

ラフールサーベイ(アプリ版)利用ガイド

目次

- アプリのインストール p.2
- ログイン～初期設定 p.4
- サーベイに回答する p.8
- 結果の確認方法
 - ディープサーベイ p.11
 - ショートサーベイ p.15
- よくある質問 p.17

アプリのインストール

端末の種類に適した「アプリ」のインストールをしましょう。



iOSはこちら
(※iPhone、iPadをご利用の方)



Androidはこちら
(※Xperia、Galaxy等をご利用の方)



アプリのメイン画面に  マークが出てきたらインストール完了です。



ログイン～初期設定

ログイン～初期設定

① スマホのメイン画面で  を選択します。



② ログイン画面が表示されます。
ログインID(またはメールアドレス)とパスワードを入力後
「ログイン」ボタンを選択します。



ログインID／パスワードに誤りがないか
※必ず※ご確認ください。

ログイン～初期設定

③ パスワードの変更をします。

※はじめてログインされる場合のみ、以下の画面が表示されます。

※すでにパソコン(WEBSITE)よりログインをされている場合は、該当の画面は表示されません。

初期パスワードの変更

現在のパスワード

新しいパスワード (8文字以上)

パスワード確認入力

変更する

戻る

① 職場より提供されたパスワードを入力

② 新しく設定したいパスワードを入力

③ 「②」で入力した新しいパスワードを再度入力

④ 上記の入力完了後、「変更する」を選択します。

★注意★

「初期パスワードの変更」操作以降、アプリにログインするためのパスワードは「新しいパスワード」に変わります。
パスワードをお忘れのないようご注意ください。

ログイン～初期設定

④ マイプロフィール／企業属性情報等の確認・登録を行います。

画面に表示される案内に従って、ご自身の情報を入力・登録ください。（※あとから変更することも可能です。）

- ・マイプロフィール ・企業情報 ・マイページ設定
- ・お知らせ ・通知設定 ・アンケート

お知らせ・通知設定

通知手段

メール プッシュ通知

受信設定

コンディション

1日の始まり 受け取る
 受け取らない

受信時間: 08:00

変更を破棄して戻る

マイプロフィール

氏名 ラフル太郎

性別 男性

※「お知らせ・通知設定」で「プッシュ通知」にチェックすると次回以降のサーベイ開始が通知されます。

入力が完了後、画面下部の「保存する」を選択します。

「情報を登録しました」というメッセージが画面右上に表示されたら完了です。

サーベイに回答する

サーベイに回答する

① ホーム画面の「サーベイ」を選択します。



② サーベイ開始画面表示後「チェック開始」を選択します。
※実施するサーベイによって、画面表示が異なります。

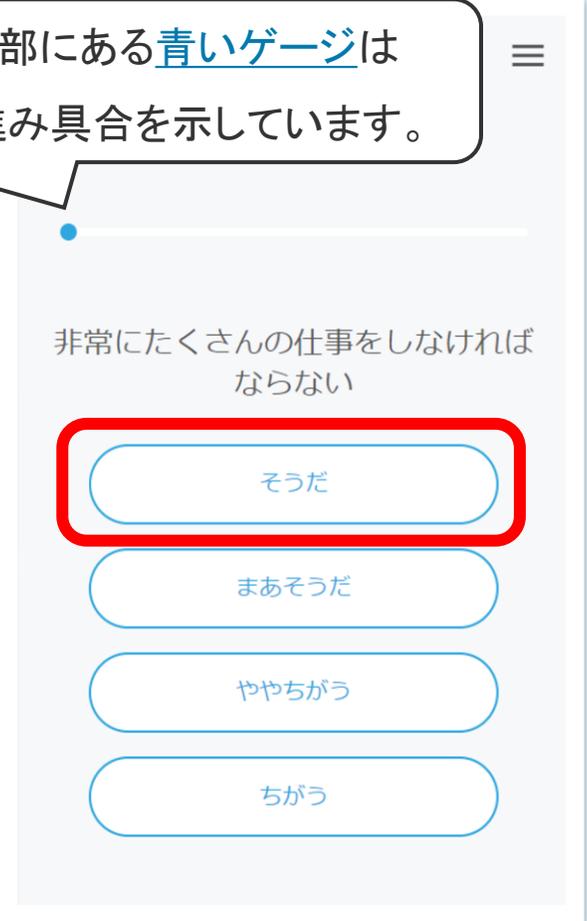


※「チェック開始」前に「同意する」の左側のチェックマーク(☑)を選択していることを確認してください。

サーベイに回答する

- ③ 該当する選択肢を選択します。

画面上部にある青いゲージは回答の進み具合を示しています。



