

### 就労に関する外部相談機関

中立的な立場で、派遣に働く方からの相談や苦情に対応しています。

相談先機関名	連絡先	受付時間	相談内容例	URL
一般社団法人 日本人材派遣協会 相談センター	03-6744-4125	月～金 9時半～19時 (祝日、年末年始を除く)	・派遣就労に関する相談 ・キャリアカウンセリング	<a href="http://www.jassa.jp/association/advice/">http://www.jassa.jp/association/advice/</a>
総合労働相談センター	右記URLより最寄りの労働相談センターに お問い合わせください		・職場トラブルに関する相談 等	<a href="http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html">http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html</a>

### メンタルヘルスに関する外部相談機関

健康相談、メンタルヘルス・カウンセリング、専門医の紹介などの相談に対応しています。

電話・メールで相談したい場合				
相談先機関名	連絡先	受付時間	相談内容例	URL
こころほっとライン	0120-565-455	月・火 17時～22時 土・日 10時～16時 (祝日、年末年始を除く)	・メンタルヘルス不調 ・過重労働による健康障 害	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000095839.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000095839.html</a>
こころの耳メール相談	mail@kokoronomimi.jp	24時間	・心身の不調 ・不安・悩み等	<a href="http://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan/">http://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan/</a>
働く人の悩みホットライン	03-5772-2183	月～土 15時～20時	・職場、暮らし、家族、将来 設計など、働くうえでのさ まざまな悩み	<a href="http://www.counselor.or.jp/consultation/tabid/298/Default.aspx">http://www.counselor.or.jp/consultation/tabid/298/Default.aspx</a>

### 直接相談したい場合

相談先機関名	連絡先	受付時間	相談内容例	URL
地域産業保健センター	右記URLより最寄りの産業保健センターに お問い合わせください		・メンタルヘルス不調	<a href="http://kokoro.mhlw.go.jp/health-center/index.html">http://kokoro.mhlw.go.jp/health-center/index.html</a>
精神科・心療内科等の 医療機関	右記URLより最寄りの医療機関に お問い合わせください		・うつ病などの 心の病気の診断・相談 ※診察費用が発生します	<a href="http://kokoro.mhlw.go.jp/facility/">http://kokoro.mhlw.go.jp/facility/</a>