

勤労者メンタルヘルス 無料相談室

社会環境の変化や労働状況、職場の人間関係などにより、ストレスに悩む勤労者の方が増えています。ストレスを受け、何らかの心身の不調を抱えてしまうことも当たり前の時代なのかもしれません。そこで青森労災病院では、勤労者の皆様が、こうしたストレスによる“心の疲れ”を少しでも解消し、よりよい生活を送っていただけるよう、**勤労者メンタルヘルス無料相談**を行っています。

★対面型カウンセリング★

お仕事に関するストレスやそれに伴う心身の問題について、カウンセラーと話し合いながら問題を整理し、対処法等を一緒に考えることで、“心の疲れ”を軽くすることを目指します。

★対象者★

①勤労者（お仕事をされている方）とご家族、会社の同僚・上司・労務担当者です。
※プライバシーに関しては十分配慮します。
※他病院の精神科・神経科・心療内科などで治療中の方は、お受けできません。

★サポート体制★

当相談室でのカウンセリングの結果、治療を希望される方は、当院メンタルヘルスセンター等のご紹介も致します。

《相談日時》

曜日：月・火・水・金（祝日を除く）
時間：午前10時～午後5時（一回最長50分）
※電話・メールでの相談はお受けしていません。

《お問い合わせ》

ご予約・ご不明な点等、お気軽にお電話下さい。
TEL：0178-33-1551（内線2293）
勤労者予防医療部
受付：午前10時～午後4時（土・日・祝日を除く）

《ご利用方法》

★予約制です。お電話かFAXでご予約下さい。
★予約日は、お申し込みから3日（土・日・祝日は扶む場合は5日）以降を目安としてください。
★お電話の場合は…
左記へお電話いただいて、「無料相談室のことで勤労者予防医療部を」とお伝え下さい。必要事項をお聞きし、日程調整をしてご予約完了となります。
★FAXの場合は…
当院ホームページより、お申し込みFAX用紙をプリントアウトし、必要事項を記入して、勤労者予防医療部に送信下さい。受信致しましたら、確認のご連絡を致します。

<http://www.aomori-hofuku.go.jp>

（青森労災病院 → 勤労者予防医療部 → 勤労者メンタルヘルス無料相談室）

青森労災病院 勤労者医療総合センター
勤労者予防医療部

〒031-8551 八戸市白銀町字南ヶ丘1番地

