

(別紙2)

職場以外の心理的負荷評価表

出来事の種類	具体的出来事	心理的負荷の強度
自分の出来事	離婚又は夫婦が別居した	
	自分が思い病気やケガをした又は流産した	
	自分が病気やケガをした	
	夫婦のトラブル、不和があった	
	自分が妊娠した	
	定年退職した	
自分以外の家族・親族の出来事	配偶者や子供、親又は兄弟が死亡した	
	配偶者や子供が重い病気やケガをした	
	親類の誰かで世間的にまずいことをした人が出た	
	親族とのつきあいで困ったり、辛い思いをしたことがあった	
	親が重い病気やケガをした	
	家族が婚約した又はその話が具体化した	
	子供の入試・進学があった又は子供が受験勉強を始めた	
	親子の不和、子供の問題行動、非行があった	
	家族が増えた(子供が産まれた)又は減った(子供が独立して家を離れた)	
	配偶者が仕事を始めた又は辞めた	
金銭関係	多額の財産を損失した又は突然大きな支出があった	
	収入が減少した	
	借金返済の遅れ、困難があった	
	住宅ローン又は消費者ローンを借りた	
事件、事故、災害の体験	天災や火災などにあった又は犯罪に巻き込まれた	
	自宅に泥棒が入った	
	交通事故を起こした	
	軽度の法律違反をした	
住環境の変化	騒音等、家の周囲の環境(人間環境を含む)が悪化した	
	引越した	
	家屋や土地を売買した又はその具体的な計画が持ち上がった	
	家族以外の人(知人、下宿人など)と一緒に住むようになった	
他人との人間関係	友人、先輩に裏切られショックを受けた	
	親しい友人、先輩が死亡した	
	失恋、異性関係のもつれがあった	
	隣近所とのトラブルがあった	

(注)心理的負荷の強度 から は、別表1と同程度である。