

# 厚生労働省版 ストレスチェック実施プログラムVer.3.4

---

## ダウンロード～ファイル展開 手順書

\* ホームページからのダウンロードと展開・設置まで \*

※注意※

ダウンロード時に手順に沿って保存・展開をしない場合、プログラムが適切に作動しないことがあります。  
必ず手順に従ってダウンロード・展開の操作を行ってください。

2021/2/22

# 目次

---

1. プログラムダウンロード . . . . . 2
2. 【要注意】圧縮（zip形式）フォルダの展開（解凍） . . . . . 4
3. 圧縮（zip形式）フォルダの展開 . . . . . 6

# 1.プログラムダウンロード

厚生労働省ストレスチェック実施プログラムダウンロードサイト  
(<https://stresscheck.mhlw.go.jp/>) を開いてください。



【ファイルを保存し、フォルダに表示します】

## A Google Chromeの場合

開く(O)  
この種類のファイルは常に開く(A)  
フォルダを開く(S)  
キャンセル(C)

④. [開く] をクリックし  
[フォルダを開く] をクリック

mhlw\_StressCheck...zip

## B Microsoft Edgeの場合

常にこの種類のファイルを開く(A)  
フォルダに表示(S)  
ダウンロードリンクのコピー(K)  
このファイルは安全ではないことを報告...  
ファイルの削除  
キャンセル(C)

④. [...] をクリックし  
[フォルダに表示] をクリック

mhlw\_StressCheckProgram...zip

## C Microsoft Internet Explorerの場合

Internet Explorer

mhlw\_StressCheckProgram\_ver.3.3!.zip で行う操作を選んでください。

サイズ: 262 MB  
サイト: stresscheck.mhlw.go.jp

→ 開く(O)  
ファイルは自動保存されません。

→ 保存(S)

→ 名前を付けて保存(A)

④. [保存] をクリックし  
ダウンロード完了後、  
[フォルダを開く] をクリック

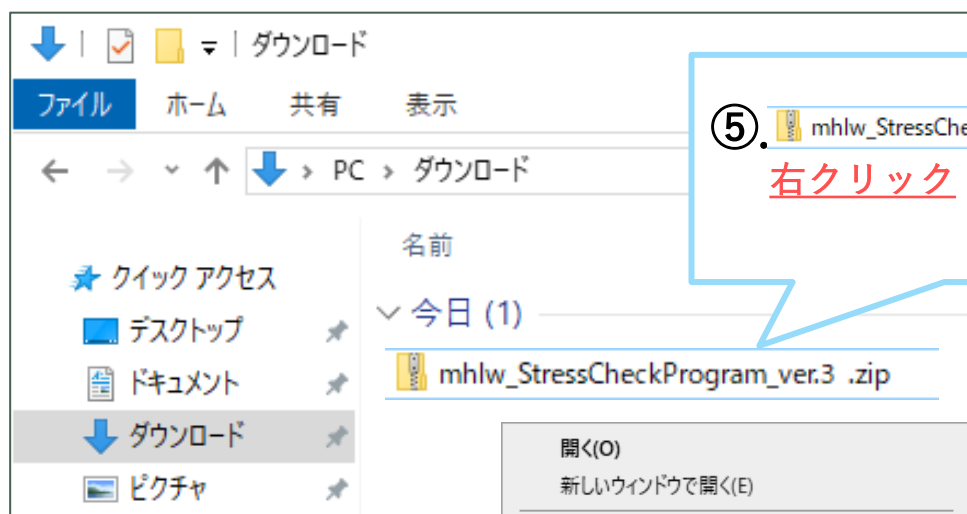
mhlw\_StressCheckProgram\_ver.3.3!.zip のダウンロードが完了しました。

ファイルを開く(O) フォルダを開く(P) ダウンロードの表示(V)

