

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！

東京都産業労働局

期間中は、様々な機関や団体等がキャンペーン協力事業として、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！

相談無料！

オンラインにて開催

事前予約制

職場のメンタルヘルス対策 オンライン相談会

職場のメンタルヘルス対策推進キャンペーンイベント

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6年11月26日(火) & 11月27日(水)

時間 9:30～15:50

相談時間 40分／1社

【第1回目】 9:30～10:10

【第4回目】 13:30～14:10

【第2回目】 10:20～11:00

【第5回目】 14:20～15:00

【第3回目】 11:10～11:50

【第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)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

東京都の雇用就業に関する総合 Web サイト「TOKYO はたらくネット」内、「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにてお申込みを受け付けております。

URL : <https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/mental/suishin/r6/>

職場のメンタルヘルス対策推進事業

上記 URL には、右の QR コードからもアクセスできます▶▶



お申込後の流れ 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6年度職場のメンタルヘルス対策相談会運営事務局
TEL 03-5966-5782
(受付時間 平日 9:00 ~ 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・事前申込制・視聴無料)

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。

配信期間：ライブ配信 令和6年10月17日(木) 13:30~16:30 ※申込は当日13:30まで

オンデマンド配信 令和6年11月1日(金)~11月30日(土) ※申込は11月29日(金) 16:00まで

対象：企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

申込方法：上記相談会と同じ「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
けれど、何かいい
方法はないかな

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

心の元気のつくりかた、ご案内します

働くあなたのメンタルヘルス



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

~みんなでつくる、職場の元気。~



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。

