

相談機関一覧

全国に
19ヶ所

労災病院「勤労者心の電話相談」 (平成21年10月現在)

労災病院勤労者予防医療センター又は勤労者予防医療部は全国30ヶ所の労災病院に併設されており、このうち19ヶ所において、勤労者の心の電話相談、電子メールによる相談(1ヶ所)等のメンタルヘルス対策の支援を実施しています。

相談内容	仕事上のストレスによる精神的な悩み、職場の対人関係の悩み等の勤労者生活を通しての悩みに関する相談
対象者	勤労者本人及びその家族 上司等勤務先関係者(産業医を含む)

電話相談

電話相談の受付は、祝日を除く月曜日から金曜日の午後2時から午後8時までです。(施設により曜日が異なります。) なお、横浜における電子メールの相談は24時間受付です。

施設名	電話番号
釧路労災病院 ★1	0154-21-5797
東北労災病院	022-275-5556
福島労災病院	0246-45-1756
東京労災病院	03-3742-7556
関東労災病院	044-434-7556
横浜労災病院 ★2	045-470-6185
富山労災病院	0765-22-1009
浜松労災病院 ★3	053-466-7867
中部労災病院	052-659-6556

施設名	電話番号
大阪労災病院	072-251-9556
関西労災病院	06-6414-6556
神戸労災病院	078-231-5660
山陰労災病院	0859-35-3080
岡山労災病院	086-265-2556
中国労災病院	0823-72-1252
山口労災病院	0836-84-8556
香川労災病院	0877-24-6556
九州労災病院 ★4	093-475-9626
長崎労災病院	0956-49-7999

- ★1 釧路労災病院 火曜日～金曜日(祝日休み)
- ★2 横浜労災病院 年中無休 電子メールでの受付:mental-tel@yokohamah.rofuku.go.jp
- ★3 浜松労災病院 月・水・金曜日(祝日休み)
- ★4 九州労災病院 月・水・木・金曜日 午前10時から午後6時まで(祝日休み)
土曜日のみ午前10時から午後4時まで

メンタルヘルス対策支援センター (平成21年10月現在)

47都道府県産業保健推進センター内に「メンタルヘルス対策支援センター」が開設され、メンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援までのメンタルヘルス対策全般について対応する総合相談等を行っています。

都道府県名	電話番号	都道府県名	電話番号
北海道	011-242-7708	滋賀	077-526-8282
青森	017-731-3682	京都	075-212-7789
岩手	019-652-1466	大阪	06-6944-0971
宮城	022-267-4671	兵庫	078-221-1595
秋田	018-836-3967	奈良	0742-25-3103
山形	023-674-0770	和歌山	073-488-7310
福島	024-529-6150	鳥取	0857-20-2039
茨城	029-300-6030	島根	0852-59-5804
栃木	028-650-2295	岡山	086-212-1266
群馬	027-289-3110	広島	082-223-6617
埼玉	048-815-5777	山口	083-941-5477
千葉	043-202-3640	徳島	088-656-3016
東京	03-5211-4483	香川	087-813-0230
神奈川	045-410-4761	愛媛	089-915-1710
新潟	025-201-9121	高知	088-855-3061
富山	076-441-6671	福岡	092-986-4621
石川	076-265-3886	佐賀	0952-22-7745
福井	0776-27-6417	長崎	095-828-3600
長野	026-223-0410	熊本	096-359-9570
山梨	055-220-7040	大分	097-533-8300
岐阜	058-264-0562	宮崎	0985-22-7626
静岡	054-260-5800	鹿児島	099-802-1695
愛知	052-242-0739	沖縄	098-859-3648
三重	059-213-6388		

お知らせ Webでメンタルヘルス対策! ご活用ください!