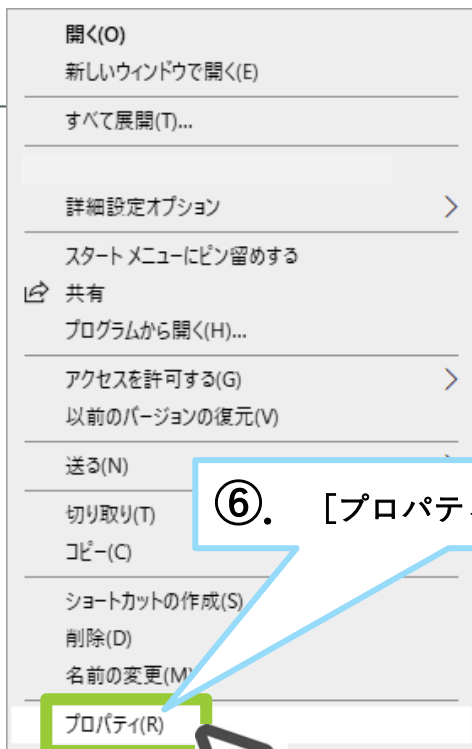
## 2. 【要注意】圧縮（zip形式）フォルダの展開（解凍）

【ダウンロードした圧縮フォルダを表示させたらプロパティを開きます】

圧縮フォルダを直接開かないように注意してください。  
ファスナーのついた、こちらのフォルダを使用します。



⑤. **mhlw\_StressCheckProgram\_ver.3 .zip** を  
**右クリック**



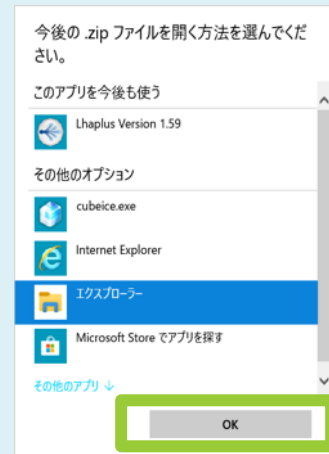
⑥. [プロパティ] をクリック



圧縮ファイル `mhlw_StressCheckProgram_ver.3.zip` のプロパティを確認・設定します。



「プログラム：」項目が `エクスプローラー` ではない場合は、[変更] ボタンをクリックし `エクスプローラー` を選択しましょう。



- ⑦. 「セキュリティ：」項目にある `許可する(K)` のチェックボックスにチェック  
チェックボックスではなく `ブロックの解除(K)` ボタンの場合は、ボタンをクリック
- ⑧. [適用] ボタン → [OK] ボタンの順にクリック

### 3. 圧縮 (zip形式) フォルダの展開

⑨. 再度 `mhlw_StressCheckProgram_ver.3 .zip` を右クリックし、**[すべて展開]** をクリック

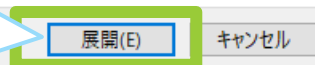
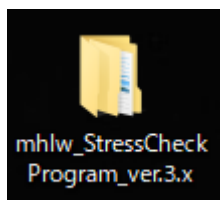
⑩. **[参照]** をクリック

⑪. フォルダを作成する場所 (例: デスクトップ) を選択して **[フォルダの選択]** をクリック

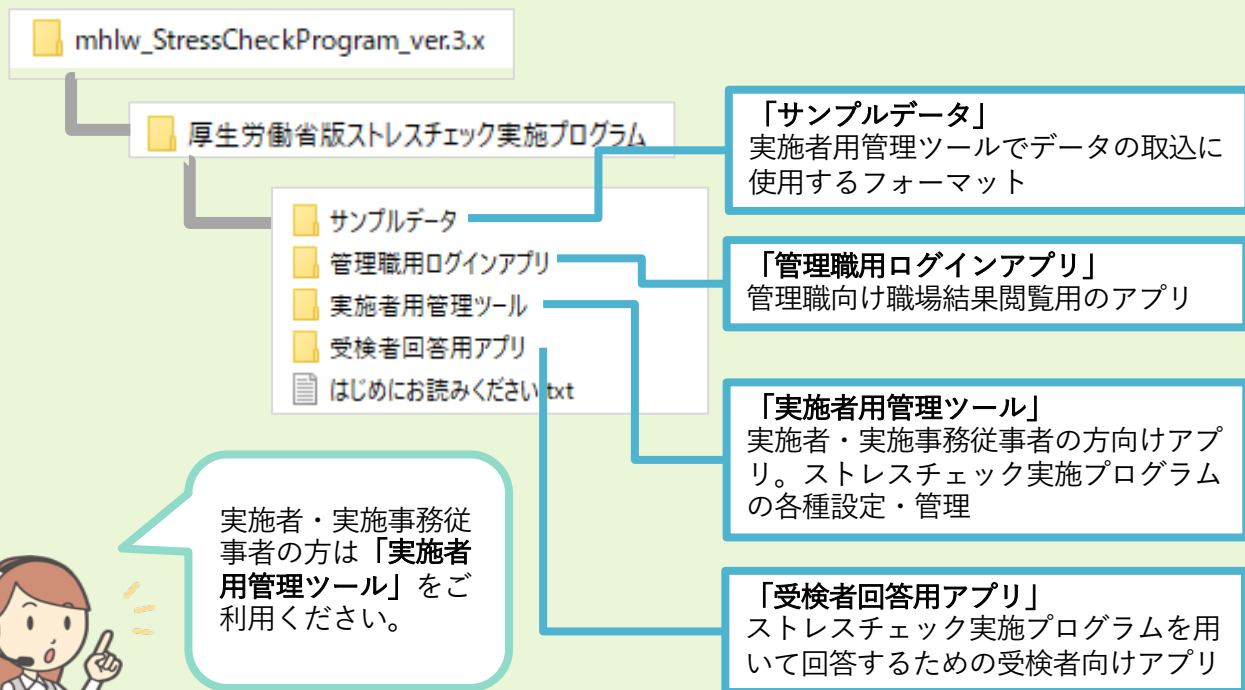
↓ 次のページへ



⑫. 「展開」 ボタンをクリックするとデスクトップに「mhlw\_StressCheckProgram\_ver.3. x」フォルダが作成されます。



## 【展開したフォルダの中身】



実施者・実施事務従事者の方は「**実施者用管理ツール**」をご利用ください。

