

最近ちょっと疲れていると感じていませんか？  
専門家があなたのお話を伺います。

最近不安で  
よく眠れない…



イライラする  
ことが多い…



人事院東北事務局

# こころの健康相談室

相談  
無料

秘密  
厳守

オンライン  
相談可能

## 対象者

東北地方に勤務する一般職の国家公務員（非常勤職員を含む。）

※職員の家族、職場の上司、同僚等からも相談ができます。

- 例えば…
- ・職員本人のこころの悩みに関する相談
  - ・職員に関する家族からの相談
  - ・上司、同僚、健康管理者等からの相談など

## 日時

申込みに応じて随時調整（事前予約制）

（原則水曜日、時間は1回約50分）

## 場所

仙台第2合同庁舎5階 人事院東北事務局

（仙台市青葉区本町3-2-23）

※オンラインによる相談も可能です。詳しくは人事院東北事務局HPをご覧ください。

## 申込先

人事院東北事務局 第一課公平勤務係

電話：022-221-2002

メール：人事院東北事務局HP内メールフォーム

※相談希望日の1週間前までにお申込みください。

