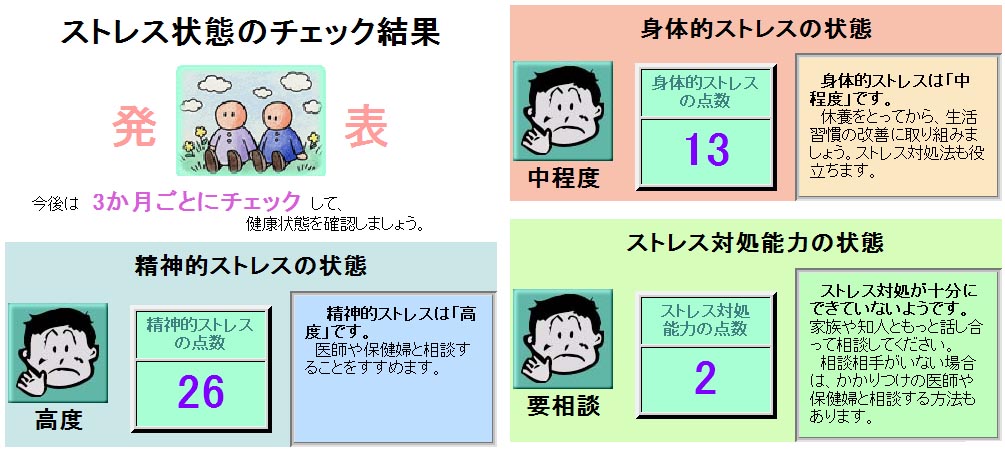
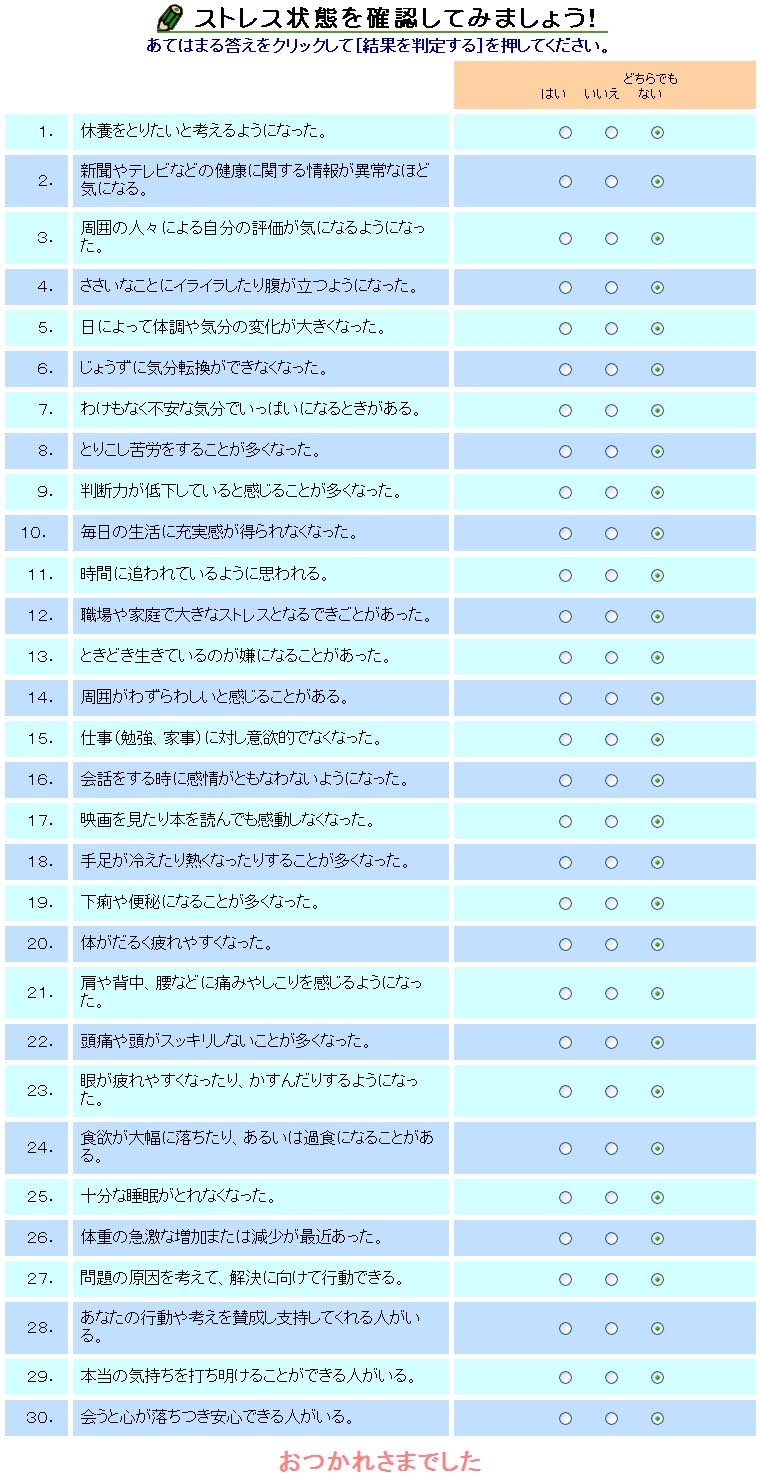


