

簡単!ストレス・落ち込み度チェック!

俺って意外と〇〇なんだ!

暇つぶしにやってみたけど「へえ〜っ」て感じ

やばい!

俺って、結構疲れてるんだな...

ゲーム感覚で簡単チェック!

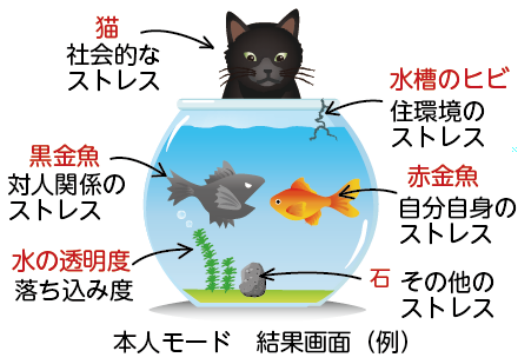
こころの体温計 **ためしてみませんか?**

<https://fishbowlindex.jp/pkyoto/> 携帯・スマホはこちらから ▶

カード表面

こころの体温計 簡単!こころの健康チェック!

“こころの体温計”とは、携帯電話・スマホ・パソコンで気軽に自己確認できるこころのチェックシステムです。



本人モード

ストレス度・落ち込み度が分かります。金魚鉢の中は、ご自身の心理的世界が表現されており、そこにはいろいろなキャラクターが登場します。

アルコールチェックモード

飲酒が心に与える影響とは?

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?

※ご利用に当たっての利用料は無料です。(通信料は自己負担となります。)



京都府健康福祉部福祉・援護課

電話075-414-4626

カード裏面