

●●●医科大学 / ●●●●●学分野 (●● ●●様)

「(インドネシア語版) 職業性ストレス簡易セルフチェック」ウェブシステム開発 / 仕様草案

2021/03/17 (07p・08p を追加いたしました)

2021/03/20 (03p・04p・05p・06p・07p・08p に追記・修正いたしました)※追記・修正箇所はピンク字

2021/03/21 (03p)※追記・修正箇所はグリーン字



株式会社セット/名古屋オフィス

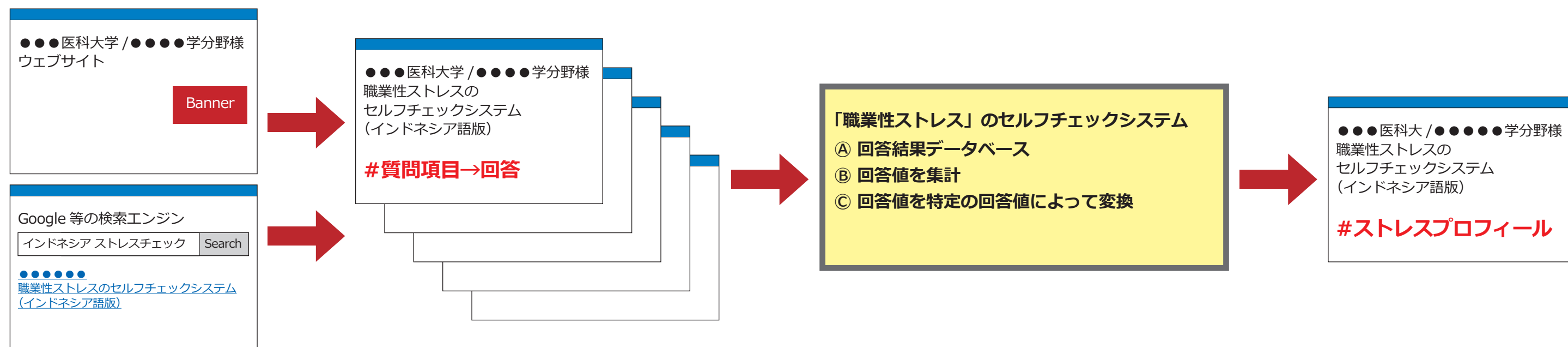
〒460-0012 愛知県名古屋市中区千代田1丁目15-14 Granmast鶴舞303

TEL・FAX:052-265-7793 Mail:office@set-inter.com

(1) 要件定義

主となる要件	●インターネット（ウェブサイト）で、日本国内に在住するインドネシア人の方（以後は「ユーザ」と記す）に、「職業性ストレス」のセルフチェックシステム（以後は「本システム」と記す）を提供する。 ●ユーザは、全 60 問の質問項目に回答（4 択）することで、その結果（以後は「ストレスプロフィール」と記す）を閲覧できる。 ●ストレスプロフィールは、集計のアルゴリズム（フィードバック .xls）によって解析された結果を表およびレーダーチャートで表示する。 ●ユーザの回答は、●●●医科大学 / ●●●●●学分野様に保管する。
付随する要件	●本システムは、●●●医科大学 / ●●●●●学分野様のウェブサーバで運用する。 ●本システムは、後日に運用するネット環境を移動する可能性がある。 ●本システムは、できる限り（サーバ依存を減らすために）フロントで開発する。 ●本システムは、PHP + データベース（もしくは csv ファイル）にて開発する。 ●本システムの動作環境（インターネットブラウザ）は、Google Chrome または Microsoft Edge に限定する。 ●本システムに表示するインドネシア語は、その和訳も含めて御学よりご配給いただく。 ●本システムの動作確認（テスト・検閲）は、御学よりご担当いただく。 ●本システムの瑕疵保証期間（無償での改修）は、リリース後 1 年間とする。

(2) 画面フロー・システムフロー



(3) 質問項目→回答画面

Quesioner sederhana tentang stres bekerja

Jangan berkonsultasi dengan orang lain untuk menjablah sebagaimana yang anda rasakan.
Jawablah semaura pertanyaan. Pilih satu saja jawaban yang paling tegat untak satiap untak setiap pertanyaan.
Lamber cek tingtak sters indi dibaca oleah mesin.
Langan mengotaroikertas.

