



# こころの健康相談室 ふお一えむのご案内

(令和7年12月～令和8年3月)



こころのケアを必要とするのは、支援が必要な利用者の方ばかりではありません。  
「こころの健康相談室ふお一えむ」は、川崎市内の福祉施設を運営している法人又は従事している職員の方を対象とした、こころの相談窓口です。臨床心理士が無料で相談に応じます。



## 相談日時

(★の日は夕方からの相談となります)

12月1日(月)、12日(金)、15日(月)  
1月9日(金)、19日(月)、23日(金)★、26日(月)  
2月2日(月)、9日(月)、16日(月)  
3月2日(月)、9日(月)、16日(月)★、23日(月)

①13:30～14:20、②14:30～15:20、③15:30～16:20

★①16:30～17:20、②17:30～18:20、③18:30～19:20

相談  
無料

## 例えばこんな相談・・・

- \*職場の人間関係がうまくいかない
- \*プライベートな悩みで仕事に集中できない
- \*漠然とした不安がいつもある
- \*いつも落ち込んでいて気分転換ができない
- \*攻撃的な利用者や家族にどう向き合ったらよいか、困っている
- \*職員のメンタルケアの仕方を学びたい
- \*組織内でのデリケートな問題が発生した際の解決方法について知りたい



【相談場所】川崎市総合福祉センター（エポックなかはら）5階

【相談方法】予約の上、来所による対面相談の他、状況に応じてオンライン、電話、事業所等への訪問等が可能です。（原則個人は3回、法人は5回まで）

【相談員】井上 果子氏（横浜国立大学教授 臨床心理士）

【予約方法】ホームページの申込フォームからお申し込みください。

（右下の二次元コード）後日、確認の返信をいたします。

1週間以内に連絡がない場合はお電話にてお問い合わせください。

フォームでのお申込みが難しい場合は、お電話にてお申込みください。

お仕事  
帰りの相談  
も可能



044-739-0058（予約受付時間 9:00～17:00）

申込フォームは [こちら](#)



※ 個人情報の取扱：「川崎市福祉人材バンク・メンタルヘルス相談事業における個人情報の取り扱いについて」に基づいて慎重に取り扱います。

※ その他詳細については、川崎市福祉人材バンクホームページ <https://kawasaki-jinzaibank.jp>