います。

対象者一覧登録

・ストレスチェックの対象者の登録を行います。

受検者・未受検者一覧

・ストレスチェックの受検者と未受検者の一覧を表示します。

ストレス分析(個人)

・個人の分析とフィードバックを行います。

ストレス分析(職場)

・職場の分析とフィードバックを行います。

高ストレス者判定

・高ストレス者の判定とフィードバックを行います。
高ストレス者の判定基準の編集を行います。

報告用データ

・労基署へ報告する情報を表示します。

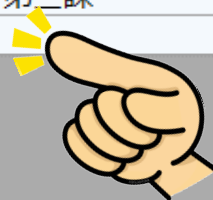
職場の登録

- ・複数の職場が無い場合でも、必ず1件は登録してください。
- ・職場コード・職場名は、任意の数字や記号でご登録ください。

注) ここで登録する職場名はストレス状況を職場ごとに集計するのに使われます。
このため、一つの職場で受験者数が10名以上確保されるよう設定する必要があります。

行削除

職場コード	職場名
0001	第一課
0002	第二課
0003	第三課
**	



任意の職場コードと
職場名を入力してく
ださい。

入力後、
保存をクリック



MENUに戻る

保存

⑨ ストレスチェック実施期間などを設定・登録します。

ストレスチェック実施前に設定します。

システム設定

・回答用アプリのサーバー上のディレクトリやストレス結果の出力先など設定を行います。
設置時にご登録ください。

職場登録

・職場名の登録を行います。こちらで登録された職場名を受検者が選択できるようになります。設置時にご登録ください。

実施管理

・ストレスチェックの実施回と実施期間の登録・管理を行います。



ストレスチェック実施中または実施後に行います。

ストレスチェックデータ登録

・ストレスチェックのデータ登録・変更・削除を行います。

対象者一覧登録

・ストレスチェックの対象者の登録を行います。

受検者・未受検者一覧

・ストレスチェックの受検者と未受検者の一覧を表示します。

ストレス分析(個人)

・個人の分析とフィードバックを行います。

ストレス分析(職場)

・職場の分析とフィードバックを行います。

高ストレス者判定


・高ストレス者の判定とフィードバックを行います。
高ストレス者の判定基準の編集を行います。

報告用データ

・労基署へ報告する情報を表示します。

実施管理

ストレスチェックの実施回と実施期間を設定します。実施状況が実施中のもののみ、受検者が入力できる実施回となります。
「新規実施を作成」を押すと、最新の実施回の次回数を実施回にセットし、
その他の情報は最新の実施回と同じものをセットします。

実施回： 回目  入力してください。

実施方法選択：


実施期間： ~

実施責任者： 役職：

実施状況： 実施中

実施回	実施方法	実施開始期間	実施終了期間	実施責任者	役職	実施状況

MENUに戻る

 入力後、
保存をクリック

受検者アプリが
使用できるまでの
設定が完了したよ！



受検者アプリをみんなに配布して、
GO→ストレスチェック！