

悩みごと・心配ごとは抱え込まずにまず相談

▶ストレス相談を実施しています

近年、様々なストレス等により職員の精神疾患が増加している現状にあります。

そこで教育委員会では、紀北と紀南に会場を設け、相談者とメンタルヘルスカウンセラーとの面接による相談を実施することにより、職員のストレス要因を取り除き、心の健康保持・増進に努めているところです。(悩みやストレスというのは、人それぞれ様々なものがありますので、基本的にはどんな内容でも構いません。)

※詳しくは、給与福利課から配付しているポスター等をご覧ください。

▶多重債務等の借金に悩む教職員等の皆様へ

教育委員会では教職員等の福利厚生観点から、多重債務者等借金相談窓口を設置するなどの支援を行います。相談の内容をはじめ、相談の有無等についても本人の同意を得ずに他の者に提供することはありません。また、多重債務等の借金を理由として不利益な取扱いを受けることもありません。

是非、ご相談ください。 ※詳しくは、給与福利課ホームページをご覧ください。



組合員とその被扶養者の皆様にご利用いただける健康相談事業

☎ 教職員電話健康相談24

健康に関するご相談に、保健師等の専門家が24時間・年中無休で応じます。

24時間 やさしく
通話料無料 0120-24-8349

- 一般健康相談、専門医相談(予約制)、小児救急相談に対応
- 利用時間 1回20分程度

☎ 介護電話相談

介護全般に関するご相談に、ケアマネジャーや社会福祉士がお応えいたします。

介護 ご納得
通話料無料 0120-515-579

- 月～金曜日 10:00～16:00(祝日・年末年始を除く)
- 利用時間 1回20分程度

☎ 女性医師電話相談

女性医師による女性疾患についての相談を中心とした女性向けサービスです。(予約制)

女性医師 こ 納得
通話料無料 0120-215-579

- 月～土曜日 10:00～21:00(祝日・年末年始を除く)
- 利用時間 1回20分程度 ※利用対象者は女性のみ

☎ 電話・面談メンタルヘルス相談

「心の専門家」の臨床心理士が、プライバシー厳守にてカウンセリングを行います。

悩み に向く
通話料無料 0120-783-269

プライバシーは厳守されます。安心してご利用ください。

電話相談

- 月～土曜日 10:00～22:00 (祝日・年末年始を除く)
- 利用時間 1人1回20分程度

面談相談

- 月～土曜日 10:00～20:00(祝日・年末年始を除く)
- 利用時間 1回50分程度
- 面談によるカウンセリングは1人年間5回まで無料
- 面談は全国主要都市の契約カウンセリングルームにて実施

🌐 Web相談(こころの相談)

電話でメンタルヘルスに関する相談をしづらい方のためにWeb上で24時間、ご相談を受け付けます。

URL <https://www.mh-c.jp/>

- ログイン番号 783269
- 臨床心理士が3営業日以内に個別に回答

※携帯電話・PHSからもご利用できます(通話料無料)

※詳細は、公立学校共済組合ホームページ掲載の利用者規約をご覧ください。トップページ▶組合員専用ページ▶健康相談事業のご案内

特定保健指導を利用しましょう

- 対象となる方には「特定保健指導利用券」を送付します。
 - 当支部では組合員の方を対象に、個別訪問型の特定保健指導を実施することとし、今年度はSOMPOヘルスサポート株式会社に委託しています。
 - 任意継続・被扶養者の方につきましては、当支部からお知らせする受診機関で受診してください。
- 特定保健指導とは?
● 健診の結果から、生活習慣病の発症リスクの高い方を対象に、保健師等のアドバイスのもと、生活習慣改善のための取り組みを行っていただくものです。まずは保健師等と面接を行い、生活習慣改善プログラムを実施していただき、6ヶ月後に改善状況の評価を行います。

個別健康情報提供冊子「健康マイレポート」を配布しています

配付対象者

今年度、特定健康診査(定期健康診断又は人間ドック等の受診者含む。)を受診し、当支部が受診機関からの受診結果を受領した組合員、及びその被扶養者(未受診項目のある方及び、任意継続組合員・その被扶養者は含まれません。)