Quesioner sederhana tentang stres bekerja

Kerjasama Penelitian Silakan

● Jenis kelamin

☐ Laki-laki ☐ Perempuan

● Umur

☐ <19 ☐ 20~29 ☐ 30~39 ☐ 40~49 ☐ ≥50

● Peserta pelatihan teknis magang

☐ Ya ☐ Tidak

Quesioner sederhana tentang stres bekerja

A. Pertanyaan tentang pekerjaan Anda. Berilah tanda ☐ hal yang paling benar

● Harus melakukan banyak pekerjaan

☐ 1.Ya Benar ☐ 2.Hampir Benar

● Hal ini tidak dapat menangani pekerjaan dalam waktu

☐ 1.Ya Benar ☐ 2.Hampir Benar

● Bekerja dengan bersungguh sungguh

☐ 1.Ya Benar ☐ 2.Hampir Benar

● Pentingnya untuk memperhatikan peringatan

☐ 1.Ya Benar ☐ 2.Hampir Benar

● Pekerjaan yang sulit yang membutuhkan pengetahuan

☐ 1.Ya Benar ☐ 2.Hampir Benar

● Harus selalu berpikir tentang pekerjaan selama jam

Quesioner sederhana tentang stres bekerja

B. Pertanvaan mengenai kondisi Anda selama bulan terakhir. Berilah tanda eek ☐ oada iawaban vanq oaling sesuai.

● Semangat sekali

☐ 1.Hampir Tiidak ada ☐ 2.Kadang- kadang ada

● Sehat jasmani

☐ 1.Hampir Tiidak ada ☐ 2.Kadang- kadang ada

● Bersemangat

☐ 1.Hampir Tiidak ada ☐ 2.Kadang- kadang ada

● Mudah marah

☐ 1.Hampir Tiidak ada ☐ 2.Kadang- kadang ada

● Jengkel

☐ 1.Hampir Tiidak ada ☐ 2.Kadang- kadang ada

● Perasaan gelisah/ Kesal

Quesioner sederhana tentang stres bekerja

C. Kami bertanya tentang orang-orang di sekitar Anda. Berilah tanda dengan ☐ hal yang paling benar.

● Seberapa bebas anda dapat berbicara dengan orang lain?

(1) Atasan / Bos

☐ 1.Sangat ☐ 2.Cukup ☐ 3.Agak ☐ 4.Tidak

(2) Rekan-rekan di tempat kerja

☐ 1.Sangat ☐ 2.Cukup ☐ 3.Agak ☐ 4.Tidak

(3) Pasangan, keluarga, teman, dll

☐ 1.Sangat ☐ 2.Cukup ☐ 3.Agak ☐ 4.Tidak

● Pada saat kamu mengalami kesusahan, Seberapa besar kamu membutuhkan orang lain ?

(1) Atasan / Bos

☐ 1.Sangat ☐ 2.Cukup ☐ 3.Agak ☐ 4.Tidak

(2) Rekan-rekan di tempat kerja

☐ 1.Sangat ☐ 2.Cukup ☐ 3.Agak ☐ 4.Tidak

(3) Pasangan, keluarga, teman, dll

〈sex〉 Jenis kelamin (性別)

Laki-laki=1 Perempuan=2

〈id〉「Jenis kelamin」を選択した時点で、ユーザ ID を自動付番 (yyyyymmddhhssmm)

〈age〉 Umur (年代)

<19=19 20 ~ 29=20 30 ~ 39=30 40 ~ 49=40 ≥50=50

〈apprentice〉 Peserta pelatihan teknis magang (見習い技術トレーニング参加者)

ya=1 Tidak=2

(2021/03/20 加筆)

全ての回答は必須指定

未回答があれば、次画面に遷移することはできず、エラーアラートを表示

エラーアラート用の「回答は全項必須となっています。」という意味のインドネシア語訳は
先様から配給→Ada jawaban yang belum terjawab

前画面に戻れない仕様

但し、インターネットブラウザを使用すれば前画面に戻れてしまう

その際は戻った画面に入力したデータは消去されてしまう

「次画面に進む」ボタンの右に、「この画面に戻ると入力されたデータは消去されます。」というアナウンスを挿入

アナウンスのインドネシア語訳は先様から配給

→Saat Anda kembali ke layar ini, data yang dimasukkan akan dihapus.

