

公立学校共済組合では、大阪支部 大阪メンタルヘルス総合センター（OMC）、近畿中央病院などで、組合員・被扶養者の皆様のメンタルケア等にご利用いただける様々な事業を実施しています。

## メンタルヘルス相談

ご自身のお悩みごと、職場の気がかりなこと等、相談してみませんか？  
公認心理師・臨床心理士等があなたのお話を丁寧にお伺いします（プライバシーは厳守します）。

### 対面・オンライン（Zoom）による相談 . . . . . **OMC** **近畿中央病院**

- ・セルフケア（ご自身のこころの健康に関する相談） 対象者：組合員及び被扶養者
- ・ラインケア（職場環境や職員対応に関する相談） 対象者：管理職の方

相談日時 月曜日～土曜日（年末年始・祝祭日を除く）9時～17時 1回50分 ※事前予約制

相談場所 近畿中央病院（月～金）、ホテルアウリーナ大阪（水（月2回午後）・土）

### 電話・Web（メール）による相談 . . . . . 公立学校共済組合本部事業

専用フリーダイヤル・HPにて電話相談・Web（メール）相談・対面相談をご利用いただけます。  
詳細についてはP.17をご覧ください。

## 職場研修・セミナー

メンタルヘルスをテーマとしたセミナーや、eラーニング研修をご利用いただけます。

### 職場研修支援事業 . . . . . **OMC**

- ・講師派遣  
所属所や安全衛生委員会等に講師を派遣（オンラインも可）し、メンタルヘルス研修を実施します。
- ・eラーニング研修  
より手軽な研修として、PCやスマートフォンから受講できるeラーニング研修を提供します。  
※講師派遣、eラーニングいずれも組合員10名以上の参加が必要

### メンタルヘルスセミナー . . . . . **近畿中央病院**

毎年度1回、組合員の皆様にご参加いただけるメンタルヘルスセミナーを開催しています。  
令和5年度の開催につきましては、改めて所属所長あて通知等によりお知らせします。

## 休業中・復職後支援

精神疾患で休業中の方・復職直後の方向けのセミナー、リワークプログラムを実施しています。

### 心のホッとステップ講座・復職後支援講座 . . . . . **OMC**

- ・こころのホッとステップ講座（休業中の方向け）  
療養中の過ごし方や、復職に向けての気持ちの持ち方などについて考えるセミナーです。
- ・復職後支援講座（復職後概ね1年以内の方向け）  
復職後の過ごし方や、再発・再休業を防止する働き方について考えるセミナーです。

### 教員職場復帰支援プログラム . . . . . **近畿中央病院（各教育委員会 受託事業）**

大阪府（大阪市を除く）・堺市・豊能地区ご所属の、休業中の教員の方を対象とした約3ヶ月間のリワークプログラムです。  
グループで活動しながら、復職と再休業防止を目指します。

各事業の詳細については、下記問合せ先か所属所長あて通知等によりご確認ください。



公立学校共済組合大阪支部  
大阪メンタルヘルス総合センター  
(OMC) (近畿中央病院内に設置)

**0120-556-879**  
月曜日～金曜日 9:00～17:15



公立学校共済組合 近畿中央病院  
メンタルヘルスケアセンター

**072-781-3712**  
月曜日～金曜日 9:00～17:15

