

カードおもて面

こころの体温計  Fish Bowl Index
【フィッシュボールインデックス】

あなたの心の体温は?
(ストレス、落ち込み度)

▼QRコード
こちらから携帯電話で
ご利用いただけます。



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

カードうら面

こころの体温計とは  Fish Bowl Index

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

※これは、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。
金魚鉢の中で泳いでいる赤金
魚がご自身です。金魚鉢の中は、
ご自分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。

キャラクター紹介

 【赤金魚】 自分の体や病気に 対するストレス	 【黒金魚】 対人関係のストレス	 【猫】 社会的なストレス
 【金魚鉢】 住宅環境のストレス	 【石】 その他のストレス	 【水の透明度】 おちこみ度

 公立学校共済組合
宮城支部

お問い合わせ
TEL 022-211-3675