

# 11月は職場のメンタルヘルス対策強化月間です

～県内企業の職場におけるメンタルヘルス対策の取組を支援します！～

## セミナー・研修会

### 勤労者向け労働セミナー

働く上で知っておきたい！ストレス対処法 精神保健福祉士・社会福祉士 安藤 亘氏

日時：11月10日（木）18：30～20：00 会場：ウェスタ川越 公共施設棟 4階大会議室

### 事業者向け労働セミナー

組織として取り組むべきメンタルヘルス対策講座 シニア産業カウンセラー・特定社会保険労務士 吉田 仁志氏

日時：11月21日（月）14：00～16：00 会場：ソニックシティビル棟 9階 906会議室

### 職場におけるメンタルヘルス不調への対応方法と予防策

オンデマンド配信（11月1日（火）～） 公認心理師・臨床心理士 星野 ゆかり氏

### 働く女性のメンタルヘルスセミナー

女性特有のストレスへの上手な対処方法 関東労災病院産婦人科医師 星野 寛美氏

日時：11月11日（金）18：00～19：30 オンライン（ZOOM）にて開催

## シンポジウム

### 過労死等防止対策推進シンポジウム

プロは眠りを大事にする 労働安全衛生総合研究所 過労死等防止調査研究センター センター長 高橋 正也氏

日時：11月7日（月）14：00～16：30 会場：ソニックシティビル棟 4階 市民ホール

（お問い合わせ先）厚生労働省シンポジウム事業受託事業者（株）プロセスユニーク 0570-070-072

## 訪問支援



独立行政法人労働者健康安全機構  
埼玉産業保健総合支援センター

☎048-829-2661

センターの詳細は



### 【メンタルヘルス対策促進員による訪問支援】

専門スタッフ（産業カウンセラー、社会保険労務士）が中小規模事業所へ赴き、メンタルヘルス対策促進のための支援（無料）を行います！

## 相談・情報提供

働く人の  
「こころの耳電話相談」

☎0120-565-455

月曜日・火曜日 17:00～22:00  
土曜日・日曜日 10:00～16:00  
（祝日、年末年始はのぞく）

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト

こころの耳



<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

## 【埼玉県労働相談センター】

産業カウンセラーによる職場のメンタルヘルス相談

☎048-830-4522

月曜日から木曜日

（午前午後各1回：10時、14時）

要事前予約

## 主催 埼玉県公労使会議

埼玉労働局 埼玉県 連合埼玉（一社）埼玉県経営者協会（一社）埼玉県商工会議所連合会  
埼玉県商工会連合会 埼玉県中小企業団体中央会 埼玉中小企業家同友会

【本強化月間に関するお問合せ先】  
埼玉県多様な働き方推進課

☎048-830-4518

セミナーの詳細・  
お申し込みは

埼玉県マスコット「コバトン」

