

勤労者「こころの健康相談」

“こころ”と“からだ”は、つながっています！

「こころ」の健康が損なわれると必ず「からだ」にも症状が！
「最近ちょっとへん？」はもしかしたら
「こころ」の健康が失われているサインかもしれません。
「もしかして？」と感じたら迷わずご相談ください。
産業カウンセラー、精神保健福祉士など専門のカウンセラーが
親身になってご相談をお受けします。
相談は無料、秘密厳守ですのでお気軽にご相談ください。



＜こんな経験は、「黄信号」かも!?!＞

社員・パート・アルバイトの方

上司に無理なことを言われてもNOと言えない。上司の言葉が気になって仕事思うようにはかどらない。職場で話せる人が誰もいない・・・。

管理職・経営者の方

仕事の立場上、弱音を吐けない。休んでいても仕事が気になり、ついつい出勤してしまう。部下が思うように仕事をしてくれない・・・。

令和7年度の相談日【お一人50分程度】

※都合により日程が変更になる場合がございます。

相談員	相談時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R8 1月	R8 2月	R8 3月
伊藤相談員	9時30分～11時30分	3日	9日	6日	3日	7日	4日	2日	6日	4日	8日	5日	5日
	13時～17時	17日	15日	19日	17日	21日	25日	16日	20日	18日	22日	19日	19日
田中相談員	13時～16時	14日	12日	9日	14日	11日	8日	13日	10日	8日	12日 16日 (金)	9日	9日
		28日	26日	23日	28日	25日	22日	27日	24日	22日	26日	23日 13日 (金)	23日
矢口相談員	13時～17時	10日	8日	12日	10日	14日	11日	9日	13日	11日	8日	12日	12日

相談場所 松本市勤労者福祉センター
松本市中央4丁目7番26号

松本市役所 商工課 労働・雇用担当
(松本市勤労者福祉センター)

詳しくは商工課 労働・雇用担当まで
お問い合わせください。

お申込み 電話にて日時をご予約ください。
2カ月先まで予約可能です。

※午前8時30分から午後5時(土日祝日を除く平日のみ)

電話 0263-35-6294