



メンタルヘルス対策にお悩みなら

京都産業保健総合支援センター のご紹介



「産業保健総合支援センター・地域産業保健センター」では、働く人の「こころ」と「からだ」の健康に関する相談が無料でできます。職場のメンタルヘルス対策や安全衛生管理体制の整備など、専門スタッフによる事業所への支援が受けられます。

産業保健総合支援センター

(さんぽセンター)

対 象

事業主・人事労務担当者、産業保健スタッフなどの方々に対して、産業保健に関する研修や専門的な相談への対応等の支援を行います。

サービス内容

- 産業保健関係者に対する専門的研修
- 産業保健関係者からの専門的相談対応
- 産業保健に関する情報提供・広報啓発
- **メンタルヘルス対策**の普及促進のための個別訪問支援（**ストレスチェック**含む）
- 治療と仕事の両立支援
- 事業主・労働者向けの啓発セミナーの実施

地域産業保健センター

(地さんぽ)

対 象

労働者50人未満の小規模事業場の事業者や働く人を対象に、メンタルヘルス対策や保健指導などのサービスを提供しています。

サービス内容

- 労働者の健康管理（**メンタルヘルス含む**）に係る健康相談
- 健康診断の結果についての医師からの意見聴取
- **ストレスチェック**に係る高ストレス者や**長時間労働者に対する面接指導**
- 個別訪問による産業保健指導の実施

お問合せ

- **独立行政法人労働者健康安全機構 京都産業保健総合支援センター**
TEL：075-212-2600 E-mail：info@kyotos.johas.go.jp
- **地域産業保健センター**（県内7か所）ホームページからチェック →



メンタル不調予防のための4つのケア

セルフケア	ラインによるケア	事業場内産業保健 スタッフによるケア	事業場外 資源によるケア
《労働者》	《管理監督者》	《産業医・保健師等》	《専門機関・専門家》
● ストレスやメンタルヘルスに対する正しい理解 ● ストレスチェックなどを活用したストレスへの気づき ● ストレスへの対処	● 職場環境等の把握と改善 ● 労働者からの相談対応 ● 職場復帰における支援	● 具体的なメンタルヘルスケアの実施に関する企画立案 ● 個人の健康情報の取扱い ● 事業場外資源とのネットワークの形成やその窓口 ● 職場復帰における支援	● 情報提供や助言を受けるなど、サービスの活用 ● ネットワークの形成 ● 職場復帰における支援

無料で利用可能

事業場への個別訪問支援サービス
職場のメンタルヘルスに関する悩みや課題のご相談