

福島産業保健総合支援センターは職場におけるメンタルヘルス対策を支援します。

地域で利用可能な相談機関等のご案内

福島産業保健総合支援センター

電話：024-526-0526（月～金、8：30～17：15）
 ファックス：024-526-0528
 ホームページ：http://www.sanpo07.jp

福島産業保健総合支援センターでは、職場におけるメンタルヘルス対策を推進するため、①専門家によるメンタルヘルス不調の予防から職場復帰支援までの職場のメンタルヘルス対策全般の窓口相談、②事業場への個別訪問支援として「こころの健康づくり計画」、「職場復帰支援プログラム」作成指導の外、管理監督者向け研修の実施、③メンタルヘルスに関する情報の提供などを無料で実施しております。是非ご利用下さい。

また、当支援センターのほかに「地域で利用可能な相談機関等」は次のとおりですのご案内します。

区分・相談内容	相談窓口・相談機関	電話番号 ホームページ	相談受付時間
■こころの相談・精神保健相談			
こころの健康、ひきこもり、アルコール問題、薬物やパチンコ等の依存の問題、精神障害者の医療・社会復帰等に関する相談 ◎精神科医等による「こころの健康相談」は要予約	福島県精神保健福祉センター	024-535-3556	月～金 8：30～17：15
	福島県県北保健福祉事務所	024-534-4300	
	福島県県中保健福祉事務所	0248-75-7811	
	福島県県南保健福祉事務所	0248-22-5649	
	福島県会津保健福祉事務所	0242-29-5275	
	福島県南会津保健福祉事務所	0241-63-0305	
	福島県相双保健福祉事務所	0244-26-1132	月～金 8：30～17：15
	郡山市保健所	024-924-2163	月～金 8：30～17：15
いわき市保健所	0246-27-8557	月～金 8：30～17：15	
こころの病・不安・孤独・生きているのがつらいなどのさまざまな悩み相談	こころの健康相談ダイヤル	0570-064-556	月～金 9：00～17：00
	こころの電話	024-535-5560	月～金 9：00～16：00
	福島いのちの電話	024-536-4343	毎日10：00～22：00
	フリーダイヤル自殺予防いのちの電話	0120-738-556	毎月10日 8：00～翌日 8：00
	東京自殺防止センター	03-5286-9090	毎日20：00～翌朝 6：00 火曜のみ17：00～翌朝 6：00
■医療機関			
精神疾患が疑われる場合は、早めに「精神科」を受診してください。まず、内科や心療内科で体を診てもらってから、必要な場合に精神科を紹介してもらう方法もあります。	○精神科の病院・診療所 ○心療内科 内科の一つですが、精神科を兼ねている場合もあります。 ○内科	福島県のホームページ「福島県総合医療情報システム」の「診療科目・時間を探す。」にリンクされています。 http://www.ftmis.pref.fukushima.jp/ap/qq/sho/pwqqtimesr01.aspx	福島県精神保健福祉センターのホームページ http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21840a/
■職場復帰支援（リワーク支援）			
うつ病などで休職した方の職場復帰支援	独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 福島障害者職業センター	024-522-2230 http://www.jeed.or.jp	月～金 8：45～17：00

