

# メンタルヘルス 対策支援

東京産業保健総合支援センターでは、職場のメンタルヘルスに関するご相談・お問い合わせを受け付けています。  
特に、中小規模事業場のメンタルヘルス対策の導入に関する取組を支援します。



どんな支援をしてくれるの？

メンタルヘルス対策促進員が職場を訪問し、  
メンタルヘルス対策推進のための支援を行ったり、  
メンタルヘルス教育を実施します！

## メンタルヘルス対策の導入支援

- ストレスチェック制度の解説
- 「心の健康づくり計画」や「職場復帰プログラム」の策定に関する助言
- 衛生委員会での調査審議への助言 など

「何からどう取り組むか」  
など具体的なアドバイス  
をします！

## 管理者教育

管理者の方を対象とした2時間程度の教育を実施します  
(1事業場1回限り)

## 若年労働者教育

若年労働者の方を対象とした2時間程度のセルフケアを促進する教育を実施します  
(1事業場1回限り/対象者は新入社員・20歳代の若手職員)

費用は**無料**です！どうぞご利用ください

支援申込先 東京産業保健総合支援センター

TEL 03-5211-4480 FAX 03-5211-4485

E-mail [mentalskien@tokyos.johas.go.jp](mailto:mentalskien@tokyos.johas.go.jp)

詳しい内容はHPをご覧ください

東京産保

検索



裏面はFAX申込書となっています▶

