

# —— 職場における健康づくり ——

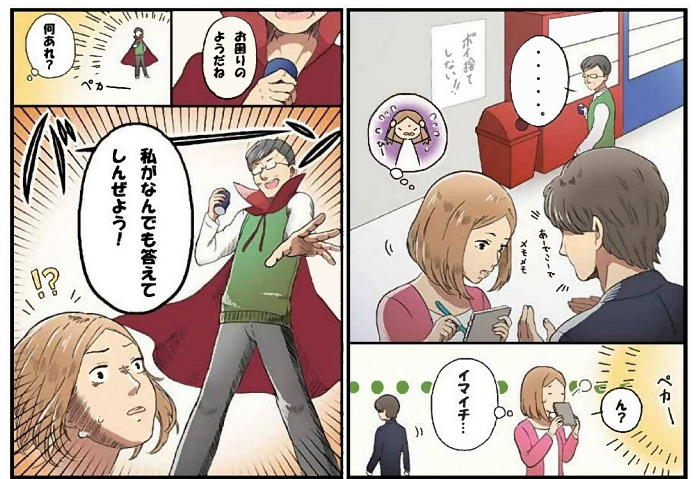
## ちょっとした 気配りと声かけで 元気な職場



### ＼ 適度な緊張と適度なリラックス！ ＼



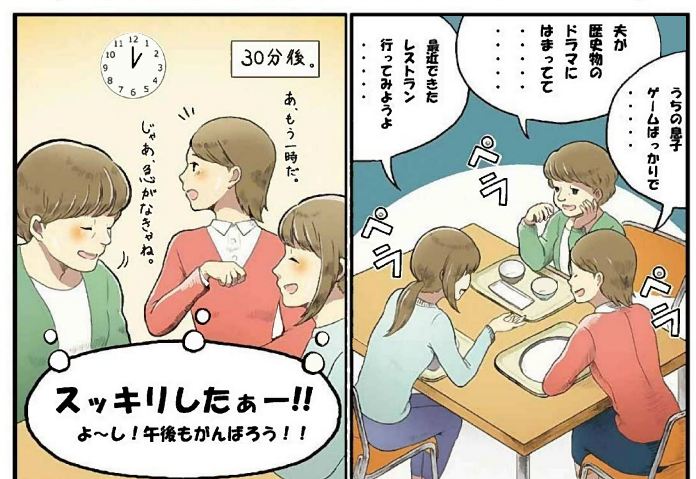
### ＼ 身近な人に相談しよう！ ＼



### ＼ 体調管理に気をくばろう！ ＼



### ＼ みんなで話してリフレッシュ！ ＼



## こころの健康についての相談 新潟市こころの健康センター

日時：月曜～金曜日 午前8時30分～午後5時00分  
TEL：025-232-5560 (相談専用)



新潟市ホームページ  
「こころの健康についての電話相談」  
のページにつながります

新潟市