インドネシア語訳データの改訂版を受給

(セット様 ②インドネシア語入力画面修正依頼 20200318.docx)

各質問項目に value 属性

A. Pertanyaan tentang pekerjaan... 以下の質問項目

〈a1〉 ~ 〈a17〉

1.Ya Benar=1 2.Hampir Benar=2
3.Sedikit salah=3 4.Salah=4

B. Pertanvaan mengenai kondisi Anda... 以下の質問項目

〈b1〉 ~ 〈b17〉

1.Hampir Tiidak ada=1 2.Kadang- kadang ada=2
3.Sering ada=3 4.Hampir selalu ada=4

C. Kami bertanya tentang orang-orang... 以下の質問項目

〈c1〉 ~ 〈c17〉

1.Sangat=1 2.Cukup=2 3.Agak 4.Tidak=4

D. Tentang Kepuasan... 以下の質問項目

〈d1〉 ~ 〈d17〉

1.Puas=1 2.Sedikit Puas=2 3.Sedikit tidak puas=3 4.Tidak puas=4

(4) システム開発 ④ 回答結果データベース

id	sex	age	apprentice	a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	b1	b2	b3	b4	c1	c2	c3	c4	d1	d2
20210309221541	1	20	2	2	4	2	2	1	2	2	3	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	
20210309155221	1	30	1	1	3	1	1	2	4	1	2	4	1	4	3	1	2	1	1	3	1	1	1	
20210309154223	2	19	1	2	1	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	4	4	2	2	2	4	2	2	
20210308092530	1	30	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	
20210307231523	2	50	1	4	1	1	4	1	1	3	3	1	3	2	1	3	1	4	1	1	3	1	1	

各質問に対しての value 値を「回答結果データベース」に保管

(2021/03/20 加筆)
先様から本システムの回答データの配給要請があれば、当該データを FTP でダウンロードし、CSV ファイルの状態で配給

(4) システム開発 ⑧ 回答値を集計 +⑨ 回答値を特定の回答値によって変換

▼集計項目	▼集計公式	▼粗点換算に準じて変換	1（高）	2	3	4	5（低）
【ストレスの原因と考えられる因子】							
心理的な仕事の負担（量）	15－(a1+a2+a3)	〈sex〉が1の場合→	12	10～11	8～9	6～7	5以下
		〈sex〉が2の場合→	12	10～11	7～9	5～6	4以下
心理的な仕事の負担（質）	15－(a4+a5+a6)	〈sex〉が1の場合→	12	10～11	8～9	6～7	5以下
		〈sex〉が2の場合→	11以上	9～10	7～8	5～6	4以下
自覚的な身体的負担度	5－a7		4	3	2	1	
職場の対人関係でのストレス	10－(a12+a13)+a14		10以上	8～9	6～7	4～5	3
職場環境によるストレス	5－a15	〈sex〉が1の場合→	4	3	2	1	
		〈sex〉が2の場合→	4	3	2		1
仕事のコントロール度	15－(a8+a9+a10)	〈sex〉が1の場合→	11以上	9～10	7～8	5～6	4以下
		〈sex〉が2の場合→	11以上	9～10	6～8	4～5	3
技能の活用度	a11		1	2	3	4	
仕事の適性度	5－a16		1	2	3		4
働きがい	5－a17		1	2	3		4
【ストレスによっておこる心身の反応】							
活気	b1+b2+b3		3	4～5	6～7	8～9	10以上
イライラ感	b4+b5+b6	〈sex〉が1の場合→	10以上	8～9	6～7	4～5	3
		〈sex〉が2の場合→	11以上	9～10	6～8	4～5	3
疲労感	b7+b8+b9	〈sex〉が1の場合→	11以上	8～10	5～7	4	3
		〈sex〉が2の場合→	12	9～11	6～8	4～5	3
不安感	b10+b11+b12	〈sex〉が1の場合→	10以上	8～9	5～7	4	3
		〈sex〉が2の場合→	11以上	8～10	5～7	4	3
抑うつ感	b13+b14+b15+b16+b17+b18	〈sex〉が1の場合→	17以上	13～16	9～12	7～8	6
		〈sex〉が2の場合→	18以上	13～17	9～12	7～8	6
身体愁訴	b19+b20+b21+b22+b23+b24+b25+b26+b27+b28+b29	〈sex〉が1の場合→	27以上	22～26	16～21	12～15	11
		〈sex〉が2の場合→	30以上	24～29	18～23	14～17	11～13
【ストレス反応に影響を与える他の因子】							
上司からのサポート	15－(c1+c4+c7)	〈sex〉が1の場合→	4以下	5～6	7～8	9～10	11以上
		〈sex〉が2の場合→	3	4～5	6～7	8～10	11以上
同僚からのサポート	15－(c2+c5+c8)		5以下	6～7	8～9	10～11	12
家族・友人からのサポート	15－(c3+c6+c9)		6以下	7～8	9	10～11	12
仕事や生活の満足度	10－(d1+d2)		3以下	4	5～6	7	8

