**コロナ禍でのメンタルヘルスアンケートへのご協力のお願い[任意]**

取扱い責任者　〇〇〇〇〇〇

　日々、幾多の困難に直面しながらも奮闘されている皆さまに敬意を申し上げます。

この度、新型コロナウイルスパンデミックに関連する職員のメンタルヘルスケアの一環として、全日本民医連『セルフケアのための１０のヒント』を参考に作成したアンケートを実施させていただきます。

アンケートの提出は任意ですが、メンタルヘルスについての現状把握のため、できるだけご協力をお願いいたします。アンケート内容は、強いストレスを感じておられる方へのフォローアップに活かすため、記名をお願いいたします。また、〇〇〇での対策立案にも活用いたしますが、法人衛生管理者(産業医)により匿名化した上で共有いたしますので、安心してご回答ください。

アンケート〆切：　　　月　　日(　　)　　　時まで

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 氏名 |  | 事業所・部署 |  | 職種 |  |

**１．新型コロナウイルス関連のニュースをついつい毎日観てしまう**

[ ] そう思う　　　　　[ ] どちらでもない　　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**２．悪い情報ばかりに注目をしてしまう**

[ ] そう思う　　　　　[ ] どちらでもない　　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**３．マイナス志向に傾きがちである**

[ ] そう思う　　　　　[ ] どちらでもない　　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**４．日頃から新型コロナウイルスに感染しないか不安がある**

[ ] そう思う　　　　　[ ] どちらでもない　　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**５．偏見や風評被害に遭遇したことがある**

[ ] ある　　　　　[ ] 自分以外の人が遭遇していることを知っている　　　　[ ] ない

－回答の理由について教えてください－

**６．コロナ禍で体調の変化があり、現在も続いている**

[ ] そう思う　　　　[ ] どちらでもない　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**７．がんばっている自分や仲間、家族を褒めてあげたいと思う**

[ ] そう思う　　　　[ ] どちらでもない　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**８．外出自粛などでも、自分なりのストレス対処ができている**

[ ] そう思う　　　　[ ] どちらでもない　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**９．相談しやすい環境が整備されていると思う**

[ ] そう思う　　　　[ ] どちらでもない　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**１０．パンデミックが長期化している今だからこそ組織方針への団結、連帯と共同が肝要だと思う**

[ ] そう思う　　　　[ ] どちらでもない　　　[ ] 思わない

－回答の理由について教えてください－

**＊ありがとうございました。その他、ご意見や思うところがあれば、ご自由にお書きください。**