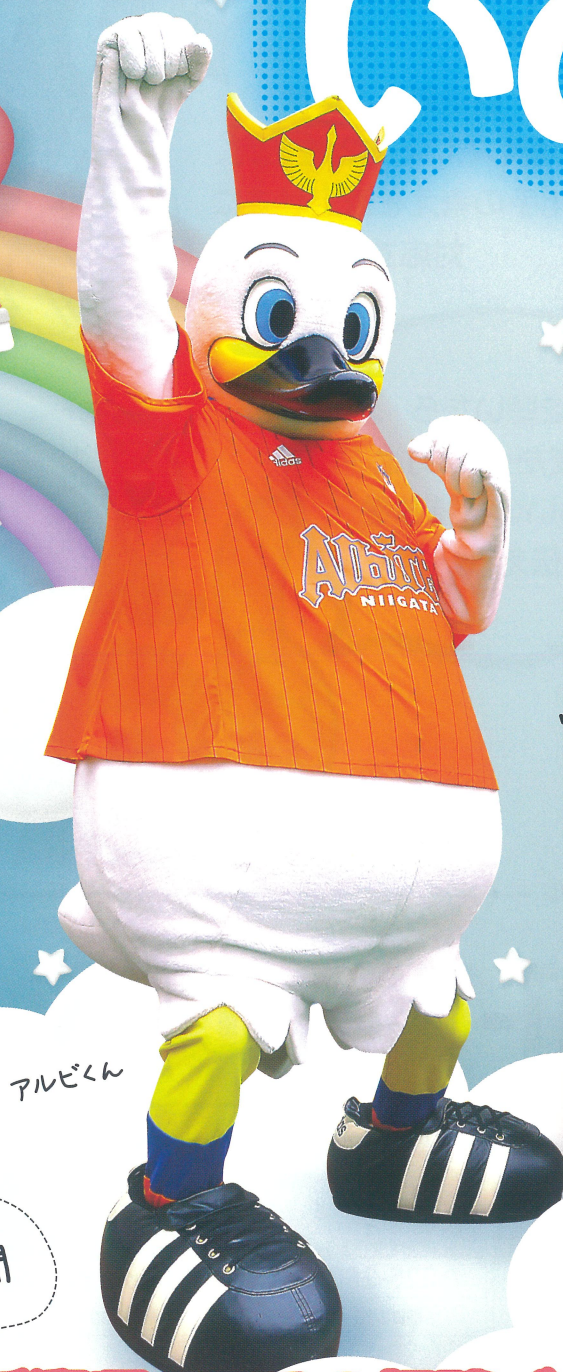


守れ、 ニイガタの いのち。



ひとりで悩まないで。



毎日
24時間
対応

新潟県こころの相談ダイヤル

☎0570-783-025

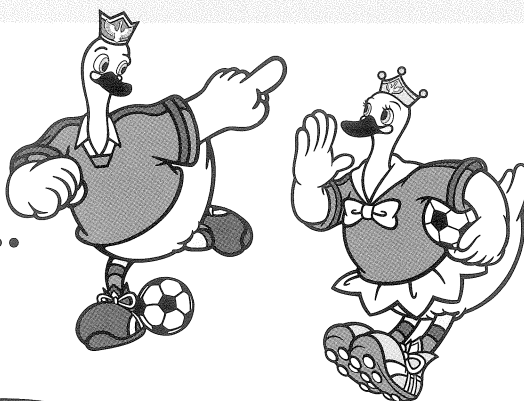
悩みに応じた相談窓口は

こころの相談 にいがた

検索



周りの人の様子が、
いつもと違ったら…



1
「どうしたの？」
「何か悩んでる？」
「よかったら話してみて」
などと声をかける。

2
話を聴くときは
心配していることを伝え、
相手の考えを否定せずに
対応する。

3
話を聴いたら
「大変だったね」と
ねぎらいの気持ちを
伝える。

4
最後に、
専門家が対応する
相談窓口が
あることを伝え、
相談を促す。

©1999,2002,2007 A.N.I.N.C.

