

2015年  
9月1日  
から

こころほっと  
ライン  
が始まります！

メンタル  
ヘルスの  
不調

過重労働  
による  
健康障害

ストレス  
チェック  
制度



働く人のメンタルヘルス不調及び過重労働による健康障害に関する  
電話相談「こころほっとライン」

0120-5655-4555

月・火 / 17:00~22:00、土・日 / 10:00~16:00 ※祝日、年末年始を除く

2015年9月1日から

始まります!

# こころほっとライン

## メンタルヘルス不調などの相談に対応

こころほっとラインでは、全国の労働者の皆様やその家族、企業の人事労務担当者の方々からのご相談を電話でお受けいたします。メンタルヘルス不調や、2015年12月から新たに実施されるストレスチェック制度、過重労働による健康障害の防止対策などについての困りごと、お悩みなどをご相談ください。プライバシーは厳守いたしますので、どうぞ安心してご利用ください。

**【専用ダイヤル】** 0120-565-455 (無料)

**【受付日時】** 月・火 17:00 ~ 22:00

土・日 10:00 ~ 16:00

※祝日・年末年始を除く

**【ご利用者】** 労働者やその家族、企業の人事労務担当者など

### 📞 こんな相談ができます

#### メンタルヘルス不調のこと

- こころの悩みについて
- 人間関係の悩み・仕事の悩みについて

#### ストレスチェック制度のこと

- ストレスチェックを受ける方法について
- ストレスチェックの結果の内容について
- ストレスチェックの結果に基づいて医師の面接指導を受けることについて
- ストレスチェック結果等の個人情報の管理方法やプライバシー保護の配慮方法について
- ストレスチェックをめぐる不利益取り扱いについて

#### 過重労働による健康障害のこと

- 長時間労働による健康への影響について
- 事業場における健康管理の状況について
- 長時間労働の削減等の対策について

