

# こころの不調の予防、「早期自覚」「早期対処」を基本としたメンタルヘルス支援の取組みを行っています

## 相談窓口のご案内

ソーシャルアドバンス(株)に委託

東京都教育委員会では、メンタルヘルス支援事業として、早期自覚・早期対処を目的とした相談窓口を設置しておりますので、気になることや、最近何かおかしいなと思ったら、まずは一度相談してみるのはいかがでしょうか？

公認心理師または臨床心理士がメンタルヘルスに関する相談に応じています。

すべて  
無料

### 対象

正規任用教職員、再任用教職員(フルタイム)、臨時的任用教員、期限付任用教員、管理職  
※再任用短時間教職員および時間講師は、電話相談・メール相談は対象です。

#### 電話相談

相談電話 **03-6231-7787**

受付時間 平日 12:00～20:00



#### 土日相談 予約制

土曜日・日曜日に個別面談室を開設します。

(時間 9:00～18:00まで)

#### 場 所

池袋会場、上野会場、立川会場

問合せ・申込 **03-6802-7760**

受付時間 平日 9:00～18:00



#### メール相談

相談フォームに相談内容を入力いただき、後日メールで回答します。

#### 相談フォーム

<https://social-advance.jp/consult/>



## 職場復帰支援事業(リワークプログラム)のご案内

\*公立学校共済組合との連携事業

東京都教育委員会と公立学校共済組合関東中央病院では、メンタルヘルス不調により休職中の方を対象にさまざまな職場復帰支援の取組みを行っています。

その中の1つのプレリワークプログラムは、病気休職中または病気休暇中の教員の方を対象に、下記のとおり、行いますので、お気軽にご参加ください。

### プレリワークプログラム

- 日 時 令和5年3月10日(金) 14:00～15:30
- 内 容 職場復帰に向けたガイダンス  
精神科医師の講話、リワーク経験者の声の紹介ほか
- 実施方法 オンライン配信(ZOOM使用)
- 対象者 東京都の正規教員 ※指導主事、管理職は対象外です。
- 申込期間 令和5年1月24日(火) 10:00～2月24日(金)
- 定 員 30名

▶ 問合せ 関東中央病院メンタルヘルスセンター | ☎ **03-6413-7191**

★詳しくは、所属学校宛での通知または東京都教育委員会のホームページをご確認ください。

トップページからメンタルヘルスで検索  検索

復職に向けてまだ不安…  
でもリワークに興味はあるから  
とりあえず話を聞いてみたい



リワークプログラムって  
どのようなことをする  
のだろう…



問合せ先

教育庁福利厚生部福利厚生課厚生担当

☎ **03-5320-6879**