

メンタルヘルス相談

ストレスは誰もが持っています。メンタルヘルスの専門家に聞いてもらうだけでも気持ちが整理できたり、すっきりする場合があります。気になることがあれば、お早めにご利用ください。

1 対象

公立学校教職員（公立学校共済東京支部組合員）とそのご家族

2 担当

臨床心理士、精神科医

3 会場・開室日

総合健康センター相談室（御茶ノ水）
月曜～土曜 ※会場の詳細は予約時にお伝えします。

4 その他

- (1) 本人、家族、管理職が利用できます。
- (2) 相談は無料です。相談の秘密は厳守します。



メンタルヘルス土日相談

相談したいけど平日は勤務があって行けない…、近くに相談室があると便利なのに…、そんな教職員の皆様の声を受け、土日に東京駅、御茶ノ水駅、立川駅付近に教職員のためのメンタルヘルス相談室を開設しています。

1 対象

公立学校教職員（ご本人のみ）
※ご本人のみのご利用となります。
※再任用職員嘱託員等の方々もご利用いただけます。
詳細は申込み時にご確認ください。

2 担当

臨床心理士

3 会場・開室日

- | | | |
|------------|------------------|-----|
| (1) 東京会場 | 東京駅八重洲口徒歩約5分 | 土曜日 |
| (2) 御茶ノ水会場 | 御茶ノ水駅御茶ノ水橋口徒歩約5分 | 日曜日 |
| (3) 立川会場 | 立川駅南口徒歩約7分 | 土・日 |

※会場の詳細は予約後に郵送します。

4 その他

- (1) 電話予約後に予約票（会場・地図・日時等案内）を郵送いたします。
- (2) 相談は無料です。相談の秘密は厳守します。

共通お申込み先

右記フリーダイヤルにて
相談日時をご予約下さい。

 **0120-211-540**

つながらない場合はこちらへ▶03-3291-6349

【受付時間】月～金8:30～18:00
(携帯電話からも通話可能)

東京都教職員互助会ホームページもご参照ください。 <http://www.sanraku.or.jp/gojokai/>