←修正（2021/03/20）

←修正（2021/03/20）

上記表の「各集計項目」毎に「集計公式」で、集計値を算出した後に、「粗点換算に準じて変換」し、1～5を査定する。

▶その査定結果から次ページの「ストレスプロフィール」の表・レーダーチャート・コメントを掲出する。

(5) 解析結果を表およびレーダーチャートで表示（ストレスプロフィール）

+

←

→

↺

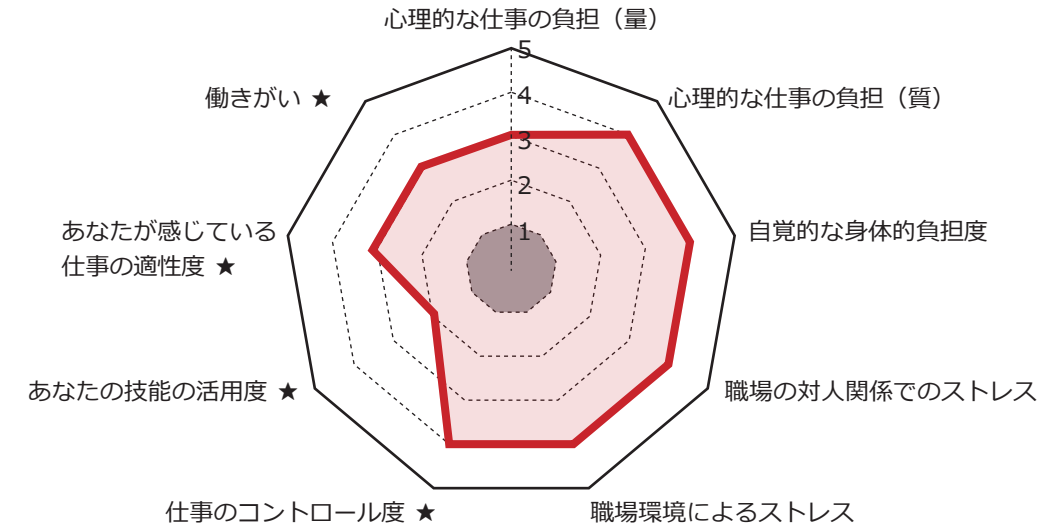
☆

⋮

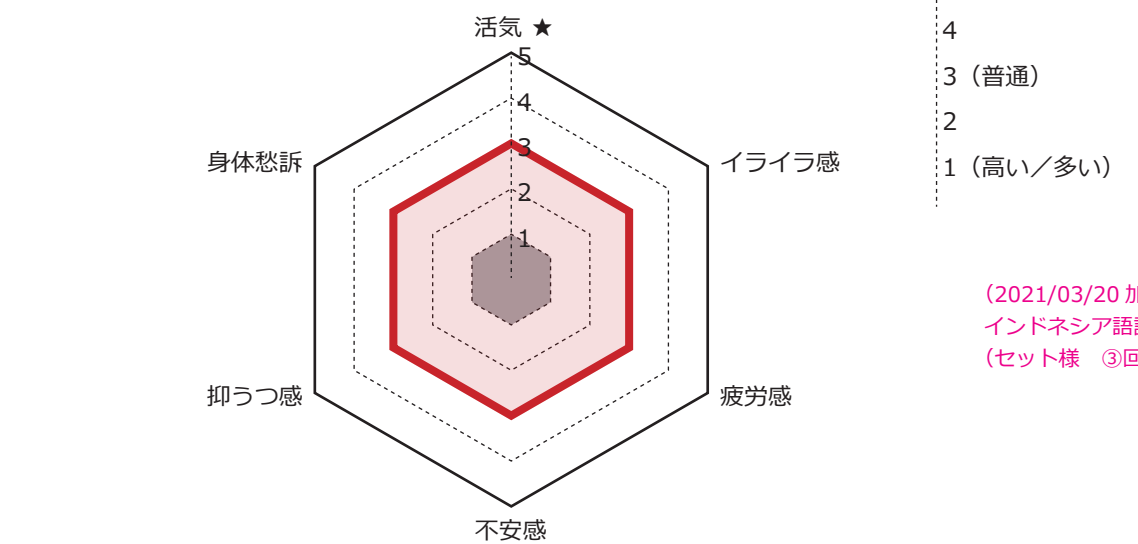
あなたのストレスプロフィール（職業性ストレス簡易セルフチェック）

	低い ／少ない	やや低い ／少ない	普通	やや高い ／多い	高い ／多い
【ストレスの原因と考えられる因子】					
心理的な仕事の負担（量）			●		
心理的な仕事の負担（質）				●	
自覚的な身体的負担度				●	
職場の対人関係でのストレス				●	
職場環境によるストレス				●	
仕事のコントロール度 ★				●	
あなたの技能の活用度 ★		●			
あなたが感じている仕事の適性度 ★			●		
働きがい ★			●		
【ストレスによっておこる心身の反応】					
活気 ★			●		
イライラ感			●		
疲労感			●		
不安感			●		
抑うつ感			●		
身体愁訴			●		
