

悩んでいるあの人のために、  
できることは何だろう...




# こころの健康カウンセリング

【メンタルヘルスカウンセリング】

ご自身やご家族、同僚が悩んでいたら、この相談窓口を勧めてください。

ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々がご利用いただけます。

 Free 0120-863-291

通話料無料



<https://t-pec.jp/websoudan/>

ユーザー名:863291

パスワード:863291



臨床心理士などの心の専門家が電話・Web・面談によるカウンセリングをいたします。

## 電話・Webカウンセリング受付時間

電話 9:00~22:00 (年中無休)

※電話によるカウンセリングは1回あたり20分目安となります。

Web 24時間・年中無休 (返信は数日を要します。)

## 面談・オンライン面談・

### 電話継続カウンセリング予約受付時間

電話 9:00~21:00 (土曜日は16時まで)

(日曜・祝日、12/31~1/3を除く)

Web 24時間・年中無休

(受付後、日程調整のお電話をさせていただきます。)

※面談、オンライン面談、電話継続カウンセリングは、初回利用時に利用方法をいずれか1つから選択していただけます。  
利用途中での変更は原則不可。

## 面談カウンセリング

- 年間5回まで無料
- 全国約230か所のカウンセリングルームからご希望の地域のカウンセリングルームを手配いたします。
- キャンセルの際は、土日・祝日、12/31~1/3を除く、前々日17時までにご連絡ください。



## ？ カウンセリングって何をするんだろう

カウンセリングとは、専門家と一緒に自分自身や目の前の課題に向き合いながら、問題の解決や予防に取り組む作業です。

話すことで



心の負担が軽くなることがあります。  
自分の悩みの原因に気づくことがあります。  
自分の考え方の癖に気づくことがあります。



プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。(委託先 ティーベック株式会社)

※ご利用の際の諸条件などがありますので、ご不明点はお問い合わせください。



14700007(08)

### 個人情報の取扱いについて

●本サービスは、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)は、面談を伴うサービスを適切に実施するため、ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者(本事業提携会社および本事業提携医療機関を含む。以下同じ。)に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)

●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要がある当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただいております。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは「〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株)個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。