

# 仕事のストレス、人間関係の悩み— まずは電話で相談してみませんか？



現代社会はストレス社会。仕事の  
問題や人間関係からくるストレス、  
子育てや介護など、悩みのタネは  
つきません。心に悩みのある方は、  
ひとりで悩まずお電話ください。  
経験豊かなカウンセラーが、あなたの  
悩みの解決をお手伝いします。



## メンタルヘルス カウンセリング (こころの電話健康相談)

相談料・通話料  
**無料**

プライバシー  
**厳守**

「こんなとき…」は  
お電話ください

臨床心理士が  
対応



- 仕事でストレスがたまる
- 職場の人間関係で悩んでいる
- 育児・介護がづらい
- なぜか頭痛や下痢が  
続いている

相談無料で プライバシー厳守 // **安心してご相談ください** //

### 相談は無料です！

電話カウンセリングは、相談料・  
通話料ともかかりません。面接  
カウンセリングも、年度中1人  
5回まで無料です（6回目から  
有料）。

※電話相談は1日1回20分程度、面接  
は1回50分程度が目安です。

### プライバシー厳守！

プライバシー保護のため、カウンセリングは  
外部へ委託して運営しています。個々人の  
相談の有無・内容等が職場等に伝わることは  
ありません。

※面接の予約やご相談の関連上、年齢・都道府県名・  
相談者と相談対象者の続柄等をうかがう場合が  
ありますが、プライバシーは厳守されます。

電話番号が「非通知設定」の場合は、始めに「186」をつけてご利用ください。

**合同製鐵健康保険組合**