

こころ、大丈夫ですか？



こころの悩みや心配を“ひとりで抱えないでください”

こころの体温計 ためしてみませんか？

▼ パソコンはこちらからご利用いただけます。

<https://fishbowlindex.jp/komaki/>

携帯・スマホは
こちらから▶



本人モード

ストレス度・落ち込み度が分かります。



本人モード 結果画面 (例)

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？



※こころの体温計 ご利用にあたって

利用料は無料です。(通信料は、自己負担となります。) 個人情報の入力は一切不要です。

自己診断をするもので、医学的診断をするものではありません。

結果にかかわらず、心配なことが続くようでしたら、早めに専門家にご相談されることをおすすめします。

小牧市 地域福祉課
TEL 0568-76-1127