**「自分」はどんな人間なのか、どれくらいストレスがたまっているのか、「自分」では気がつかないことが多い。パソコンを活用し、性格診断テストとストレスチェックをして、「自分」では気づかない「自分」の心を、少しだけのぞいてみよう**







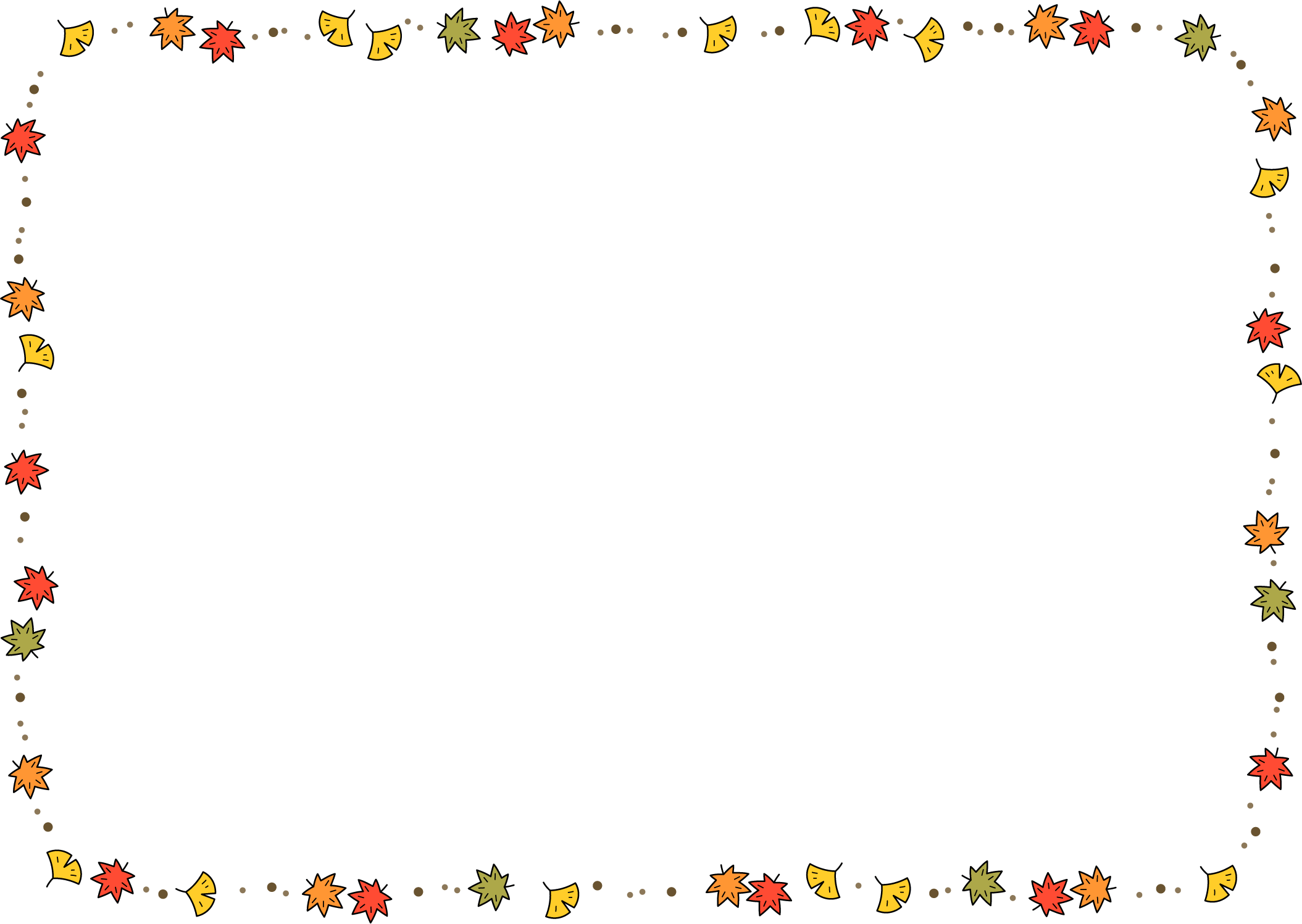


結果に驚いた人も納得した人もいろいろいるだろう今日のチェッ

クテストは、あくまでも自分を知るための一つの方法。チェックテス

トの結果におどらされるのではなく、いろんな方法で自分を知る

ための努力をすすめていこう。



* **自分に少しストレスがたまっているんだなあと思った。**
* **ストレスをなくすために、どんなことをしたらいいかわかって良かった。**
* **自分ではいらいらしているつもりはないけど、意外にストレスがたまっているんだな、と思った。**
* **ストレスをためない方が、体にもいいし、プラス思考になれると思った。**
* **自分のストレスは低かったので、それを維持できるように頑張りたい。**
* **性格診断では、自分で直さないといけないところもあったので、悪いところはよくしていきたいです。**