



“こころの体温計”で

こころの健康状態をチェック

“こころの体温計”は、携帯電話やパソコンで利用できます。

『こころの体温計』

『こころの体温計』は、携帯電話やパソコンを利用して
ストレスや落ち込みの度合いが、水槽の中で泳ぐ金魚等の絵に
なって表示されるシステムです。

泉南市のホームページからご利用いただけます。



市ウェブサイト>各課のご案内>健康子ども部>保健推進課(保健センター)>保健推進係>こころの健康づくり>こころの健康

こころの体温計



携帯・スマホは
こちらから

▼パソコンはこちらからご利用いただけます。

泉南市 こころの体温計



QRコード

♥ こころの体温計（本人モード）

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などのストレス度や落ち込み度が、
水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。



♥ 家族モード

大切な方のこころの健康状態を
チェックします。

♥ 赤ちゃんママモード

産後のお母さんのこころの健康状態
をチェックします。

♥ 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。

♥ ストレス対処テスト

あなたのストレス解消法はどのタイプ？