

Dr.コンタクトシステム®

ストレスチェック従業員マニュアル

過去に受検したことがある方へ

このマニュアルは、平成医会「Dr.コンタクトシステム」にて過去にストレスチェックを受検したことがある方へのご案内です。



医療法人社団 平成医会

ストレスチェック受検前に

過去にストレスチェックを受検をしたことがある方で、以前と同じメールアドレスを使用する場合は、改めてサインアップ、メールアドレス・パスワードの登録を行う必要はありません。

Dr. コンタクトシステムより発信するメールアドレスについて

Dr. コンタクトシステムからご案内メールをお送りします。
メール受信制限をされている場合は、下記ドメインからのメールが受信できるように設定をお願いします。

ドメイン名 : **@contactsystem.jp**

その他お問い合わせについては、企業担当者又は下記までご連絡ください。

ストレスチェック相談窓口 : **03-3868-0106**
受付時間 : 9:30~17:30 (土日祝日・当会指定休業日を除く)

ストレスチェック専用URL : <https://heisei-ikai.or.jp/scsupport/index.html>



システムからのメール配信

ストレスチェック受検開始日に下記のメールが配信されます。

タイトル：
「【ストレスチェック】受検開始のご案内」

●●（本名）様
（企業名）

ストレスチェック受検の準備が整いました。
以下のURLからログインし、ストレスチェックを受検してください。
受検しない方もログインし、「受検を辞退する」を選択してください。

<https://contactsystem.jp/login>

医療法人社団 平成医会
Dr. コンタクトシステム

従業員画面（ログイン画面）

受検用(ログイン)URL **https://contactsystem.jp/login**

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System
従業員ログイン画面/Employee Login Screen
[マニュアル](#)・[FAQ（よくある質問）](#)

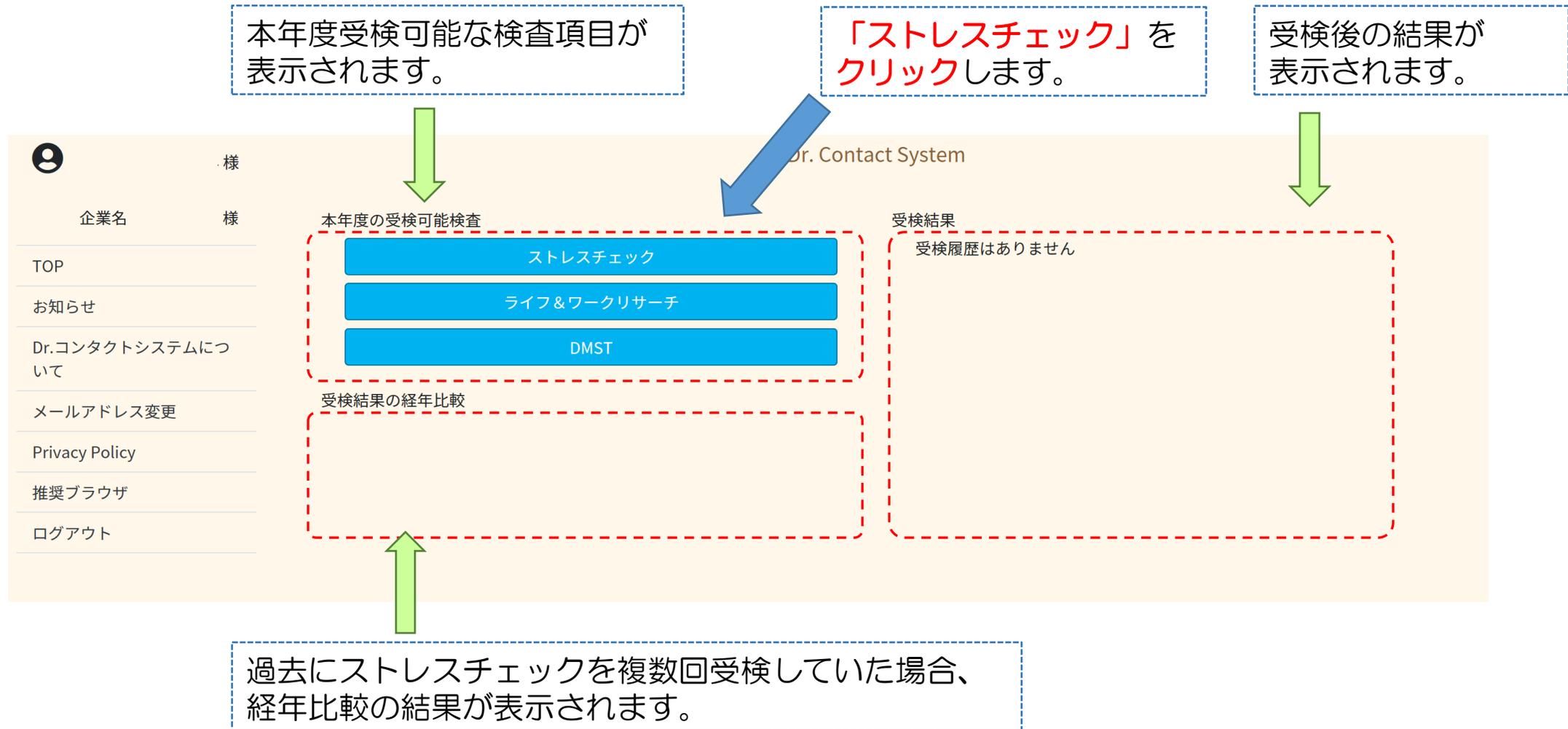
メールアドレスを 利用する方	メールアドレスを 利用しない方
Eメール <input type="text"/>	
パスワード <input type="password"/>	
日本語 <input type="button" value="v"/>	<input type="button" value="Log in"/>

