

# こころの耳

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト  
～心の健康確保と自殺や過労死などの予防～

あなたや、あなたの身の回りで  
こんな悩みを抱えている方は  
いませんか？

こころの悩みがある  
誰かに相談したい

こころの健康問題により  
休職中の社員がいる

職場のメンタルヘルス対策  
について知りたい

働く人のこころの健康に関するさまざまな情報を提供しています



相談窓口案内  
メール相談



ストレスチェック



事例紹介  
Q&A



eラーニング  
教育・研修

「こころの耳」は、インターネットによる情報提供の窓口です。  
あなたは一人ではありません。あなたの力になる情報や場所、人を一緒に探しましょう。

<http://kokoro.mhlw.go.jp>

こころの耳 で検索



携帯版「こころの耳」

社団法人 日本産業カウンセラー協会 こころの耳運営事務局  
お問い合わせ先 [kokoro@counselor.or.jp](mailto:kokoro@counselor.or.jp) (メール相談のアドレスではありません)

厚生労働省からの委託を受けて運営しています

