

# 健康相談

健康管理事業の一環として、令和4年度まで実施していましたメンタルヘルスカウンセリングに加え、新たに身体の不調や医療・介護・育児に関する内容もご相談いただける総合的な健康相談窓口として「出版健保健康相談サービス」を実施します。

健康についての不安や質問のある方、さまざまな要因で心身の不調を感じている方はお気軽にご相談ください。

業務委託方式で、看護師、臨床心理士などの有資格者が相談を受けます。相談者及び相談の内容については、個人情報として保護されますのでプライバシーの面でも安心してご利用いただけます。

1. 対象者…被保険者および被扶養者
2. 利用方法

○出版健保専用ダイヤル（通話料無料）は広報誌『すこやか』をご覧ください。

**※発信者番号の通知設定が必須となります。**

○受付時間

- (1) 健康相談…24時間・年中無休
- (2) メンタルヘルスカウンセリング（スポットカウンセリング）
  - ①電話相談…9：00～22：00・年中無休（相談時間の目安：1回20分）
  - ②Web相談…24時間・年中無休（返信には数日を要します）

<https://consult.t-pec.co.jp/service/220348>

以下の相談は予約制になります。

- |                 |   |                  |
|-----------------|---|------------------|
| ③面談カウンセリング      | } | 初回利用時にいずれか1つを選択。 |
| ④オンライン面談カウンセリング |   | 利用途中での変更は出来ません。  |
| ⑤電話継続カウンセリング    |   | （相談時間の目安：1回50分）  |

電話による予約…月曜日～金曜日 9：00～21：00

土曜日 9：00～16：00

（日曜日・祝日・12月31日～1月3日を除く）

Webによる予約…24時間・年中無休

<https://consult.t-pec.co.jp/service/220348>

（受付後、日程調整の電話があります）

**※③～⑤の利用については年度内5回までとなります。**

3. 利用料金…無料