[パスワードを忘れた方](#)
[メールアドレスを忘れた方](#)

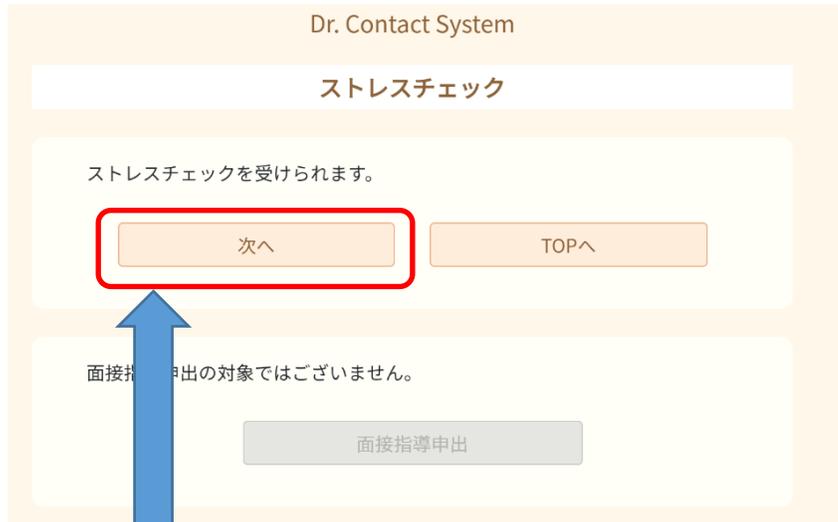
登録しているメールアドレス、
パスワード（半角英数8文字以上）を入力してログインしてください。
※ログイン後の受験開始画面は次ページへ

パスワードを忘れた方・メールアドレスが不明な方は、こちらをクリック
してください。
※「パスワードを忘れた方」は14～17ページを、
「メールアドレスが不明な場合」は18～19ページを、
ご参照ください。
※メールアドレスの変更は、ログイン後に実施可能です。
（20～23ページ参照）

