

# こころの悩み・健康の不安、 あわてて病院に駆け込む前に、まずは電話で相談を！

ファミリー健康相談

メンタルヘルス  
カウンセリング

ベストドクターズ®  
サービス

専用ダイヤル

# 0120-248-987

無料！

携帯・PHSからもご利用できます



## こんなときは… お気軽にお電話ください！

子どもが急に  
熱を出した

どの病院に  
受診すべきか  
わからない

病気が  
なかなか  
よくなる

仕事で  
ストレスが  
たまる

職場の  
人間関係で  
悩んでいる

育児・介護が  
つらい

### ファミリー健康相談（電話健康相談）

…保健師・看護師・医師などベテラン相談員が健康に関する相談にお答えします。

ファミリー健康相談では、電話だけでなくWEBでも相談を受け付けています。



「248987」を  
入力してください。

WEBでの  
相談はこちらから

<https://familycare.sociohealth.co.jp/>



育児の困りごと、  
悩みごとを  
Q&Aで解説

血糖値や血圧が  
気になる人におすすめ  
のレシピを紹介

いろいろな病気の解説  
や対処方法を紹介

### メンタルヘルスカウンセリング

…こころの悩みをインターネットで相談できます

### こころのWeb相談

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

日曜日・祝日・年末年始を除く、3営業日以内に臨床心理士が回答いたします。

#### プライバシーは厳守されます

個々人の相談の有無・内容等が健康保険組合や会社に伝わることはありません(個人を特定できない、統計的な月次データで報告されます)



ここに「248987」を  
入力してログイン

### ベストドクターズ・サービス

…三大疾病などにかかったとき、専門医をご案内します。



◆ご利用者できるのは、被保険者 および 被扶養者

(「ファミリー健康相談（電話健康相談）」のみ、被保険者 および ご家族)

◆専用ダイヤルへお電話し、音声ガイドに従ってサービス番号をプッシュしてください。

●免責事項 本サービスは利用される方に適切な医療・健康関連情報を提供すること、および適切なメンタルヘルスカウンセリングを提供しメンタルヘルスの改善に役立ててもらふことが目的であり、当健康保険組合および当健康保険組合が本サービスを委託した株式会社法研、株式会社東京カウンセリングセンター、同社が提携するカウンセリング施設、ならびに医師情報を提供するベストドクターズ社 (Best Doctors, Inc.)、ベストドクターズ社が案内した専門医、関係するスタッフ (以上を総称して「サービス関係者」という) は、その目的を達成するために誠心誠意努力します。しかしながら、その目的が達成できなかった場合でも、サービス関係者はいかなる責任も負いません。また、本サービスは医師法等関連法令が規定する診察・治療や医薬品の提供は一切行いません。以上をご理解いただいた上でご利用ください。

ベストドクターズは Best Doctors, Inc. の登録商標です。