

元気ですか?あなたの「こころ」 こころの体温計で簡単にチェックできます

7月から「こころの体温計」のサービスが始まりました。
パソコンや携帯電話・スマートフォンからいくつかの質問に答えるだけで、ストレス度・落ち込み度など、本人や家族のこころの状態が簡単にチェックできます。判定後には、各相談先も掲載しています。
※自己判断をするもので、医学的判断をするようなものではありません。
※利用料は無料ですが、通信料は自己負担です。また、個人情報の入力は一切不要です。



健康推進課(☎0848-24-1962)

4つのモードでチェック

本人モード ストレス度・落ち込み度が分かります。

4択の質問に答えると、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。



LINEやチャットでの
SNS相談先も掲載中!

本人モードの相談先に掲載しています。

家族モード

あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。

赤ちゃんママモード

産後の不安な心の健康状態が分かります。

アルコールチェックモード

飲酒が心にどのような影響を与えているのかが分かります。

ストレス対処タイプテスト

あなたのストレス解消法はどのタイプ?

スマートフォンなどから簡単にチェック

スマートフォンアプリが無料でダウンロードできます

「こころの体温計」アプリは、Android搭載のスマートフォンでは、Google Playストアから、iPhoneは、App Storeから、無料でダウンロードできます。「こころの体温計」で検索してアプリをインストールして、スマートフォンやタブレットなどから、各モードを利用できます。



iPhone用QRコード▶



Android搭載の
スマートフォン用QRコード▶



個人情報の入力は
一切不要。
やってみよう!

携帯電話・パソコンからも利用できます

携帯電話やパソコンからでも、専用ホームページや市ホームページから利用できます。「尾道市 こころの体温計」で検索してアクセスしてください。

HP <https://fishbowlindex.jp/onomichi/>

専用
ホームページ
QRコード▶

