

こころの悩みを相談したいときは **こころの相談室**

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。

専用ダイヤル **0120-926-738** 携帯からでも無料！
24時間・年中無休

※組合員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できます。

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回あたり約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、こちらよりお申込みください

Web 24時間・年中無休(受付後、日程調整のお電話をします)

<https://consult.t-pec.co.jp/service/f2c844>

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



令和6年度 健康づくりセミナーのお知らせ

昨年度ご好評いただいた下記のセミナーを、今年度は
栗津温泉おびし荘にて開催いたします。なお、第3回の
セミナーは9月に開催を予定しています。

参加
無料

開催場所 小松市栗津温泉 おびし荘

募集定員 各40名程度

第1回

飲み方で変わる? 緑茶の効能について

講師：アイング総合研究所 物部 真奈美氏

NHK「ためしてガッテン」など
多くのメディアで紹介された
緑茶の魅力や、淹れ方で変わる
成分・効能の違いについてご
講演いただきます。



日時

令和6年6月15日(土)10:00～12:00
申込締切：令和6年5月10日(金)

第2回

意思の力はいらない 悪癖対策セミナー

講師：Brillio 若山 博行氏

RIZAPでのトレーナー、店舗責任者の
経歴を持つ講師を迎え、悪いとわかって
いてもやめられない飲酒・喫煙、ついつい
手を伸ばしてしまう間食・寝る前のスマホ
など、悪い習慣からおさらばするため
のテクニックを教えていただきます。



日時

令和6年7月13日(土)10:00～12:00
申込締切：令和6年6月7日(金)



共済組合ホームページの「セミナー申し込み・応募・アンケートフォーム」からお申込みください。

● <https://www.kyousai-ishikawa.jp/formpage> ※FAX等による申込の受付は行っておりません。