従業員画面（受検メニュー画面）



従業員画面 ①



「次へ」を
クリックします。

Dr. Contact System

ストレスチェック

① ストレスチェックを受検する上での周知事項

- ① ストレスチェックは、従業員自身によるストレスの気付き及び対処の支援並びに職場環境の改善を通じ、メンタルヘルス不調の未然防止を図る一次予防を目的としており、メンタル不調者の発見が一義的な目的ではありません。
- ② 安心してストレスチェックを受けることができる環境を整えるため、プライバシーの保護及び不利益取扱禁止の体制を整えています。
- ③ 従業員個人のストレスチェックの結果は、従業員の同意がない限り、事業主への開示はいたしません。
- ④ 従業員は「現在メンタル不調で加療中」など特別な事情がある場合はストレスチェックを受けないことを選択することができます。
- ⑤ ストレスチェックの実施者である「医療法人社団平成医会」は、従業員個人のストレスチェックの結果を把握し、面接指導の勧奨を行うことがあります。
- ⑥ ストレスチェック実施の結果に基づき、10名以上の集団については、集団的分析を行い、職場ごとのストレス状態の把握と職場環境改善に利用します。なお、10名未満の場合も対象者全員の同意が得られれば、集団分析を行うことができます。
- ⑦ これらの受検情報は、個人が特定されない形式で利用させていただきます。

② 次へ

①よくお読みください。

②「次へ」をクリックします。

従業員画面 ②

Dr. Contact System

ストレスチェック

① ストレスチェック調査の実施における個人情報の保護について

ストレスチェックサービスにおいては、ストレスチェック調査結果を以下のように取扱います。下記の内容をご確認いただき、同意の上、ストレスチェック調査票にご記入してください。

ストレスチェック調査の目的

このストレスチェック調査は、労働安全衛生法第66条の10に基づき実施します。

ストレスチェック調査は、労働者のストレスの程度を把握してストレスへの気付きを促すとともに、職場改善につなげ、働きやすい職場づくりを進めることによって、労働者がメンタルヘルス不調となることを未然に防止すること主な目的として行われます。

個人情報の第三者提供について

ストレスチェック調査の結果は、労働安全衛生法によりあなたの同意を得ることなく事業者及び第三者に提供されることはありません。なお、産業保健の向上を目指した学術研究を目的に、個人が識別できないよう匿名化したデータを利用することがあります。

個人情報の委託について

ストレスチェック調査を実施するにあたり一部を外部委託する場合は、個人情報の適切な管理についての契約を定めた事業者に業務を委託し、委託先に対して厳正な評価を行なったうえで適正な監督を行います。

個人情報に関する権利について

当会で管理する個人情報については、ご本人による開示請求・訂正・削除・利用停止を求めることが可能です。個人情報相談窓口までご相談ください。

医療法人社団 平成医会
個人情報保護管理者：菅谷友紀
個人情報相談窓口：03-6256-0517

② 次へ

①よくお読みください。

②「次へ」をクリックします。

従業員画面 ③

Dr. Contact System

ストレスチェック

① ストレスチェックを受検するかどうかを決めましょう

ストレスチェックは、メンタル不調で通院中など「特別な事情」がある場合を除いて、ご自身のストレス状況を把握するために、全ての従業員の受検をお勧めしています。是非、この機会にストレスチェックの受検をお願いいたします。

受検する場合は、「受検する」ボタンを選択しましょう。
受検しない場合は、「受検を辞退する」ボタンを選択しましょう。

受検しないからといって、職場での不利益な取扱いが発生することはありません。

② 受検する ③ 受検を辞退する

①よくお読みください。

②受検画面へ進む場合、
「受検する」をクリックします。

③受検しない場合、
「受検を辞退する」をクリック
します。（13ページへ。）

従業員画面 ④

Dr. Contact System

ストレスチェック

① ストレスチェックを受ける上での注意点

- ストレスチェックの質問は、全部で57問あり、全てを回答するには、10分~20分程度かかります。
- 必ずご自身の状態について誠実に回答し、設問は最後までご回答くださいますようお願いいたします。
- メールアドレス利用の場合：
ストレスチェックの結果が出ましたら、登録されたメールアドレスにご連絡いたします。
メールが届きましたら、再度ログインの上、結果をご確認ください。
- ログインID利用の場合：
受検から1週間後を目途に再度ログインして、結果をご確認ください。
- また、結果が出ましたら、集団分析を実施させていただきます。これらの情報は、個人が特定されない形式で利用させていただきます。