区分・相談内容	相談窓口・相談機関	電話番号 ホームページ	相談受付時間
■労働者の健康相談			
職場のストレスや対人関係の悩みなどの相談（ご本人やご家族の方もお電話を）	福島労災病院 心の電話相談	0246-45-1756	月～金（祝祭日を除く） 14：00～20：00
小規模事業場の事業主及び労働者の健康に関する相談 ◎窓口相談 産業医若しくは保健師が相談に応じます。	福島地域産業保健センター	024-534-6411	相談日・時間については、 直接お問い合わせください。
	郡山地域産業保健センター	024-924-1280	
	いわき地域産業保健センター	0246-27-7257	
	会津地域産業保健センター	0242-27-0528	
	須賀川地域産業保健センター	0248-73-3723	
	白河地域産業保健センター	0248-23-3701	
	相馬地域産業保健センター	0244-23-6806	
	双葉地域産業保健センター	※活動休止中	
■労働相談			
総合労働相談コーナー 解雇／労働条件引き下げ／いじめ・嫌がらせ／退職勧奨など労働問題に関するあらゆる分野の労働者、事業主からの相談を専門の相談員が電話或いは面談によりお受けしています。	福島労働局総合労働相談コーナー （福島労働局総務部企画室内）	024-536-4600	月～金 8：30～17：15
	福島総合労働相談コーナー （福島労働基準監督署内）	024-536-4610	
	郡山総合労働相談コーナー （郡山労働基準監督署内）	024-922-1370	
	いわき総合労働相談コーナー （いわき労働基準監督署内）	0246-23-2255	
	会津総合労働相談コーナー （会津労働基準監督署内）	0242-26-6494	
	白河総合労働相談コーナー （白河労働基準監督署内）	0248-24-1391	
	須賀川総合労働相談コーナー （須賀川労働基準監督署内）	0248-75-3519	
	喜多方総合労働相談コーナー （喜多方労働基準監督署内）	0241-22-4211	
	相馬総合労働相談コーナー （相馬労働基準監督署内）	0244-36-4175	
	富岡総合労働相談コーナー （富岡労働基準監督署内）	0246-35-0050	
解雇・賃金不払い・退職金の相談、労災保険の相談、職場の安全衛生・健康管理に関する相談	労働基準監督署 （別記 1）	別記 1	月～金 8：30～17：15
求人・求職の相談、失業等給付、高齢者・障がい者・外国人等の雇用管理に関する相談	ハローワーク （別記 2）	別記 2	月～金 8：30～17：15 （ハローワーク福島・平・郡山除く） 月～金 8：30～18：30 （ハローワーク福島・平・郡山に限る） 土 10：00～17：00 （ハローワーク福島・平・郡山に限る）
派遣労働者の適正な派遣に関する相談	福島労働局需給調整事業室	024-536-4222	月～金 8：30～17：15
職場における性別を理由とする差別、妊娠・出産等を理由とする不利益取扱い、セクハラ、母性健康管理、育児・介護休業、パートタイム労働等に関する相談	福島労働局雇用均等室	024-536-4609	月～金 8：30～17：15
労働に関する相談	福島県中小企業労働相談所	フリーダイヤル 0120-610-145	月～金 9：00～16：00
労使関係トラブルの相談	福島県労働委員会事務局	024-521-7594	月～金 8：30～17：15

区分・相談内容	相談窓口・相談機関	電話番号 ホームページ	相談受付時間
■消費生活			
悪質商法等の消費者トラブルの相談、多重債務に伴う債務整理に関する情報提供 ◎多重債務無料法律相談（要予約）	福島県消費生活センター	024-521-0999	電話相談 月～金 9:00～18:30 来所相談 月～金 9:00～17:00
借入れ・返済などに関するご相談や貸金業者に対する苦情	日本貸金業協会福島県支部	0570-051-051	電話相談 月～金 9:00～17:30 (年末年始・祝日を除く)
■法律相談			
面談や電話により、お問い合わせの内容に応じた法律制度や手続き、関係機関の相談窓口をご案内します。	日本司法支援センター 福島地方事務所（法テラス福島）	050-3383-5540	平日 9:00～17:00
■犯罪・暴力・迷惑行為			
ストーカー、配偶者からの暴力、虐待、自殺、いじめ問題、振り込め詐欺（オレオレ詐欺、架空請求、還付金詐欺）、ヤミ金などの相談	警察安全相談 (福島県警察本部県民サービス課)	#9110 (プッシュ回線に限る) 024-525-3311	電話相談、面接相談 月～金 9:00～17:00 (年末年始・祝日を除く)
いじめ110番	福島県警察本部	0120-795-110	月～金 9:00～17:00 (年末年始・祝日を除く)
性犯罪被害110番	福島県警察本部	0120-503-732	月～金 9:00～17:00 (年末年始・祝日を除く)
■人権相談			
人権相談	福島地方法務局	ナビダイヤル 0570-003-110	月～金 8:30～17:15
子どもの人権110番	福島地方法務局	フリーダイヤル 0120-007-110	
女性の人権ホットライン	福島地方法務局	ナビダイヤル 0570-070-810	
■障がい者			
障がい者110番 (障がい者の日常生活での心配や悩み・困りごと等の相談)	福島県障がい者社会参加推進センター	024-528-7110	月～金 8:30～17:00
■高齢者			
家庭問題、老後の不安、介護の悩み等相談 ◎専門相談(年金・法律・税金)は要予約	福島県高齢者総合相談センター	024-524-2225	月～金 9:00～17:00
■女性・ひとり親			
女性が抱えるあらゆる相談	女性のための相談支援センター	024-522-1010	9:00～21:00 (祝祭日・年末年始を除く)
母子家庭等の就労等の相談	母子家庭等就業・自立支援センター	024-521-5699	月～金 9:00～17:00
■子ども			
子どものあらゆる相談 (18歳未満)	中央児童相談所	024-534-5101	月～金 8:30～17:15
	県中児童相談所	024-935-0611	
	会津児童相談所	0242-23-1400	
	浜児童相談所	0246-28-3346	

