

健康で心豊かな人生を…

すべて  
無料です!

# 電話健康相談 / 健康・こころのオンラインWeb / セルフチェック・委託ストレスチェック のご案内

悩む前にまずご相談ください!



## 電話健康相談

健康の悩みは、こちらへどうぞ。  
すばやく、的確に優しくサポートいたします。

健康全般に関することは  
何でもご相談ください。

フリーダイヤル

0120-031-199

● 年中無休 ● 無料 ● 24時間対応 ●

※電話健康相談は、一般的な助言の範囲内で健康に関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。

## 健康・こころのオンラインWeb

健康・こころのオンラインは、  
皆さんの体とこころの健康をサポートするWebサイトです。

### 健康情報

体とこころのお悩みを解決する相談のポータルサイトです。Web上で相談・回答の確認ができるほか、電話相談や面接相談のご利用方法等を掲載しています。また、よく寄せられる相談内容や季節ごとの健康情報、セルフチェック等、お役立ちコンテンツが満載です。

### 健康・こころのオンライン

上図イメージのとおり、本組合ホームページ内よりご利用ください。

本組合ホームページの「組合員のページ」内に掲載しておりますので、ご家族の健康ツールとしてぜひお役立てください。

※ログインには、ユーザーID及びパスワードが必要です。ユーザーID及びパスワードは、組合員証の「保険者番号」です。

## セルフチェック・委託ストレスチェック

こころの状態をご自分ですぐ確認することができます。  
閲覧キーを活用すれば過去の状態を確認することもできます。

**セルフチェック** ログインにはユーザーID及びパスワードが必要です。ユーザーID及びパスワードは組合員証の「保険者番号」です。

**委託ストレスチェック** は所属所より委託を受けた場合に利用できます。ログイン時のユーザーID及びパスワードは所属所より案内されます。

※上記各種相談は、本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、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。