

悩んでいる人がいたら、私にできること



気づき



声掛け



傾聴



相談窓口の紹介

あなたのやさしさが職場を元気にします

組合員本人と同居のご家族の方にご利用いただけます。

こころの健康相談



通話料無料

0120-336-234

<https://t-pec.jp/websoudan/>

ユーザー名: kyosai

パスワード: 336234

臨床心理士などの心理カウンセラーによる電話・Web・面談カウンセリングをご提供いたします

● カウンセリング受付時間

電話/9:00~22:00 (年中無休)

※電話によるカウンセリングは1回あたり20分目安となります。
Web/24時間・年中無休 (返信は数日を要します。)

● 面談・オンライン面談・電話継続カウンセリング予約受付時間

電話/月~金9:00~21:00、土9:00~16:00

(日・祝日・12/31~1/3を除く)

Web/24時間・年中無休

(受付後、日程調整のお電話をさせていただきます。)

※面談、オンライン面談、電話継続カウンセリングは、初回利用時に利用方法をいずれか1つから選択していただけます。
利用途中での変更は原則不可。

面談・オンライン面談・電話継続カウンセリング

・年間5回まで無料

・全国約230か所のカウンセリングルームから
ご希望の地域のカウンセリングルームを
手配いたします。

・キャンセルの際は、土日・祝日・12/31~1/3を除く
前々日17:00までにご連絡ください。

カウンセリングって、何をやるんだろう？

カウンセリングとは、ありのままの自分、置かれた現状、問題の原因を知ること、
問題解決への対処法を見つけ出す作業です。

話すことで → 心の負担が軽くなることがあります。

話すことで → 自分の悩みの原因に気づくことがあります。

話すことで → 自分の考え方の癖に気づくことがあります。

皆さんご自身、またご家族、
同僚が悩んでいたらぜひ
この相談窓口を勧めてください。



プライバシーは厳守されますので安心してご利用ください (委託先: ティーベック株式会社)

※各サービスに諸条件がございますのでサービスを受ける際にご確認ください。



14700007(08)

個人情報の取扱いについて

●本サービスは、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)は、面談を伴うサービスを適切に実施するため、ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者(本事業提携会社および本事業提携医療機関を含む、以下同じ。)に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)

●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にともなう場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要があると当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただきます。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは「〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株)個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。

NEW!!

オンライン面談サービス

コロナ禍の状況で、従業員やそのご家族のストレス度はさらなる高まりを見せています。メンタルヘルスのカウンセリングサービスでは従来の方法に加え、お気軽にご利用できる**オンライン面談を開始いたしました。**

■ サービス利用の流れ

① 面談日程の調整を行います



お申込みはお電話で

② SMSにてオンライン面談URL をご案内します



③ 同意内容を確認の上、 オンライン面談開始



スマートフォンでもPCでも
ご自宅で面談可能

■ サービス内容

Web面談ツール「SOKUMEN」を利用したオンラインカウンセリングサービス
臨床心理士など心理カウンセラーが対応します

■ 予約方法

電話予約受付 / 月～金 9:00～21:00、土曜 9:00～16:00 ※日曜・祝日・12/31～1/3を除く

■ その他

- ・ 1回のカウンセリング約50分。
- ・ 年間5回まで利用可。
- ・ 通信費は利用者負担となります。
- ・ ご利用にあたっては、プライバシーが守られる静かで落ち着いた環境をご準備ください。

オンライン面談のメリット



- 感染リスクの軽減
- ご自宅で面談可能
- 面談ルームへの移動時間削減
- 在宅勤務の方に最適



さまざまなメリットがあるオンライン面談…
この機会にぜひご活用ください！