

孤独・孤立

カスハラ

メンタル

家庭  
問題

働き方

パワハラ

人間  
関係

キャリア

ストレス

悩み

不安

テレワーク

# ひとりで抱え込まないで 相談することで心がふっと軽くなります



9月10日～9月16日は  
「自殺予防週間」

9月10日は  
WHO(世界保健機関)が定めた  
「世界自殺予防デー」

2025年9月13日(土) 10:00～22:00

## 働く人の電話相談室

☎ 0120-583-358 **相談料 無料**  
通話料

## 働く人のSNS相談室

<https://lin.ee/TLWFQ8I> **相談料 無料**

※SNSにかかるインターネットの通信料は相談者様のご負担になります。



### 働く人の相談室とは

世界自殺予防デーに合わせて実施する電話とSNS (LINE) の相談室です。仕事、人間関係、生活に関わる問題や悩みを抱える働く方、またその周りの方を対象に、9月13日(土) 10時から22時まで全国どこからでも無料で相談を受け付けています。

SNS相談は  
こちら



**主催** 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 **協力** 日本労働組合総連合会 (連合)

**後援** 厚生労働省／中央労働災害防止協会／独立行政法人 労働者健康安全機構  
公益社団法人 全国労働基準関係団体連合会／一般社団法人 日本キャリア・カウンセリング学会  
一般社団法人 日本産業精神保健学会／公益財団法人 産業医学振興財団／全国中小企業団体中央会