

健康相談窓口

※
専門職に相談してみませんか？

例えばこんなとき・・・

- ・体調不良者がいる時や職場の復帰支援で困ったとき
- ・保健指導の対象者にはなっていないが、個別で相談したいことがある

※保健師対応となりますが、他にも管理栄養士・公認心理師での対応が可能です



方法

このような方におすすめ

① メール(手紙)相談

- ・周りの方に相談内容を聞かれたくない
- ・交代勤務などで相談する時間が取れない
- ・相談した内容を文書として保存しておきたい
- ・直接話すことが得意ではない

② 電話相談

- ・直接、気になることを聞きたい
- ・メールなど文書にするのが難しい
- ・対面で話すのは抵抗がある(苦手)
- ・面談時間を作ることが難しく、仕事に合間で電話したい

③ オンライン面談

- ・直接、気になることを聞きたい
- ・資料等を見せてもらいながら相談を受けたい
- ・在宅勤務で出社することが少ないけど、面談を受けたい
- ・自宅などの安心が出来る環境で相談したい



【実施報告書】

月ごとに、相談者名・相談件数をご報告いたします。

個人情報保護のため、相談内容の詳細はお伝えできません。(緊急時を除く)

※業務調整が必要な場合など事業所への詳細な報告が必要な場合、本人の了承を得た上で、内容を開示する可能性がございます

栄養相談

栄養相談（食・栄養に関する相談）

個別栄養相談では、高血圧や糖尿病など生活習慣病予防などの食事や、年代別の食生活でのポイントなど、みなさまの「食」に関するご相談に管理栄養士がお答えします。「指導」ではなく「相談」というスタイルで、どんな疑問にもお答えします。

世の中にあふれている栄養情報の中で、信頼できる正しい栄養情報をお伝えいたします。ご家族に関する相談での利用も可能です。相談することで、日々の食生活を見つめ直し未病・予防につなげていきましょう。

実施方法

メール



食生活についての質問や食生活状況をメールにてご連絡いただき、弊所管理栄養士にてご回答します。

○メリット

- ・時間を気にせず相談できる
- ・文書が残るので、後になって読み直せる
- ・話したり顔を合わすのが苦手でも問題ない
- ・食事内容を文書や写真で伝えることができる

電話



食生活についての質問や食生活状況をお電話にてご連絡いただき、弊所管理栄養士にてご回答します。実施時間：一人10～15分（目安）

○メリット

- ・気になったタイミングで相談できる
- ・面談の時間を作るのは難しいが、短時間で相談できる
- ・納得するまで質問できる
- ・パソコンなどのツールがなくても大丈夫

面談（遠隔・対面）



○遠隔

ZoomやTeamsを用いて、遠隔にて面談を実施し、食生活改善のアドバイスをします。

○対面

管理栄養士が事業所へ訪問し、従業員一人ひとりと直接お話ししながら食生活改善のアドバイスをします。

実施時間：一人15分～30分程度（ご要望に応じます）

○メリット

- ・相談相手の表情を見ながら、直接聞ける
- ・食事の具体的な量などを資料を見ながら、目で確認できる
- ・遠隔の場合は、自宅などの安心できる環境で相談することができる

※タブレットの貸し出しも可能です。必要であればご相談下さい。

<お問合せ先>

公益財団法人 福岡労働衛生研究所

〒815-0081 福岡県福岡市南区那の川1-11-27 （担当：健康増進部 見城・河野・児玉）

電話：092-526-1059（直通） F A X：092-526-8473 メール：rek-soudan@rek.or.jp