新潟県こころの相談ダイヤル

ナビダイヤル

な や み

なしにいがた

毎日
24時間
対応

☎0570-783-025

みまもリン

こころの悩みはこちらでもお聞きしております。

秘密は固く守られます。相談員がお話を聞き、悩み事の解決に向け一緒に考えます。

下越地域いのちと こころの支援センター	中越地域いのちと こころの支援センター	上越地域いのちと こころの支援センター	新潟県精神保健 福祉センター	新潟市こころの 健康センター
☎0254-28-8880	☎0258-88-0070	☎025-524-7700	☎025-280-0113	☎025-232-5560
平日8:30~17:15	平日8:30~17:15	平日8:30~17:15	平日8:30~17:00	平日8:30~17:00

さまざまな悩みに応じた相談窓口は、新潟県ホームページでご案内しています。
電話で相談しづらい方には、LINEやオンラインチャットなどでの相談窓口もあります。

こころの相談 にいがた

検索

スマートフォンはこちらから



【事業所の皆様へ】

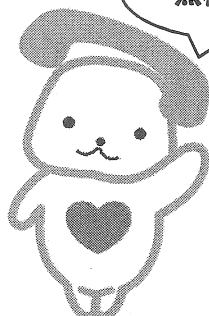
《メンタルヘルス出前講座》のご案内

メンタルヘルス対策って
何から取り組めば
いいの？

いつもと様子が違う
同僚に、何て声を
かけたらいい？

働きやすい環境って
どんな環境？

無料です



新潟県自殺予防
キャンペーンキャラクター
「みまもリン」

新潟県では、事業所に出向き「メンタルヘルス講座」を行っています。こころの健康のために、従業員同士や管理職ができること、気に留めておきたいことを考えてみませんか？安全衛生教育や職場内研修等で、ぜひご利用ください！

～なぜ、メンタルヘルス対策が必要なのか？～

こころの健康が保てなくなると、本人や本人の家族の生活に影響があるだけでなく、事業所の生産性低下や退職による人材の流出など、事業所が不利益になる場合があります。従業員自身が安心して働くことができること、事業所として従業員の能力を十分に発揮してもらうためにも、メンタルヘルス対策は重要です。

【申込先】 ※事業所のある市町村を所管する健康福祉(環境)部へご連絡ください。

健康福祉(環境)部	所管市町村	電話番号	FAX番号
村上地域振興局健康福祉部	村上市、関川村、粟島浦村	0254-53-8369	0254-52-2881
新発田地域振興局健康福祉保健部	新発田市、阿賀野市、胎内市、聖籠町	0254-26-9133	0254-26-0022
新潟地域振興局健康福祉部	五泉市、阿賀町	0250-22-5174	0250-22-5188
三条地域振興局健康福祉環境部	三条市、加茂市、燕市、弥彦村、田上町	0256-36-2363	0256-36-2365
長岡地域振興局健康福祉環境部	長岡市、小千谷市、見附市、出雲崎町	0258-33-4931	0258-33-4933
魚沼地域振興局健康福祉部	魚沼市	025-792-8614	025-792-6381
南魚沼地域振興局健康福祉環境部	南魚沼市、湯沢町	025-772-8137	025-772-2190
十日町地域振興局健康福祉部	十日町市、津南町	025-757-2402	025-757-2474
柏崎地域振興局健康福祉部	柏崎市、刈羽村	0257-22-4161	0257-22-4190
上越地域振興局健康福祉環境部	上越市、妙高市	025-524-6132	025-524-6998
糸魚川地域振興局健康福祉部	糸魚川市	025-553-1936	025-552-8800
佐渡地域振興局健康福祉環境部	佐渡市	0259-74-3407	0259-74-4563