

利用できる方

被保険者
および被扶養者

メンタルヘルス カウンセリング

経験豊かな**専門スタッフ**が、
こころの**悩みや不安**にお応えします。



専用ダイヤル

通話料・相談料

無料

プライバシー

厳守

0120-921-412

- ▶ 発信者番号は「**通知設定**」でおかけください。
- ▶ つながらない場合は、はじめに「**186**」をつけて上記専用ダイヤル番号におかけください。
- ▶ ご利用者の状況または相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。

こころに負担を
感じたら、
まずお電話を!

音声ガイドに従ってご希望の
サービス番号をプッシュしてく
ださい。

サービス番号は裏面へ

※プッシュ回線でない方は、サービス番号
の前に*印ボタンを押してください。
黒電話などの場合は最後に各サービスの
直通電話番号をお知らせしますので、
おかけ直してください。

東京自動車教習所健康保険組合

プライバシー保護の観点から外部へ委託しています。個人の相談の有無・内容等が健康保険組合や会社に伝わることはありません（個人を特定できない統計的な月次データで報告されます）。

メンタルヘルスカウンセリング

サービス番号

2 面接カウンセリング

(オンライン面接のご利用も可能です)

東京カウンセリングセンター、もしくは全国主要都市のカウンセリングルームで、「公認心理師・臨床心理士」の資格を有するカウンセラーが対応します(年度中、対面とオンライン合わせて1人5回まで無料/6回目から有料)。※ご利用の際は利用資格を確認させていただきます。

予約受付 電話：月～土曜日(日曜・祝日、年末年始は休み) 10時～20時
Web：年中無休、24時間

まずお電話またはWebで面接の予約をおとりください。
Web予約ページ <https://socio.my.site.com/HealthReception/s/>



※オンライン面接をご希望の方は、「オンライン面接希望」とお伝えください。
※Web手続きののち2営業日以内に電話させていただきます。電話に回答されない場合は自動キャンセルとなります。



オンライン面接カウンセリング

ビデオ会議ツール「Zoom」「Teams」等を利用したオンラインでのカウンセリングです。サービス番号2の窓口でオンライン面接ご利用のご希望をお伝えください。
ご継続中の面接でオンライン面接をご利用いただくことも可能です。
※一部のカウンセリングルームでは対応不可場合があります。



サービス番号

3 電話カウンセリング

気軽に使える、お電話でのカウンセリングです。

受付時間 月～土曜日(日曜・祝日、年末年始は休み) 10時～22時

1回20分程度が目安ですが、20分で終わらないときや面接を受けなくなったときは、面接に移行できます(要・面接予約)。



サービス番号

4 電話カウンセリングで混雑を避けたいときは、翌日以降の予約もできます

予約受付 月～土曜日(日曜・祝日、年末年始は休み) 10時～18時

※サービスご利用にあたっては、予約受付時にご契約団体名を伺いますので、ご回答ください。



免責事項

本サービスは利用される方に適切な医療・健康関連情報を提供すること、および適切なメンタルヘルスカウンセリングを提供しメンタルヘルスの改善に役立てていただくことが目的であり、当健康保険組合および当健康保険組合が本サービスを委託した株式会社法研、株式会社東京カウンセリングセンター、同社が提携するカウンセリング施設(以上を総称して「サービス関係者」という)は、その目的を達成するために誠心誠意努力します。しかしながら、その目的が達成できなかった場合でも、サービス関係者はいかなる責任も負いません。また、本サービスは医師法等関連法令が規定する診察・治療や医薬品の提供は一切行いません。以上をご理解いただいた上でご利用ください。