

No.2501

2025 年 8 月 25 日


“ひとりで抱え込まないで”不安や悩みの無料相談窓口を開設**「働く人の電話相談室・SNS 相談室」を 9 月 13 日(土)に実施**
～産業カウンセラーが相談に応じ、問題の解決への一助となることを目指す～

働く人の心の問題解決を支援する「産業カウンセラー」の資格を有する専門家を育成している一般社団法人 日本産業カウンセラー協会（会長：田中節子）では、WHO（世界保健機関）の定める世界自殺予防デー※にあわせて「ひとりで抱え込まないで」をテーマに、9 月 13 日（土）、全国の各支部・事業所に相談室を開設し、無料の相談対応を実施します。

日本産業カウンセラー協会では、2007 年から毎年、日本労働組合総連合会（連合）の協力を得て「働く人の電話相談室」を開設しており、今年で 19 回目の開催となります。

また、2022 年から LINE を活用した「働く人の SNS 相談室」も同時に開設しており、今年も引き続き、多くの働く方々や、そのご家族らの相談に、電話と SNS の両面から対応をいたします。

昨今、孤独や孤立の問題、ハラスメントの増加など、働く人々を取り巻く環境はますます複雑化しています。DX 化や AI 導入によるスキル陳腐化への不安や物価高騰といった要因も重なり、労働者のストレスは高まっています。見えにくい将来像や労働環境など、変化に心がついていかない、相談相手がいらないといった悩みを抱える方々に、“心を聴くプロ”である産業カウンセラーが相談に応じ、心の声を傾聴、問題の解決への一助となることを目指しています。

「働く人の電話相談室」  0120-583-358 *通話料・相談料とも無料**「働く人の SNS 相談室」 <https://lin.ee/TLWFQ8I> *相談料無料****■キャッチフレーズは「ひとりで抱え込まないで」**

開設期間：9 月 13 日（土） 相談受付は電話・SNS 共に 10:00 ～ 22:00

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



全国各地の協会事務所において地区毎に電話相談窓口を開設し、職場の人間関係に関わる問題等で悩みを抱える方々を対象に、全国どこからでも無料で相談を受け付けます。

※「世界自殺予防デー」とは、WHO（世界保健機関）が定めたもので、日本では世界自殺予防デーにちなみ、9 月 10 日～16 日の 1 週間を「自殺予防週間」に設定し、国、地方公共団体、関係団体、民間団体等が連携して啓発活動を推進しています。

【日本産業カウンセラー協会について】

日本産業カウンセラー協会は、1960 年に創立、1970 年に社団法人として設立され、60 年を超える歴史と実績があります。主な事業としては産業カウンセラー、キャリアコンサルタントの養成、企業・団体向けの研修や相談、個人向けの電話相談活動など多岐にわたります。

- ・所在地：〒105-0004 東京都港区新橋 6-17-17 御成門センタービル 6 階
- ・会 長：田中節子
- ・URL：<https://www.counselor.or.jp/>

【ご参考：2025 年配布チラシ】

< 表面 >

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
働く人のSNS相談室
https://lin.ee/TLWFQ8I 相談料 無料

※SNSにかかると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。

SNS相談はこちら

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。

協賛 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 協賛 日本労働組合総連合会(連合)
協賛 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
公認社団法人 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 産業安全振興財団/全国中小企業団体中央会

< 裏面 >

職場の上司から
パワハラを受けています

責任者出せ！
今すぐだ！

怒鳴り声が
怖くて……

こんな時はご相談ください

いつも一人で
つらいなあ

老後資金
住宅ローン
教育
介護

職場でも……
家庭でも……

私たち日本産業カウンセラー協会は、働く人と組織の課題解決を支援します

日本産業カウンセラー協会は、1960年に創立されました。1970年には社団法人として認可され、60年を超える歴史と実績を誇ります。産業カウンセラー・キャリアコンサルタントの養成をはじめ、企業・団体向けの研修や相談、個人向けの電話相談やSNSによる相談活動など、その領域は多岐にわたります。

JALICO賞章(こころまじ)

日本産業カウンセラー協会の3つの活動領域

私たちは、人間尊重の精神に立ち、産業カウンセリングを通して、働く人をめぐる組織と環境の調整、コミュニティの活性化に寄与し、人びとが信頼と安心の絆で結ばれる社会づくりに貢献します。

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
働く人のSNS相談室
https://lin.ee/TLWFQ8I 相談料 無料

確かな
傾聴力

秘密
厳守

SNSにかかると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。

協賛 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 SNSサイトURL: https://www.counselor.or.jp/
協賛 日本労働組合総連合会(連合) 協賛 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
公認社団法人 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 産業安全振興財団/全国中小企業団体中央会

< お問い合わせ先 >

一般社団法人日本産業カウンセラー協会 広報部		
〒105-0004 東京都港区新橋 6-17-17 御成門センタービル 6階		
TEL:03-3438-4568 FAX:03-3438-4487 e-mail: kouhou@counselor.or.jp		

支部名	問い合わせ 電話番号	所在地
北海道支部	011-209-7000	〒060-0004 北海道札幌市中央区北4条西7丁目1-5 札幌ホワイトビル3階
東北支部	022-715-8114	〒980-0014 宮城県仙台市青葉区本町2丁目6-15 チコウビル503号
上信越支部	027-365-2575	〒370-0006 群馬県高崎市問屋町3-10-3 問屋町センター第2ビル3階
東京支部	03-6434-9130	〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-2-12 菱化代々木ビル4階
神奈川支部	045-264-9521	〒231-0062 神奈川県横浜市中区桜木町3-8 横浜塩業ビル6階
中部支部	052-618-7830	〒461-0005 愛知県名古屋市中区東桜1丁目9番26号 IKKOパーク栄ビル4階
関西支部	06-4953-2357	〒540-0033 大阪府大阪市中央区石町2丁目5番3号 エル・おおさか南館3階
中国支部	082-223-7470	〒730-0016 広島県広島市中区幟町3-1 第3山県ビル5階
四国支部	089-968-2800	〒790-0814 愛媛県松山市味酒町1-3 四国ガス第3ビル7階

※回線設置支部のみ掲載

※回線未設置の地域からも受け付けます。