

9月1日～11月30日は職場のメンタルヘルス対策推進キャンペーン期間です！
期間中は、キャンペーン協力事業として、様々な機関や団体等が職場のメンタルヘルス対策支援セミナー等を開催しています。詳細は、裏面「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ホームページをご覧ください！

東京都産業労働局

職場のメンタルヘルス対策推進キャンペーンイベント

相談無料

職場のメンタルヘルス対策 オンライン相談会

産業カウンセラー等の専門家に、職場内におけるメンタルヘルス対策の具体的な進め方や、個別事例への対応方法等についてご相談いただけます。

日程：令和5年 **11月28日**^火 & **29日**^水

時間：9:30～15:50

相談時間 40分/1社

【1回目】 9:30～10:10

【4回目】 13:30～14:10

【2回目】 10:20～11:00

【5回目】 14:20～15:00

【3回目】 11:10～11:50

【6回目】 15:10～15:50

※ 両日とも同じ時間帯・回数です。

対象：企業経営者・管理監督者
人事労務担当者等

定員：18社まで（要予約）

※ 定員になり次第締切

こんな内容をご相談いただけます

社内でメンタルヘルス推進担当になったが、
何から始めたらよいか分からない！

メンタルヘルス対策を整備するのに利用
できる公的支援サービスについて知りたい！



1次予防に役立つ方法について知りたい！

休職から職場復帰、再発防止に向けた
社内体制を整備したい！

主催：東京都

後援：東京労働局、東京産業保健総合支援センター、東京商工会議所、東京都商工会連合会、(一社)東京経営者協会、東京都中小企業団体中央会、
東京中小企業家同友会、(一社)東京工業団体連合会、日本労働組合総連合会東京都連合会、東京地方労働組合評議会、
(公財)日本生産性本部、(公財)21世紀職業財団、(独法)労働政策研究・研修機構、(公財)東京都中小企業振興公社、(公財)東京しごと財団

相談会に関する申込方法

以下 URL 又は QR コードからお申込みください。定員になり次第締め切ります。

URL : <https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/mental/suishin/r5/>

職場のメンタルヘルス対策推進事業



お申込み後の流れ

定員 18 社まで (要予約)

STEP1

上記URLから
お申込み

※申込完了メールが
自動返信されます

STEP2

相談窓口案内メールを
確認

相談日 1 営業日前に、相談
会用 URL をお送りします。

STEP3

相談会当日

ご予約いただいた時間に
相談会用 URL からログイン
し、相談員とお話ください。

【申込方法に関するお問合せ】

令和 5 年度職場のメンタルヘルス対策相談会運営事務局
TEL 03-5966-5784(受付時間 平日 10:00 ~ 18:00)
Mail hataraku-positive@stage.ac

【本事業に関するお問合せ】

東京都産業労働局雇用就業部労働環境課
TEL 03-5320-4652(受付時間 平日 9:00 ~ 17:00)

こちらも併せてチェック

職場のポジティブメンタルヘルスシンポジウム (オンライン)

心身ともに健康に、いきいきと充実して働くことを通じて組織の活性化、生産性の向上につなげていく
“**ポジティブメンタルヘルス**” の考え方をテーマに、シンポジウムを開催します。(事前申込制)

配信期間 : ライブ配信 : 令和 5 年 10 月 19 日 (木) 14:00 ~ 16:30
オンデマンド配信 : 令和 5 年 11 月 1 日 (水) ~ 11 月 30 日 (木)

対象 : 企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

申込方法 : 相談会と同じ「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにて受付



こちらも併せてチェック

働く人の心の健康づくりを支援する東京都公式 Web サイト
「働くあなたのメンタルヘルス」

心のモヤモヤ、一人で抱えていませんか？

私のストレス、
自分でなんとか
できるかなあ

社内を元気にしたいけど、
何かいい方法はないかな

自分でできるストレス診断をはじめ、
心の健康づくりを支援する公的機関
や各種相談窓口を紹介しています。
各企業・団体のメンタルヘルス研修
にもご活用ください。

気軽に始める いますぐ学べる



職場の
メンタルヘルス

<https://www.kenkou-hataraku.metro.tokyo.lg.jp/>

働くあなたのメンタルヘルス



心の元気のつくりかた、ご案内します

東京都では、就職の機会均等を確保するために、本人の適性と能力に基づく公正な採用選考を実施するよう事業主の皆様のご理解とご協力をお願いしています。

詳細は、<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/kosei/> をご覧ください。

70
古紙パルプ配合率 70%再生紙を
使用しています

リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。