

こんな時はご相談ください

- ▶ 気分が沈んで意欲が出ない。
- ▶ ささいなことでイライラし、怒りっぽくなったり、緊張しやすくなる。
- ▶ アルコールの量が増え、酔ったときくどくなる。
- ▶ 食べ過ぎることが多くなったり、刺激物が欲しくなる、食欲が低下する。
- ▶ 仕事の能率が悪くなる。
- ▶ 職場で人を避けるようになる。
- ▶ 挨拶ができなくなる。



相談コーナー開設時間

		月	火	水	木	金
第1週	午前					
	午後	13-17	13-17	13-17	16-19	13-17
第2週	午前					
	午後	13-17	13-17	13-17	13-17	13-17
第3週	午前					
	午後	13-17	13-17	13:30-15:30	16-19	13-17
第4週	午前		10-12			
	午後	13-17	13-17	13-17	13-17	13-17
第5週	午前					
	午後	13-17	13-17	13-17	13-17	13-17

TEL:025-201-9121

FAX:025-201-9125

〒951-8055

新潟市中央区礎町通二ノ町2077番地 朝日生命新潟万代橋ビル6F
メンタルヘルス対策支援センター（新潟産業保健推進センター内）

<http://www.sanpo15.jp/mental-shien/index.html>

e-mail:mental-shien@sanpo15.jp

※駐車場はございませんので御了承願います。

メンタルヘルス対策支援センターのお知らせ

メンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援まで、職場におけるメンタルヘルス対策についての総合支援窓口として、精神科医やカウンセラー等の専門家が相談に応じます。

＜相談内容等についての秘密は厳守し、原則として無料でご利用できます。＞



労働者や家族などからのメンタルヘルス不調についてのご相談にも応じます。ただし、医療等を提供する機関ではありませんので、専門家が判断した場合は専門機関を紹介します。

メンタルヘルス対策相談員及び相談日

区分	氏名	所属職名等	相談日	
メンタルヘルス	にしだ まきえ 西田 牧衛	河渡病院副院長 / 認定産業医	第3水曜日	午後
	ごとう まさひろ 後藤 雅博	新潟大学医学部保健学科 看護学専攻地域・精神看護学講座教授 / 認定産業医	第4火曜日	午前
カウンセリング	みやかわ ひふみ 宮川 一二三	ヒューマン・スキル研究所 所長 / 産業カウンセラー / セクシュアルハラスメントカウンセラー	毎週月曜日 毎週1,2,4,5火曜日	午後
	ももつ れいこ 百都 礼子	(財)新潟県保健衛生センター ウェルネスディレクター / 産業カウンセラー / 保健師	第1,2,4,5金曜日	午後
	かねこ みきこ 金子美貴子	日本産業カウンセラー協会 上信越支部新潟事務所 / 産業カウンセラー / 心理相談員	毎週木曜日	午後
	ながた こうじ 永田 功二	永田社会保険労務士事務所 特定社会保険労務士 / 産業カウンセラー	毎週1,2,4,5水曜日 第3火,金曜日	午後

※相談日、受付時間は都合により変更となる場合がありますので、あらかじめご確認下さい。