

# 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



ママ友との人間関係で悩んでいる。



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…。

部下に言いすぎてしまった。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の前に不安…。

娘とうまくコミュニケーションが取れず悩んでいる。



## こころの相談室

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

臨床心理士などの心の専門家が電話・Web・面談によるカウンセリングをいたします。

通話料無料  
**0120-926-738**



ご利用はこちらからも

サービス内容や利用方法をWeb上でかんたん確認  
電話やWeb相談フォームへスムーズにアクセス可能  
<https://consult.t-pec.co.jp/service/f2c844>

**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・電話・オンライン 予約受付時間

※ 1回あたり50分が目安・おひとり年間5回まで  
※ 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)

※ 電話による継続カウンセリングの予約は、こちらよりお申ください

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  
全国約230箇所の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。(委託先 ティーベック株式会社)

ご利用の際の諸条件などがありますので、ご不明点はお問い合わせください。



個人情報の取扱いについて

●本サービス(法律相談サービスを除く)は、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)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。なお、ティーベック(株)への個人情報の提供はご本人の任意ですが、個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。●ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者または本事業提携事業者に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。また、受診の予約手配をする目的で、本事業提携医療機関に、ご利用者本人のご依頼により氏名や電話番号などの連絡先に関する個人情報を提供いたします。●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要があると当社が判断した場合を除き、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。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただいております。●ご提供いただきました個人情報の開示等を求めることが可能です。お手続きは「〒110-0005 東京都台東区上野 5-6-10 ティーベック(株)個人情報相談窓口 責任者(個人情報保護管理者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。