【ストレス反応に影響を与える他の因子】					
上司からのサポート ★				●	
同僚からのサポート ★			●		
家族や友人からのサポート ★			●		
仕事や生活の満足度 ★			●		

【ストレスの原因と考えられる因子】



【ストレスによっておこる心身の反応】



【ストレス反応に影響を与える他の因子】

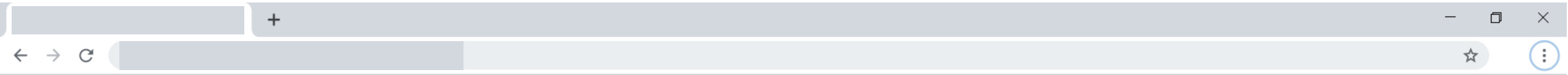
PHP プログラムで査定した値に基づき、レーダーチャートを自動生成する。

PHP プログラムで査定した値に基づき、コメントを選択し、掲載する。

PHP プログラムで査定した値に基づき、上記表に「●」を表示する。

(2021/03/20 加筆)
インドネシア語訳データの改訂版を受給
(セット様 ③回答終了後 結果までの画面のインドネシア語 .docx)

(7) コメント表示（ストレスプロフィール）



あなたのストレスプロフィール（職業性ストレス簡易セルフチェック）

ご回答いただいたストレス調査票の結果から、“あなたのストレスプロフィール”を作成しました。
このプロフィールから、あなたのストレスの状態をおおよそ把握していただくことが出来ると思います。
結果をごらんいただき、ご自分の心の健康管理にお役立てください。
詳しいストレス度や、それに伴うこころの問題については、この結果のみで判断することはできません。ご心配な方は専門家にご相談下さい。

