

2024年度相談事業のご案内

不安や悩みは、ひとりで抱えず、私たちにご相談ください。仕事・職場に関するお困りごとやお悩み、メンタル不調のケア、休業や職場復帰（訓練等）に関すること、私生活のお悩み、などメンタルヘルスに関する相談を受け付けております。

相談に関する秘密は厳守します。公認心理師又は臨床心理士など心理職が対応します。

こころの相談



対象 公立学校共済組合東京支部組合員と被扶養者

会場・開室日 ①御茶ノ水相談室...御茶ノ水駅御茶ノ水橋口徒歩約5分

②立川相談室...立川駅南口徒歩約7分

月曜日～金曜日



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。

③相談方法は対面相談とオンライン相談があります。

オンライン相談は左のQRコードからWebサイトにてお申し込みください。



お申し込み先

公益社団法人東京都教職員互助会
東京都教職員総合健康センター

下記フリーダイヤルにて相談日時をご予約ください

0120-107-656

【受付時間】月～金 8:30～18:00 (携帯電話からも通話可能)

メンタルヘルス相談



対象 互助会会員、家族、特別会員、非常勤の学校職員及び他県・私学教員等

会場・開室日 ①御茶ノ水相談室...御茶ノ水駅御茶ノ水橋口徒歩約5分

②立川相談室...立川駅南口徒歩約7分

月曜日～土曜日 9:00～18:00

料金 右のQRコードからWebサイトでご確認下さい。

その他 ①予約制になります。

②電話予約後に予約票（会場・地図・日時・料金等案内）を郵送いたします。



お申し込み先

公益社団法人東京都教職員互助会
東京都教職員総合健康センター

下記フリーダイヤルにて相談日時をご予約ください

0120-211-540

【受付時間】月～金 8:30～18:00 (携帯電話からも通話可能)

こころの電話相談

対象 都内公立学校教職員、管理職、家族等

対応時間 月曜日～金曜日 日中（随時受付、予約不要）

利用方法 上記時間内に、こころの電話相談（03-5283-2117）におかけください。



こころのメール相談

対象 都内公立学校教職員、管理職、家族等

利用方法 URLへアクセスするか、こちらのQRコードを読み取りください。

<https://www.sanraku.or.jp/gojokai/health/mental.html>



臨床心理士等派遣



学校からの要望に応じて、臨床心理士等を学校に派遣してメンタルヘルスセミナーや個別面談を有料で実施します。

対象 東京都の公立学校・私立学校・国立学校・他県の公立学校

利用料金 お問合せください。

利用方法 申請書をメールまたはFAXにてお送りください。

申請書は、ホームページからダウンロードできます。

<https://www.sanraku.or.jp/gojokai/health/mental.html>

電話：03-5283-2323

FAX：03-3292-3500

e-mail：doyoubi@sanraku.or.jp



交通案内



交通

JR中央線・総武線	
御茶ノ水駅下車	徒歩約5分
地下鉄丸ノ内線	
御茶ノ水駅下車	徒歩約7分
地下鉄千代田線	
新御茶ノ水駅下車	徒歩約8分

〒101-0062

東京都千代田区神田駿河台2-3-12 池坊東京会館 2F

公益社団法人東京都教職員互助会 東京都教職員総合健康センター