

こんなお悩みを抱えていませんか？

お気軽にお電話ください



職場やプライベートの
人間関係に悩んでいる



夜中や早朝に目が覚めて
しまい、あまり眠れない。

子どもが不登校になってしまった。
どう対処すれば…。



子どもとうまくコミュニケーション
が取れず悩んでいる。



部下に言い過ぎてしまった。
最近イライラしているなあ。

会社の人には
相談しにくいな



病気で休職していたが
復帰を前に不安…。



オカムラグループ健康保険組合 こころの健康サポート

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

こころの悩みに心理カウンセラーが対応します。対面・オンライン面談・Web・電話とご希望の方法でのご相談が可能です。



通話料無料

0120-384-033



ご利用はこちらからも

サービス内容や利用方法がWeb上で簡単に確認できます。
サービスご利用の際もスムーズにアクセスできます。

<https://consult.t-pec.co.jp/service/384033>

スポットカウンセリング（予約不要）

電話・Web 相談受付時間

電話 9:00～22:00・年中無休（1回あたり20分が目安）

Web 24時間・年中無休（返信は数日を要します）

継続カウンセリング（予約制）

対面・オンライン面談・電話 予約受付時間

※1回あたり50分が目安

※初回利用時に利用方法をいずれか1つ選択。利用途中での変更は原則不可

電話 月～金 9:00～21:00、土 9:00～16:00
（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いたします）

継続カウンセリング

- 年間5回まで無料です。
- 対面カウンセリングでは、全国の提携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。



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。（サービス提供会社：ティーベック株式会社）

T-PEC

※ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合があります。詳細は<<https://www.t-pec.co.jp/notice/>>をご確認ください。



個人情報の取扱いについて

ティーベック株式会社は、ご利用者よりいただく個人情報を電話受付対応、必要に応じた面談の実施、医療機関の予約手配等に伴うサービスを業務委託を受けた範囲内において適切に実施するため、利用いたします。また、ご利用者の同意を得ている場合、法令に基づく場合を除き、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。詳しくは、ホームページ（個人情報の取扱い）| ティーベック株式会社 (<https://www.t-pec.co.jp/privacy/>) からご確認ください。なお、ティーベック株式会社は、サービス提供において収集された個人データを、サービス品質改善および広報マーケティング目的のためにご利用者の識別を可能にしない方法（ホワイトベーパーや営業資料における統計データなど）にて加工を行った上で、統計情報として作成、利用、公表を行うこととします。