A screenshot of a survey interface. At the top, there is a progress gauge with a blue dot on the left and a hamburger menu icon on the right. Below the gauge is the question text: "非常にたくさんの仕事をしなければならぬ". Underneath the question are four radio button options: "そうだ", "まあそうだ", "ややちがう", and "ちがう". The "そうだ" option is highlighted with a red rounded rectangle.

参考



自由記述で回答する形式の設問が含まれる場合があります。

該当の設問が表示された場合は、

画面の案内に従って回答と操作をお願いします。



**結果の確認方法
(ディープサーベイ)**

結果の確認方法 (ディープサーベイ)

■ 回答内容をもとに、結果とそれに基づくアドバイスを表示します。

【 結果画面 】

ラフル太郎さんのラフルネス指数 ●

144項目の質問回答から、総合ラフルネスの値を示しています。ディープサーベイでの評価は、すべてのサーベイ回答者の中でご自身がどのような状態か、他社や業界内と相対的に比較した偏差値で示されます。



総合ラフルネス
66 **A**
(偏差値)



ご回答お疲れさまでした。
ラフル太郎さんには、ストレスの原因因子は見受けられませんでした。

【 アドバイス画面 】

ラフル太郎さんへのアドバイス

メンタル面やフィジカル面のサーベイ結果から、おすすめしたいセルフケアをご紹介します。

- 「目が疲れる」という設問に「時々あった」と答えたラフル太郎さんにおすすめしたいセルフケアをご紹介します
- 長時間パソコンを見ていると、目の周りがとても疲れますよね。日常的な眼精疲労に対して、すぐにでも取り入れられる、とっても簡単なストレッチはいかがですか。簡単な手法なので、目や首元に疲れを感じたときに行ってみましょう。



【オフィスストレッチ⑤】...

POINT

- 眉毛下のくぼみの骨を指
- 目玉は押さないよう、注
- ゆっくりと優しく押しま
- 気持ち良い範囲で10-20秒押しま

また周囲からのサポートのサーベイ結果からラフル太郎さんにとって「家族・友人」は充実してこれからもさらに、溜め込

心と体、仕事の内容、人間関係など6項目で深掘り

ラフルネス指数の詳細を見る

ホーム FIDIT 設定

回答内容に基づき、おすすめのストレッチやセルフケアに関するコンテンツが表示されます。

詳細結果の確認はこちらを選択ください。
(次のページで紹介します)

結果の確認方法 (ディープサーベイ)

■ 詳細な結果は「サマリー画面」で確認できます。

これまでの偏差値の推移が表示されます。



厚生労働省推奨のストレスチェック57項目の結果を表示します。(詳細は次のページでご紹介します)



- 下記の区分で偏差値表示に切り替えることもできます。確認したい区分を選択してください。
- [すべて]
ラフールサーベイ全回答データを元に算出
 - [業種]
所属企業と類似業界に所属した回答者データを元に算出
 - [社内]
所属企業の回答者データを元に算出

結果の確認方法 (ディープサーベイ)

