

ひとりで悩まず、気軽に相談してみませんか？

## カウンセリング相談のご案内

心の疲れがなかなかとれない、心身の不調が続く時は、早めに誰かに相談することが大切です。公立学校共済組合山梨支部では、組合員の皆様が気軽に心の相談が受けられる機会として、カウンセリング相談を、公認心理師・臨床心理士のオフィスに委託し行っています。5回継続相談が可能です。

日程は、申込みを受けて、随時調整いたします。

土曜日や平日夜なども、カウンセリングが受けられます。

お気軽に相談してください。



「悩み」「心配」「不安」がある時は、一人で考え込まずに思い切って相談してみませんか？

専門家がじっくり相談にのります。

- \* 職場や家庭に心配事を抱えている
- \* 仕事の悩みや不満・不安
- \* 自らの生き方の悩み
- \* 心に負担がかかっている
  - ・ ストレスを上手に解消できない
  - ・ 何となく不安
  - ・ 眠れない
  - ・ 気分が落ち込む
  - ・ 集中できない 等
- \* その他、心の問題で相談を希望する人、治療中の人など



対象は、  
公立学校共済組合  
組合員です！



土曜日や平日夜間も  
受けられます！

- ☆ より自分らしく、より楽に毎日を送ることができるようにサポートします。
- ☆ 相談を希望する人で、現在治療中の方は必ず、主治医の了解を得て申込みをしてください。
- ☆ 秘密は守られますので気軽にお電話をください。

■ 予約・問い合わせ先 ■

公立学校共済組合山梨支部

健康管理担当

TEL 055(223)1747(直通)

