

# メンタルヘルス相談

メンタルヘルス相談ではストレスケアに関する  
カウンセリングを行っております。

最近、いつもとは違う「こころ」や「からだ」の変化に  
心当たりありませんか？

当院のメンタルヘルスカウンセラーが  
皆さまのこころが少しでも軽くなるようお手伝いをいたします。

相談日時	メンタルヘルスカウンセラー
平日月曜日～金曜日 9:00～17:00	カウンセラー（公認心理師・臨床心理士）
毎月第1月曜日 13:00～17:00 第1月曜日又は翌日が祝日の場合は第2月曜日になります	精神科医師
毎月第1・3土曜日 9:00～17:00	カウンセラー（公認心理師・臨床心理士）
毎月第2・4土曜日 13:00～17:00	カウンセラー（公認心理師・臨床心理士）

\*平日と第1、2、3土曜日は女性カウンセラー、第4土曜日は男性カウンセラーが対応します。

\*カウンセラーには守秘義務があります。カウンセリングで知りえた情報を本人の同意なくして他の誰かに伝えることはありませんので、安心してご利用ください。

\*現在、精神科・心療内科等に通院中の方は、主治医へ相談し了解を得たうえでお申込みください。

**\*オンライン・電話相談も対応しております。**

(原則初回は対面での面談を実施します。)

\*原則1人につき1年度当たり3回までを限度とさせていただきます。

\*相談室は別棟になっております。

\*専任の担当者のみが対応させていただきます。

**完全予約制**です。

電話かオンラインでお申し込みください

(予約専用電話) 0120-81-4898

申込受付：平日9時～17時まで

(オンライン受付) 予約調整フォーム

お手持ちのスマートフォン等でQRコードを読み込んでください

対象：組合員とその被扶養者の方

相談料：無料

本部規定による交通費が支給されます。

組合員証をお持ちください。



ストレスチェック後の  
カウンセリングOK

土曜日も  
相談OK

愚痴もOKです