② Dr.コンタクトシステムでは、以下のブラウザを推奨しております。 推奨ブラウザ以外をお使いの場合、操作できなくなる場合があります。

Windows	macOS	Android	iOS
Edge (最新版)	Safari (最新版)	Chrome (最新版)	Safari (最新版)
Chrome (最新版)	Chrome (最新版)		
Firefox (最新版)	Firefox (最新版)		

③

開始

①よくお読みください。

②推奨ブラウザのご案内です。

③「開始」をクリックします。

従業員画面 ⑤

Dr. Contact System

ストレスチェック

【受検者の最終確認】

① これより **〇〇〇〇** 様の受検を開始します。

ご本人確認のため生年月日を入力してください。

生年月日 (例: 1980/01/01)

② 2020/07/14

③ 承諾してテストを開始する

※表示された氏名が異なる場合はこちらよりログアウトし、
ご自分の Email Address と Password で再度ログインしてください。

ログアウト

- ①受検者本人の「氏名」が表記されているか確認します。
- ②生年月日を入力してください。
(プルダウン表示)
- ③「承諾してテストを開始する」をクリックします。

従業員画面 ⑥

Dr. Contact System

(ストレスチェック 1/14 頁)

質問

A. あなたの仕事について伺います。

①

1. 非常にたくさんの仕事をしなければならない

そうだ まあそうだ ややちがう ちがう

2. 時間内に仕事が処理しきれない

そうだ まあそうだ ややちがう ちがう

3. 一生懸命働かなければならない

そうだ まあそうだ ややちがう ちがう

4. かなり注意を集中する必要がある

そうだ まあそうだ ややちがう ちがう

5. 高度の知識や技術が必要なむずかしい仕事だ

そうだ まあそうだ ややちがう ちがう

② 次へ

①質問が始まります。
それぞれの質問へ回答します。
(選択肢のボタンをクリックし、進みます。)

すべて答え終わったら、
②「次へ」をクリックします。

従業員画面 ⑦

Dr. Contact System

① お疲れ様でした。これでストレスチェックは終了です。
結果は1週間以内に承認されます。

- メールアドレス利用の場合：
登録されたメールアドレス宛に、ご連絡のメールが届きます。
再度ログインして、結果をご確認ください。
- ログインID利用の場合：
受検から1週間後を目途に再度ログインして、結果をご確認ください。

② [TOPへ](#)

①よくお読みください。

②「TOPへ」をクリック
します。TOP画面へ進み、
ログアウトします。

従業員画面（非受検者ページ）

Dr. Contact System

お疲れ様でした。
あなたはストレスチェックの受検を辞退するということを選択されました。
受検を辞退したからといって、職場での不利益な取扱いが発生することはありません。

TOPへ

再度受検する

受検を辞退された方がこのボタンを押すと
ストレスチェックの受検が可能になります。

TOP

お知らせ

Dr.コンタクトシステムについて

メールアドレス変更

Privacy Policy

推奨ブラウザ

相談窓口、実施体制、及び個人情報に関する窓口

ログアウト

こちらをクリックし、
ログアウトします。

パスワードを忘れた場合①

パスワードが不明の場合は、Dr. Contactシステムから、パスワードをリセット（再設定）するためのURLを、登録されたメールアドレスに送信します。

平成医会/Heiseikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen

[マニュアル・FAQ（よくある質問）](#)

メールアドレスを利用する方	メールアドレスを利用しない方
Eメール <input type="text"/>	
パスワード <input type="text"/>	
日本語 <input type="button" value="v"/>	<input type="button" value="Log in"/>

[パスワードを忘れた方](#)
[メールアドレスを忘れた方](#)



平成医会/Heiseikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen

[マニュアル・FAQ（よくある質問）](#)