(2021/03/20 加筆)
インドネシア語訳データの改訂版を受給
(セット様 ③回答終了後 結果までの画面のインドネシア語 .docx)

コメント④→

あなたのストレス反応の状態は普通より少し高めでした。

しかし、仕事上でのストレスの原因となる因子については問題はみられませんでした。

アカ字がコメント⑥→ ストレス状態が続くと、心や身体がストレスの原因に対して反応し、その結果として、気分が落ち込む、イライラ感がつる、疲れる、元気がないといった症状があらわれます。このような症状や気分だけでなく、からだの不調としてあらわれることもあります。

アカ字がコメント⑦→ あなたの場合、活気が低く、イライラ感・疲労感・不安感・抑うつ感が高く、また、身体愁訴が多いようです。

アカ字がコメント⑧→ あなたの仕事でのストレスの原因となりうる因子では、仕事の量的負担、質的負担、身体的負担度、対人関係でのストレスが高く、仕事のコントロール度が低いようでした。

アカ字がコメント⑨→ ご自分にとってのストレスの原因となるものとその程度を把握し、それに可能な対処をしていくことで、心や体に大きなストレスがかかるのを未然に防ぐことが可能です。仕事の量が多い、仕事の質がキビシイと考えている人は、もう一度自分の仕事量を見直し、上司、同僚と仕事内容について相談することをお勧めします。周囲の人に協力を仰ぐ事により、事態が解決するかもしれません。仕事のコントロール度は、自分で仕事の予定や手順を決めることができない時、「仕事のコントロール度」が低くなります。例えば、周囲のスピードや上司の予定に合わせて仕事をするとか、急な仕事の変更がよく起こるために予定が立てられない状況などです。
仕事のやり方をうまくして負担量を軽減することができないか、仕事の進め方を自分で決定できる部分がもっとないか、を考えてみて下さい。
それが無理な場合は、仕事からストレスを多く受けていることを自覚して、勤務時間外や休日はなるべく仕事を持ち帰らず、リフレッシュに努めましょう。

↑修正（2021/03/20）

05p の査定結果の一部を CSV ファイルに保管

id	心理的な仕事の負担（量） A	心理的な仕事の負担（質） B	自覚的な身体的負担度 C	職場の対人関係でのストレス D	仕事のコントロール度 E	活気 F	イライラ感 G	疲労感 H	不安感 I	抑うつ感 J	身体愁訴 K	A～Eが 1=1 その他 =0 L	Lの合計 M	F～Kが 1=1 その他 =0 N	Lの合計 O	Mが 0=「－」 その他 = 「＋」 P	Oが 0=「－」 その他 = 「＋」 Q	PとQ R	
20210309221541	1	2	1	3	1	2	3	4	5	2	1	10101	3	000001	1	＋	＋	＋＋	
20210309155221	3	1	1	2	5	1	5	3	1	1	2	01100	2	100110	3	＋	＋	＋＋	
20210309154223	2	1	2	1	2	3	2	1	3	5	4	01010	2	001000	1	＋	＋	＋＋	
20210308092530	5	2	5	2	5	3	3	2	2	4	1	00000	0	000001	1	－	＋	－＋	
20210307231523	5	1	3	1	1	3	3	5	4	2	2	01011	3	000000	0	＋	－	＋－	

コメントⒶ Rが「－－」→1、「＋－」→2、「－＋」→3、「＋＋」→4（コピー結果説明用 DATA.xls>「ストレス状況」を参照）

コメントⒷ Rが「－－」→1、「＋－」→2、「－＋」→3、「＋＋」→4（コピー結果説明用 DATA.xls>「説明 1」を参照）

コメントⒸ Nの値（コピー結果説明用 DATA.xls>「ストレス反応」を参照） ←修正（2021/03/20）

コメントⒹ Lの値（コピー結果説明用 DATA.xls>「ストレス反応」を参照） ←修正（2021/03/20）

コメントⒺ Rが「－－」→1、「＋－」→2、「－＋」→3、「＋＋」→4

上記に基づき、先様配給の「コピー結果説明用 DATA.xls」からコメントを選定し、07pの通りに掲出する