働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」
事業者、労働者等を対象にメンタルヘルス対策等の情報を掲載

▶▶ <http://kokoro.mhlw.go.jp/>

平成21年
10月1日
開設

メンタルヘルス対策に係る自主点検票

事業場におけるメンタルヘルス対策の実施状況を点検するためのツール

▶▶ http://www.jisha.or.jp/web_chk/mh/index.html

精神保健福祉センター (平成21年10月現在)

各都道府県、指定都市では、精神保健法に基づいて精神保健福祉センター又はこころの健康総合センターを設置し、精神保健福祉に関する企画立案、保健所に対する技術的な指導などとともに、メンタルヘルス関連の相談を受付けています。

	機 関 名	電 話 番 号		機 関 名	電 話 番 号	
北海道	北海道立精神保健福祉センター	011-864-7121	近畿	滋賀県立精神保健福祉センター	077-567-5010	
	札幌こころのセンター	011-622-0556		京都府精神保健福祉総合センター	075-641-1810	
東北	青森県立精神保健福祉センター	017-787-3951		京都市こころの健康増進センター	075-314-0355	
	岩手県精神保健福祉センター	019-629-9617		大阪府こころの健康総合センター	06-6691-2811	
	宮城県精神保健福祉センター	0229-23-0021		大阪市こころの健康センター	06-6922-8520	
	仙台市精神保健福祉総合センター (はあとぼーと仙台)	022-265-2191		堺市こころの健康センター	072-258-6646	
	秋田県精神保健福祉センター	018-831-3946		兵庫県立精神保健福祉センター	078-252-4980	
	山形県精神保健福祉センター	023-624-1217		神戸市こころの健康センター	078-672-6500	
	福島県精神保健福祉センター	024-535-3556		奈良県精神保健福祉センター	0744-43-3131	
					和歌山県精神保健福祉センター	073-435-5194
関東・甲信越	茨城県精神保健福祉センター	029-243-2870		中国・四国	鳥取県立精神保健福祉センター	0857-21-3031
	栃木県精神保健福祉センター	028-673-8785			島根県立心と体の相談センター	0852-32-5905
	群馬県こころの健康センター	027-263-1166			岡山県精神保健福祉センター	086-272-8835
	埼玉県立精神保健福祉センター	048-723-1111			岡山市こころの健康センター	086-803-1273
	さいたま市こころの健康センター	048-851-5665			広島県立総合精神保健福祉センター パレアモア広島	082-884-1051
	千葉県精神保健福祉センター	043-263-3891			広島市精神保健福祉センター	082-245-7731
	千葉市こころの健康センター	043-204-1582	山口県精神保健福祉センター		0835-27-3480	
	東京都立中部総合精神保健福祉センター	03-3302-7575	徳島県精神保健福祉センター		088-625-0610	
	東京都立多摩総合精神保健福祉センター	042-376-1111	香川県精神保健福祉センター		087-804-5566	
	東京都立精神保健福祉センター	03-3842-0948	愛媛県心と体の健康センター		089-911-3880	
	神奈川県精神保健福祉センター	045-821-8822	高知県立精神保健福祉センター		088-821-4966	
	川崎市精神保健福祉センター	044-200-3195	九州・沖縄		福岡県精神保健福祉センター	092-582-7500
	横浜市こころの健康相談センター	045-476-5505		福岡市精神保健福祉センター	092-737-8825	
	新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113		北九州市立精神保健福祉センター	093-522-8729	
	新潟市こころの健康センター	025-232-5560		佐賀県精神保健福祉センター	0952-73-5060	
	山梨県立精神保健福祉センター	055-254-8644		長崎こども・女性・障害者支援センター	095-844-5132	
	長野県精神保健福祉センター	026-227-1810		熊本県精神保健福祉センター	096-359-6401	
	中部・北陸	岐阜県精神保健福祉センター		058-273-1111	大分県精神保健福祉センター	097-541-6290
静岡県精神保健福祉センター		054-286-9245		宮崎県精神保健福祉センター	0985-27-5663	
浜松市精神保健福祉センター		053-457-2709	鹿児島県精神保健福祉センター	099-255-0617		
静岡市こころの健康センター		054-285-0434	沖縄県立総合精神保健福祉センター	098-888-1443		
愛知県精神保健福祉センター		052-962-5377				
名古屋市精神保健福祉センター		052-483-2095				
三重県こころの健康センター		059-223-5241				
富山県心の健康センター		076-428-1511				
石川県こころの健康センター		076-238-5761				
福井県精神保健福祉センター		0776-26-7100				

いのちの電話 (平成21年10月現在)

困難や危機にあって、誰ひとり相談できる人もなく、自殺などのさまざまな精神的危機に追い込まれる人たちが、再び生きる喜びを見出すことを願いつつ、よき隣人として活動しています。

(東京いのちの電話HPより)