■ ストレスチェック57項目の結果を確認できます。



ラフールネス指数 比較 **ストレス結果**

回答いただいた144項目のうち、厚生労働省推奨のストレスチェック57項目を元にストレスの程度を示しています。

この結果を職場・業務改善のために企業側に開示してよろしいですか？

結果を開示する

【ご注意】

所属企業への「個人結果」の開示の有無を、ご自身で選択できます。

・開示に同意する場合

→ チェックボックスに☑を入れ「サーベイを終了する」を選択。

・開示に同意しない場合

→ チェックボックスを空欄のまま「サーベイを終了する」を選択。

結果の確認方法 (ショートサーベイ)

結果の確認方法 (ショートサーベイ)

■ 回答をもとに「結果」と、あなたに基づく「アドバイス」を表示します。



ショートサーベイ19問の回答結果を表示します。
「メンタル」「フィジカル」「エンゲージメント」ごとに確認し、
定点観測によってご自身の状態を確認できます。



よくある質問

よくある質問

■ログインできなくなってしまった

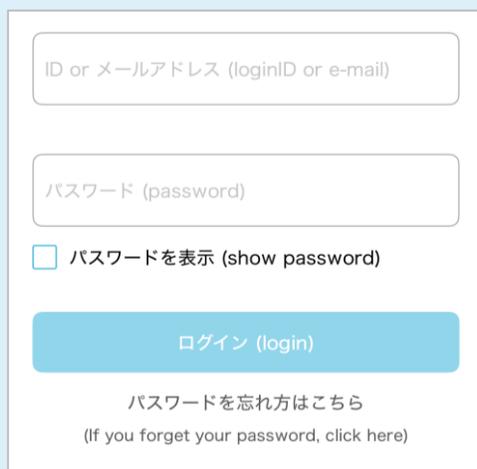
ログインIDとパスワードが正しく入力されているか、もう一度確認してください。

正しく入力できているのにも関わらずログインいただけない場合には、サーベイ担当者までご相談ください。

■パスワードがわからない…

再設定が必要となりますので、サーベイ担当者までご相談ください。

■パスワードが不明な方で「ログインID」をメールアドレスで設定している方



The image shows a login form with the following elements:

- A text input field labeled "ID or メールアドレス (loginID or e-mail)".
- A text input field labeled "パスワード (password)".
- A checkbox labeled "パスワードを表示 (show password)".
- A blue button labeled "ログイン (login)".
- A link below the button: "パスワードを忘れ方はこちら (If you forget your password, click here)".

「ログインボタン」下部にある

「[パスワードをお忘れの方はこちら](#)」よりご自身で再設定が可能です。

※上記手順でご解決されない場合は、サーベイ担当者までご相談ください。

よくある質問

- 回答を選択しても次の画面へ進まない、回答完了画面が表示されない
使用端末がラフールサーベイ推奨環境ではない可能性があります。
下記の推奨環境にて操作をお試してください。

<推奨環境>

Windows 10 以上 (Edge, Chrome, Firefox 各最新バージョン)

MacOS 10.13 以上 (Safari, Chrome, Firefox 各最新バージョン)

iOS 11 以上 (Safari) Android 6.0 以上 (標準ブラウザ , Chrome)

よくある質問

■個人の回答結果は上司に開示されますか？

サーベイの種類によって異なります。

■ディープサーベイ

ご回答いただいた内容は「匿名」として扱われます。

一部、厚労省が定めたストレスチェック制度に準拠した設問(154問中57問)が含まれるため、これらの設問に限り回答者本人および産業医や職場の実施事務従事者のみ結果を閲覧できます。また、回答者本人の同意がない限り、上記の人以外はストレスチェック結果を閲覧できません。

■ショートサーベイ

担当者にて実施回ごとに回答結果の開示の有無を設定しています。

回答結果が企業へ開示される場合、

回答開始画面にサーベイ担当者へ回答内容を通知する旨の案内文が記載されます。(→P.10参照)

(案内文の表示がない場合、開示されないよう設定されていることとなります。)