

令和3年度（2021年度）

職場の



# メンタルヘルス相談

不安や悩み、一人で抱えていませんか？

◆ ストレスでお悩みの勤労者（市内在住または市内にお勤めの勤労者）・そのご家族の方 ◆

人間関係の悩み、仕事上の悩み・不安、家族との関係の悩み、  
メンタルヘルス不調を抱えている家族との接し方 など

◆ 市内事業所の人事・労務管理ご担当者、上司・同僚の方 ◆

メンタルヘルス不調を抱える職員への接し方、休みがちな職員への対応、  
話の聴き方、助言方法 など



プライバシーは厳守します。安心してご利用ください。

●対象者 市内在住又は市内にお勤めの勤労者、市内事業所の労務管理担当者等

●相談員 臨床心理士・公認心理師が対応します。（面談形式）

●開催日程 原則、毎月第3水曜日 ※会場・日程は、裏面をご覧ください

完全予約制 ①18時～、②19時～、③20時～  
（お1人につき45分程度、1日3名まで）

●相談予約 **054-354-2430**（静岡市役所 商業労政課）

各開催予定日の【2日前まで】にご予約ください。相談は無料です。

予約後に、当日都合が悪くなった等でキャンセルの場合は必ずご連絡下さい。

【ご注意】・諸事情により、開催日が変更または中止となる場合があります。

- ・当日予約時刻から30分を過ぎても会場に到着されていない時は、キャンセルとして扱います。
- ・医療行為にあたる内容、並びに法律・税務など専門知識を有する相談には対応できません。

※ 開催スケジュール（予定）は、裏面をご覧ください。

## 《年間スケジュール》

※4、7、10、1月（清水テルサ）、それ以外の月は（来・て・こ）にて、原則第3水曜日に開催

年月	日	曜日	相談時間	会場
2021年4月	21日	水	18:00～21:00	静岡市東部勤労者福祉センター2階(清水テルサ)
2021年5月	19日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2021年6月	16日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2021年7月	21日	水	18:00～21:00	静岡市東部勤労者福祉センター2階(清水テルサ)
2021年8月	18日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2021年9月	15日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2021年10月	20日	水	18:00～21:00	静岡市東部勤労者福祉センター2階(清水テルサ)
2021年11月	17日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2021年12月	15日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2022年1月	19日	水	18:00～21:00	静岡市東部勤労者福祉センター2階(清水テルサ)
2022年2月	16日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)
2022年3月	16日	水	18:00～21:00	静岡市健康文化交流館2階(来・て・こ)

※各日程については予定です。相談を希望される方は、開催予定日2日前までに静岡市役所商業労政課（054-354-2430）へお問い合わせください。

### 【その他の相談機関】

うつ病に関する相談については、静岡市こころの健康センターでも実施しています。（葵区柚木 1014 番地）

○精神保健福祉相談（月・水・金の午前・完全予約制） 受付時間 平日 8:30～17:15 予約電話 054-262-3011

○うつ病専門電話相談「てるてる・ハート」 相談時間 平日 13:00～16:00 相談電話 054-262-3033