

みんなで作る快適職場

心の健康づくりを はじめよう

監修 高野知樹

神田東クリニック院長
精神科専門医・労働衛生コンサルタント

ストレスに
強くなる!



つき

ココロのトレーニング





一人で悩んで いませんか？

メンタルヘルスカウンセリング

健康保険組合ではメンタルヘルスの「カウンセリングセンター」と契約し、皆さんの「こころの健康」を保つお手伝いをしています。

職場・家庭での悩み、ストレス、メンタルヘルス不調と思われる方へのかかわり方など、ご相談ください。

プライバシーは 厳守いたします

あなたの個人情報が健保組合へ報告されることはありません。
安心してご相談ください

専門カウンセラー（臨床心理士）が 対応します

文部科学省認可「（財）日本臨床心理士資格認定協会」が認定する「臨床心理士」資格を有するカウンセラーがカウンセリングを行います。

電話カウンセリング

受付時間：月～土曜日 10:00～22:00（日曜・祝日・年末年始は休み）

相談料：無料

相談時間は、お一人 20 分程度

面接カウンセリング

予約受付：月～土曜日 10:00～20:00（日曜・祝日・年末年始は休み）

相談料：5 回まで無料（6 回目から有料）

施設：全国 129 カ所※の中から選択することができます。※平成 25 年 1 月 5 日現在

●カウンセリング施設一覧

<http://www.kokuhoken.com>

在原健康保険組合ホームページ→健康相談→メンタルヘルスカウンセリング からご覧いただけます。

メンタルヘルスカウンセリング

専用ダイヤル



0120

音声ガイダンスにしたがって、利用したいサービスを選択してください。



携帯電話からも
ご利用いただけます。