

働く人のメンタルヘルス相談処 陽だまりプレース

あなたの心は健康ですか？

職場におけるメンタルヘルスの相談窓口を開設します。
産業カウンセラーが親身にあなたの悩みをお聞きします。

たとえば

- * 仕事が忙しすぎてストレス満杯、よく眠れない
- * 嫌がらせをされて疑心暗鬼
- * 人間関係がぎくしゃくしている
- * 仕事がつらくて・・・でも休めず誰にも相談できない
- * 仕事が頭から離れない、ストレス発散がうまくできない



開設予定日と相談会場

- * 開設時間は、午後2時から午後5時まで、お1人1時間となります。
- * 開設日は変更になることがありますので、事前に電話でご確認ください。
- * 申し込みは、相談希望日の1週間までに電話でご予約をお願いします。

秘密厳守
相談無料



- **長野県佐久合同庁舎** (佐久市跡部 65-1)
令和3年 **6/17(木)**, **8/19(木)**, **10/21(木)**, **12/16(木)**
令和4年 **2/17(木)**
- **長野県上田合同庁舎** (上田市材木町 1-2-6)
令和3年 **5/13(木)**, **7/15(木)**, **9/16(木)**, **11/18(木)**
令和4年 **1/20(木)**, **3/17(木)**

※上記開催日以外でもご相談をお受けしますので、ご連絡ください。

相談の申込み・お問い合わせ先

長野県東信労政事務所 電話 **0268-25-7144**

[総合労働相談窓口] [過重労働等相談窓口] [緊急労働相談窓口] 〒386-8555 上田市材木町 1-2-6 上田合同庁舎