

# メンタルヘルス相談 ご利用あんない

組合員および家族の健康づくりを目的として、メンタルヘルス相談を下記のとおり行っています。

メンタルヘルス相談をご利用になれる方	奈良県市町村職員共済組合の組合員およびその家族(被扶養者および同居するご家族)
相談員	「ハートランドしぎさん」に勤務する臨床心理士
相談場所	財団法人信貴山病院 ハートランドしぎさん
利用方法	利用者本人が、相談予約専用電話で臨床心理士に直接、相談日時のご予約をしてください。 受付時間：午前9時から午後4時まで 【日・祝祭日および年末年始(12月30日～1月3日)を除く】

相談予約専用電話 **0745-72-5307**

予約した日に、カウンセリング室で組合員証または、組合員被扶養者証を提示してから、メンタルヘルス相談を受けてください。

※カウンセリングの際、医師の診察および診断は行いません。

相談時間	受付時間内で1回につき60分以内
費用負担	相談料は共済組合が負担 ※ただし、1人同一内容につきカウンセリングは、3回以内を限度とします。
実施期間	毎年4月1日から翌年3月31日までの期間(毎年度継続更新)
プライバシー	個人情報保護法を遵守し、相談員は、相談者のプライバシーを厳守し機密を保持します。



## 電話健康相談

健康の悩みは、すぐダイヤルしてください  
すばやく、的確に、やさしくサポートします。



フリーダイヤル **0120-03-1199**

●年中無休・24時間受付 ●電話料も相談料も無料

こんな相談をしたとき

- ◎健康(心の相談)に関すること
    - ・病気の症状・病気の心配・薬の疑問・心身の不調など
  - ◎育児や介護に関すること
    - ・育児の不安・高齢者のケア・介護など
  - ◎事故に関すること
    - ・食事・運動・睡眠・休養など
  - ◎健康に関する情報の提供
    - ・医療・介護・保育等の福祉機関の施設など
- その他、健康全般に関することは何でも相談ください。

- ※「電話健康相談」ご利用にあたって  
電話健康相談は、一般的な助言の範囲内で健康にかかわる相談のみを行っています。診断、治療等の医療行為を行うものではありません。電話相談事業では、個人情報保護法を遵守しています。また相談員等は相談者のプライバシーを厳守し機密を保持します。ご相談の内容が他に知られることは絶対にありません。
- ※この電話健康相談は、当共済組合が信頼できる専門機関に依頼して開設しているものです。

### 食生活健康講座の実施について

共済ニュースすこやか4月号にて平成20年度保健事業のご案内をいたしました。健康対策事業の1つとして予定しておりました「食生活健康講座」につきましては、実施月を7月から9月に変更となりましたので、お知らせいたします。

### お知らせ