注1. 相談機関等の掲載については、各機関の承認を得ておりますが、相談受付時間等が変更となっている場合がありますので各機関へお問い合わせ下さい。

注2. 相談受付時間の終了間際ですとゆっくりとお話を伺うことができません。時間に余裕を持っておかけ下さい。

別記1 労働基準監督署の所在地・連絡先

署名	所在地	電話番号
福島労働基準監督署	福島市霞町1-46 福島合同庁舎1階	024-536-4610
郡山労働基準監督署	郡山市桑野2-1-18	024-922-1370
いわき労働基準監督署	いわき市平字堂根町4-11 いわき地方合同庁舎4階	0246-23-2255
会津労働基準監督署	会津若松市城前2-10	0242-26-6494
白河労働基準監督署	白河市郭内1-124	0248-24-1391
須賀川労働基準監督署	須賀川市旭町204-1	0248-75-3519
喜多方労働基準監督署	喜多方市諏訪91	0241-22-4211
相馬労働基準監督署	相馬市中村字桜ヶ丘68	0244-36-4175
富岡労働基準監督署	仮事務所 いわき市平字田町120 ラトビル8F	0246-35-0050

別記2 ハローワークの所在地・連絡先

所名	所在地	電話番号
福島	福島市狐塚17-40	024-534-4121
平	いわき市平字堂根町4-11 いわき地方合同庁舎1階	0246-23-1421
磐城	いわき市小名浜大原字六反田65-3	0246-54-6666
勿来	いわき市東田町1-28-3	0246-63-3171
会津若松	会津若松市西栄町2-23	0242-26-3333
喜多方	喜多方市千苧8374	0241-22-4111
南会津	南会津郡南会津町田島字行司12	0241-62-1101
郡山	郡山市方八町2-1-26	024-942-8609
白河	白河市郭内1-136 小峰城合同庁舎1階	0248-24-1256
須賀川	須賀川市妙見121-1	0248-76-8609
相双	南相馬市原町区桜井町1-127	0244-24-3531
相馬	相馬市中村1-12-1	0244-36-0211
富岡	いわき市平字堂根町4-11 いわき地方合同庁舎5階 (事業所向けサービス)	0246-24-3055
	いわき市平字堂根町4-11 いわき地方合同庁舎1階 (職業相談・紹介業務、雇用保険の失業等給付業務)	0246-23-1421
二本松	二本松市若宮2-162-5	0243-23-0343

ストレスに 気づこう

ストレスは、さまざまな出来事がきっかけとなって引き起こされます。あなたの身のまわりにストレス要因がないか、気がつかないうちにストレスに対する対応が出てないかをチェックしてみましょう。

CHECK こんなことは、ありませんか？

職場で...



職場以外で...



発行：独立行政法人労働者健康福祉機構

福島産業保健総合支援センター

〒960-8031 福島市栄町6番6号 NBFユニックスビル10階

電話 024-526-0526 FAX 024-526-0528

E-mail fukushima@sanpo07.jp <http://www.sanpo07.jp/>