

職場のメンタルヘルス対策推進
キャンペーンイベント

事前予約制
相談無料

職場のメンタルヘルス対策 オンライン相談会

産業カウンセラー等の専門家に、職場内におけるメンタルヘルス対策の具体的な進め方や、個別事例への対応方法等についてご相談いただけます。

日程 令和7年11月13日(木) & 11月14日(金)

相談枠 1社あたり40分

【第1回目】 9:30～10:10

【第4回目】 13:30～14:10

【第2回目】 10:20～11:00

【第5回目】 14:20～15:00

【第3回目】 11:10～11:50

【第6回目】 15:10～15:50

※両日とも同じ時間帯で実施します。

対象 企業経営者／管理監督者／人事労務担当者 等

定員 18社 (要予約、定員になり次第締切)

こんな内容をご相談いただけます

社内でメンタルヘルス推進担当になったが、
何から始めたらよいのかわからない！

1次予防に役立つ方法について
知りたい！



メンタルヘルス対策を整備するのに
利用できる公的支援サービスについて
知りたい！

休職から職場復帰、
再発防止に向けた社内体制を
整備したい！

相談会に関するお申込方法

東京都の雇用就業に関する総合Webサイト「**TOKYO**はたらくネット」内、「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにてお申込を受け付けております。

URL <https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/mental/suishin/r7/>

職場のメンタルヘルス対策推進事業

検索



お申込後の流れ 定員18社（要予約、定員になり次第締切）

STEP 1

上記URLからお申込み

※申込完了メールが
自動返信されます

STEP 2

相談窓口案内メールを 確認

相談日1営業日前を目途に
相談会用URLをお送りします

STEP 3

相談会当日

ご予約いただいた時間に
相談会用URLからログインし、
相談員とお話ください

こちらも併せてチェック

職場のポジティブメンタルヘルスシンポジウム（オンデマンド配信）

心身ともに健康に、いきいきと充実して働くことを通じて組織の活性化・生産性の向上につなげていく“ポジティブメンタルヘルス”の考え方をテーマに、シンポジウムを開催します（事前申込制・視聴無料）。

配信期間 令和7年11月1日（土）10：00～11月30日（日） 申込締切は11月28日（金）16：00

対象 企業経営者・管理監督者・人事労務担当者等

申込方法 上記相談会と同じ「職場のメンタルヘルス対策推進事業」ページにて受付

働く人の心の健康づくりを支援する東京都公式Webサイト 「働くあなたのメンタルヘルス」

心のモヤモヤ、一人で抱えていませんか？

私のストレス、
自分でなんとか
できるかなあ



社内を元気にしたいけど、
何かいい方法はないかな

自分でできるストレス診断をはじめ、
心の健康づくりを支援する公的機関や
各種相談窓口を紹介しています。
各企業・団体のメンタルヘルス研修に
もご活用ください。

心の元気づくりかた、ご案内します。

URL <https://www.kenkou-hataraku.metro.tokyo.lg.jp>

働くあなたのメンタルヘルス

検索



気軽に始める いますぐ学べる



職場の
メンタルヘルス

【お申込方法に関するお問合せ】

令和7年度職場のメンタルヘルス対策相談会運営事務局

TEL 03-5966-5782

（受付時間 平日9：00～18：00）

Mail hataraku-positive@stage.ac

【本事業に関するお問合せ】

東京都産業労働局雇用就業部労働環境課

TEL 03-5320-4652

（受付時間 平日9：00～17：00）