	施設名	電話番号		施設名	電話番号	
北海道	旭川いのちの電話	0166-23-4343	関西	滋賀いのちの電話	077-553-7387	
	北海道いのちの電話	011-231-4343		京都いのちの電話	075-864-4343	
東北	あおもりいのちの電話	0172-33-7830		奈良いのちの電話協会	0742-35-1000	
	秋田いのちの電話	018-865-4343		和歌山いのちの電話協会	073-424-5000	
	盛岡いのちの電話	019-654-7575		関西いのちの電話	06-6309-1121	
	仙台いのちの電話	022-718-4343		神戸いのちの電話	078-371-4343	
	山形いのちの電話	023-645-4343		はりまいのちの電話	079-222-4343	
	福島いのちの電話	024-536-4343		中国・四国	岡山いのちの電話協会	086-245-4343
関東・甲信越	新潟いのちの電話	025-288-4343	広島いのちの電話		082-221-4343	
	長野いのちの電話	026-223-4343	島根いのちの電話		0852-26-7575	
	長野いのちの電話・松本	0263-29-1414	鳥取いのちの電話		0857-21-4343	
	山梨いのちの電話	055-221-4343	香川いのちの電話協会		087-833-7830	
	栃木いのちの電話	028-643-7830	徳島いのちの電話		088-623-0444	
	足利いのちの電話	0284-44-0783	愛媛いのちの電話		089-958-1111	
	群馬いのちの電話	027-221-0783	高知いのちの電話協会		088-824-6300	
	茨城いのちの電話	029-855-1000	九州・沖縄		北九州いのちの電話	093-671-4343
	茨城いのちの電話・水戸	029-255-1000			福岡いのちの電話	092-741-4343
	千葉いのちの電話	043-227-3900		熊本いのちの電話	096-353-4343	
	埼玉いのちの電話	048-645-4343		佐賀いのちの電話	0952-34-4343	
	東京いのちの電話	03-3264-4343		長崎いのちの電話	095-842-4343	
	東京多摩いのちの電話	042-327-4343		大分いのちの電話	097-536-4343	
	東京英語いのちの電話	03-5774-0992		鹿児島いのちの電話協会	099-250-7000	
	川崎いのちの電話	044-733-4343		沖縄いのちの電話	098-888-4343	
	横浜いのちの電話	045-335-4343				
	中部	静岡いのちの電話	054-272-4343			
浜松いのちの電話		053-473-6222				
岐阜いのちの電話協会		058-297-1122				
名古屋いのちの電話協会		052-971-4343				
三重いのちの電話協会		059-221-2525				

連絡先一覧

事業場担当者、また労働者個人でもメンタルヘルスに関する相談や支援を受けることができる情報などを、必要に応じて利用できるように一覧表を作成しておくことを勧めます。

外部の専門組織・医療機関についての情報

◎ 契約事業場外相談機関

機関名 _____ 電話 _____

◎ 医療機関

機関名 _____ 電話 _____

◎ 労災病院「勤労者心の電話相談」

施設名 _____ 電話 _____

◎ 精神保健福祉センター

機関名 _____ 電話 _____

◎ いのちの電話

施設名 _____ 電話 _____

長時間労働者への医師による 面接指導制度について

脳・心臓疾患等の発症と長時間労働には関連性があるとする医学的なデータがあります。労働安全衛生法では、過重労働による健康障害防止のため、時間外・休日労働時間が1ヶ月当たり100時間を超え、かつ、疲労の蓄積が認められる労働者に対し、医師による面接指導を実施するもので、この面接指導は労働者の申し出により行うこととしています。企業が行うこうした制度を活用して健康管理に努めセルフケアに役立てましょう。

column





事業場が進める心の健康づくりの活動を支援します

サービスセンター名	TEL	サービスセンター名	TEL
北海道安全衛生サービスセンター	011-512-2031	大阪労働衛生総合センター	06-6448-3840
東北安全衛生サービスセンター	022-261-2821	中国四国安全衛生サービスセンター	082-238-4707
関東安全衛生サービスセンター	03-5484-6701	九州安全衛生サービスセンター	092-437-1664
中部安全衛生サービスセンター	052-682-1731	都道府県支部 [労働基準協会 (連合会) 等]	

JISHA 中災防
Japan Industrial Safety & Health Association

中央労働災害防止協会 健康確保推進部 メンタルヘルス推進センター
ホームページ: <http://www.jisha.or.jp/health/index.html> TEL: 03-3452-3473