

# 令和8年度メンタルヘルス相談会（互助会個別相談会）開催要領

## 長野県市町村職員互助会

- 1 目 的 公務環境の著しい変化に対応し、職員が心身ともに健康で快適な生活を維持していくためには、職場におけるメンタルヘルス事業が適切に行われることが不可欠であるが、心に悩みをもつ者への対応には、高度な専門知識や多くの経験が必要とされるため、団体が個々で対応することが難しい現状である。  
よって、互助会が専門家と契約することにより、互助会顧問相談員と会員や人事担当者が相談できる機会を提供することを目的とする。
- 2 顧 問 相 談 員 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー
- 3 対 象 者 会員及び人事担当者
- 4 相 談 内 容 仕事、人間関係、家庭、人生に関すること 等
- 5 相 談 方 法 顧問相談員による個別面談方式
- 6 相 談 料 無 料
- 7 プライバシー 相談内容等については秘密厳守とし、職場への報告は行わない。  
（「長野県市町村職員互助会個人情報の保護に関する規程」による取扱い）
- 8 申し込み方法 予約制  
・開催日の**5日前（土日祝を除く5日前）**までに別添の互助会個別相談会申込票により申し込んでください。（郵送・FAX・電子メールのどれでも可）  
・職場を通す必要はありません。直接本互助会へお申し込みください。  
・**最寄りの会場に限らず、どの会場においても相談可能です。**  
・申し込み受付後に相談時間を連絡します。  
・なお、相談は先着順とするため、希望者多数の場合は希望日に応じられない場合があります。

## 9 相 談 日

| 開 催 月 日   | 時 間         | 会 場                   |
|-----------|-------------|-----------------------|
| 4月24日（金）  | 13:00～16:00 | 塩尻市：市民交流センター（えんぱーく）   |
| 5月15日（金）  | 〃           | 佐久市：佐久市佐久平交流センター      |
| 6月26日（金）  | 〃           | 大町市：サン・アルプス大町         |
| 7月24日（金）  | 〃           | 伊那市：伊那市生涯学習センター（いなっせ） |
| 8月21日（金）  | 〃           | 中野市：中野市中央公民館          |
| 9月25日（金）  | 〃           | 飯田市：飯田市勤労者福祉センター      |
| 10月23日（金） | 〃           | 佐久市：佐久市佐久平交流センター      |
| 11月27日（金） | 〃           | 伊那市：伊那市生涯学習センター（いなっせ） |
| 12月16日（水） | 〃           | 松本市：あがたの森文化会館         |
| 1月22日（金）  | 〃           | 諏訪市：諏訪市駅前交流テラスすわっちゃお  |
| 2月19日（金）  | 〃           | 長野市：長野市生涯学習センター       |
| 3月17日（水）  | 〃           | 飯田市：飯田市勤労者福祉センター      |

## 互助会個別相談会申込票

年 月 日

|           |                                                                                                  |                      |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 団 体 名     |                                                                                                  |                      |
| 相 談 者 氏 名 |                                                                                                  | (年齢) 歳<br>(性別) 男 ・ 女 |
| 相 談 希 望 日 | 月 日 《会場： 市》                                                                                      |                      |
| 相 談 事 項   | ・ 自分自身に関すること<br>・ 職場に関すること<br>・ その他 ( )                                                          |                      |
| 連 絡 先     | 相談時間を連絡しますので記入願います。<br><br>TEL [ ] (職場 ・ 自宅 ・ 携帯)<br>E-mail [ ]<br><br>※連絡時間の希望がある場合は、以下に記入願います。 |                      |

※ 申込先 長野県市町村職員互助会

〒380-0871 長野市西長野加茂北 143-8

TEL : 026-235-5150      FAX : 026-235-2064

E-mail : gojyokai@avis.ne.jp (一般)

gojokai.choson@union.nagano-map.lg.jp (LGWAN)

※ 職場を通す必要はありません。直接お申し込みください。

(開催日の5日前(土日祝を除く)までに申込書をお送りください。)

※ 最寄りの会場に限らず、どの会場においても相談可能です。