

No.2601

2026 年 8 月 25 日

働く人の心に寄り添い 20 回目 全国どこからでも無料で相談実施**「働く人の電話相談室・SNS 相談室」を 9 月 11 日(金)に開設**
～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 11 日（金）に全国の各支部・事業所に相談室を開設し、無料相談を実施します。

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 20 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、働く方々やそのご家族らの相談に、電話と SNS の両方で対応をします。

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、心の声を傾聴し、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 11 日（金） 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ごと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：2026 年配布チラシ】

< 表面 >

カスハラ 家庭問題 働き方 パワハラ 人間関係
孤独・孤立 メンタル 悩み 不安 テレワーク
キャリア ストレス

**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」

2026年9月11日(金) 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/P8BwLLO 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、生活に悩む問題や悩みを伝える聞く方、またその周りの方を対象に、9月11日(金)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

※一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 認定 日本労働組合総連合会(連合)
※厚生労働省/中労務労働局労働安全衛生課/独立行政法人 労働者健康安全機構
公益社団法人 全国労働基準問題団体連合会/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 日本産業保健推進学会/公益財団法人 産業医学振興財団/全国中小企業連盟中央会

< 裏面 >

職場の上司による過度な指導で、
心が疲れてしまったとき…

お客様からのクレーム対応に、
トラウマを抱えているとき…

こんな時にご相談ください

行き過ぎたオンライン管理に、
不安や恐怖を感じるとき…

家庭の悩みが尽きず、
心が休まらないとき…

※私たち日本産業カウンセラー協会は、働く人と組織の問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、50年を記念す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。

JAIICO 事業 (ここから)

私たちは、人々の健康と幸福に立ち、産業カウンセリングを通して、働く人をめぐる組織と個人の課題、コミュニケーションの活性化を促進し、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。

日本産業カウンセラー協会の3つの活動領域

- 1 メンタルヘルス対策への支援
- 2 キャリア形成への支援
- 3 職場における人間関係改善・職場環境改善への支援

2026年9月11日(金) 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/P8BwLLO 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。

秘密厳守

※一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 認定 日本労働組合総連合会(連合)
※厚生労働省/中労務労働局労働安全衛生課/独立行政法人 労働者健康安全機構
公益社団法人 全国労働基準問題団体連合会/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 日本産業保健推進学会/公益財団法人 産業医学振興財団/全国中小企業連盟中央会

本件に関する取材・撮影・インタビューを歓迎しております。担当者への取材調整や追加素材の提供も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

< 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 3F
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
東京支部	03-6258-4410	〒164-0012 東京都中野区本町 1-32-2 ハーモニータワー 5F
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 6F
中部支部	052-618-7830	〒461-0005 愛知県名古屋市東区東桜 1 丁目 9 番 26 号 IKKO パーク栄ビル 4F
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 3F
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 5F
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 7F

※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。