パスワードをリセットするためのURLをお送りします。
登録しているEメールアドレスを入力してください。

Eメール

[戻る](#)

メールアドレスを入力します。

「送信」をクリックします。

パスワードを忘れた場合②

Dr. コンタクトシステムより下記メールが配信されます。

タイトル：
「パスワードリセット及び紙受検からWEB受検へ変更の方へ」

〇〇〇〇様

医療法人社団平成医会 Dr.コンタクトシステムよりご連絡いたします。

下記のリンクをクリックし、パスワードを設定してください。

[https://contactsystem.jp/password_resets/ . . .](https://contactsystem.jp/password_resets/)

なお、このメールに覚えの無い場合は、システムサポートセンター (support@contactsystem.jp) にご連絡ください。

医療法人社団 平成医会
Dr.コンタクトシステム

メールに記載のURL
をクリックします。

パスワードを忘れた場合③

■パスワードのリセット（再設定）画面

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen

パスワードをリセットします
新しいパスワードを入力してください。

パスワード

パスワード確認

リセット

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen

パスワードをリセットします
新しいパスワードを入力してください。

パスワード

パスワード確認

リセット

新しいパスワードを
設定してください。
（半角英数8文字以上）

「リセット」（再設定）
をクリックします。

パスワードを忘れた場合④

■リセット（再設定）後のログイン画面

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen
[マニュアル・FAQ（よくある質問）](#)

メールアドレスを利用する方 **メールアドレスを利用しない方**

Eメール

パスワード

日本語

[パスワードを忘れた方](#)
[メールアドレスを忘れた方](#)

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen
[マニュアル・FAQ（よくある質問）](#)

メールアドレスを利用する方 **メールアドレスを利用しない方**

Eメール

パスワード

日本語

[パスワードを忘れた方](#)
[メールアドレスを忘れた方](#)

新しいパスワードで
ログインができます。

メールアドレスが不明な場合①

過去にストレスチェック受検時に使用した(登録した)メールアドレスが不明の場合は、Dr. コンタクトシステムのログイン画面から、メールアドレスの照会依頼をしてください。現在ご登録中のメールアドレスを**翌営業日**までにご連絡します。

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System

従業員ログイン画面/Employee Login Screen
マニュアル・FAQ (よくある質問)

メールアドレスを利用する方 メールアドレスを利用しない方

Eメール
パスワード

日本語 Log in

パスワードを忘れた方
メールアドレスを忘れた方

従業員ログイン画面/Employee Login Screen
マニュアル・FAQ (よくある質問)

【メールアドレス照会申込み】
ご登録済みのメールアドレスがわからない方は、以下のフォームに必要事項をご記入の上、送信してください。

① 企業名
② 従業員氏名
③ 従業員番号
④ 生年月日 (例: 1980年 1月 1日)
⑤ 連絡先メールアドレス (半角)
⑥ 日中連絡が取れる電話番号 (例: 000-0000-0000)

送信
戻る

- 下記①～⑥を入力します。
 - ①企業名
 - ②従業員氏名
 - ③従業員番号
 - ④生年月日 (プルダウン表示)
 - ⑤連絡先メールアドレス
 - ⑥日中連絡が取れる電話番号
- 「送信」をクリックし、問合せが完了します。(翌営業日中にご連絡します。)

■ご不明な点がある場合、下記のいずれかの方法でご連絡ください。

- ①ストレスチェック専用URL (<https://heisei-ikai.or.jp/scsupport/index.html>) から、お問い合わせ項目「メールアドレスの照会」を選択し、必須事項を送信してください。
- ②ストレスチェック専用ダイヤル (03-3868-0106) までご連絡ください。

メールアドレスが不明な場合②

Dr. コンタクトシステムより下記メールが配信されます。

タイトル:

「【ストレスチェック・DMST・ライフ&ワークリサーチ】
ご登録されているメールアドレスのご連絡」

企業名
従業員氏名 様

医療法人社団平成医会 Dr.コンタクトシステムよりご連絡いたします。
お問合せいただきましたDr.コンタクトシステムにご登録されているメールアドレスは
×××@○○○○です。
下記のURLよりログインして下さい。

<https://contactsystem.jp/login>

← メールに記載のURLをクリックし、
ログインします。

メールアドレスの変更①

登録済みのメールアドレスの変更をご希望の場合は、Dr.コンタクトシステムにログイン後の画面から、ご自身でメールアドレスの変更ができます。

■ログイン後のメニュー画面

Dr. Contact System

様

企業名: 様

TOP

お知らせ

Dr.コンタクトシステムについて

メールアドレス変更

Privacy Policy

推奨ブラウザ

ログアウト



■メールアドレス変更画面

Dr. Contact System

メールアドレス変更

現在使用しているメールアドレスを、新しく登録するメールアドレスに変更します。
新しく登録するメールアドレスとログインパスワードを入力し、内容確認ボタンを押してください。

新しいメールアドレス

①

新しいメールアドレス (確認用)

②

現在のログインパスワード

③

内容確認 TOPへ



- 下記①～③を入力します。
 - ①新しいメールアドレス
 - ②新しいメールアドレス (確認用)
 - ③現在のログインパスワード
- 「内容確認」をクリックし、進みます。

メールアドレスの変更②

■メールアドレス変更 内容確認画面

メールアドレス変更

① 新しく登録するメールアドレスをご確認ください。
内容にお間違えなければ送信ボタンを押してください。確認メールをお送りします。
※送信ボタンを押すとログアウトします。
※確認メールの登録確認URLにアクセスして、新しいメールアドレスでログインしてください。

② 新しく登録するメールアドレス
[入力欄]

③ [送信] [戻る]

メールアドレス変更

④ 確認メールを送信しました。
確認メールの登録確認URLにアクセス頂くと、メールアドレス変更の手続き完了となります。

[ログイン画面へ戻る]

- 
- ①よくお読みください。
 - ②新しく登録するメールアドレスを確認します。
 - ③「送信」をクリックします。
 - ④確認メール送信のご案内が表示されます。

■ご不明な点がある場合、下記のいずれかの方法でご連絡ください。

- ①ストレスチェック専用URL（<https://heisei-ikai.or.jp/scsupport/index.html>）から、お問い合わせ項目「メールアドレスの変更」を選択し、必須事項を送信してください。
- ②ストレスチェック専用ダイヤル（03-3868-0106）までご連絡ください。

メールアドレスの変更③

Dr. コンタクトシステムより下記メールが配信されます。

タイトル：

「メールアドレス変更の確認」

〇〇〇〇様
(企業名)

ご登録済みのメールアドレスを変更いたします。
以下のURLにアクセス頂くと、メールアドレス変更の手続きが完了となります。

<https://contactsystem.jp/activate/.....>

注意：このURLの有効時間は30分です。
有効期限切れの時は、恐れ入りますが、あらためて
メールアドレス変更画面 (<https://contactsystem.jp/top>) から
登録をお願いします。

なお、このメールに覚えのない場合は、
システムサポートセンター (support@contactsystem.jp) にご連絡ください。

医療法人社団 平成医会
Dr.コンタクトシステム

メールに記載のURLを
クリックします。

メールアドレスの変更④

■ログイン画面

平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System
従業員ログイン画面/Employee Login Screen
[マニュアル・FAQ \(よくある質問\)](#)

メールアドレスを利用する方	メールアドレスを利用しない方
---------------	----------------

Eメール

パスワード

日本語

[パスワードを忘れた方](#)
[メールアドレスを忘れた方](#)



平成医会/Heiseiikai
メンタルアシストプログラム/Mental Assist Program
Dr. Contact System
従業員ログイン画面/Employee Login Screen
[マニュアル・FAQ \(よくある質問\)](#)

Email Address

Password

[パスワードを忘れた方](#)
For those who have forgotten their password

[メールアドレスを忘れた方](#)
For those who have forgotten their email address



新しいメールアドレスでログイン
ができます。