

各 所 属 所 長 様

公立学校共済組合埼玉支部長

「こころ と からだの健康」に関する相談事業等について（通知）

公立学校共済組合では、組合員及びその家族の健康の保持増進を図るため、下記のとおり様々な健康相談事業等を実施しています。

つきましては、別添資料を御活用いただき、組合員への周知等をお願いします。

記

- 1 教職員メンタルヘルス相談
 - （１）メンタルに関する相談ができる医療機関
県内10カ所
 - （２）依存症に関する相談ができる医療機関
県内2カ所
 - 2 教職員メンタルヘルスセルフチェック「からだところの体温計」
 - 3 健康相談事業
 - （１）教職員電話健康相談24
 - （２）電話・面談メンタルヘルス相談
 - （３）Web相談（こころの相談）
 - （４）介護電話相談
 - （５）女性医師電話相談
 - 4 心のセルフチェックシステム
 - 5 メンタルヘルス相談（公立学校共済組合直営の関東中央病院で実施）
- ※ 事業参加条件について
上記全てにおいて、利用申込時（予約時）及び利用時に共済組合員資格があること

担当 福利課 厚生担当
電話 048-830-6703

「こころ♡ と からだ♠ の健康」に関する相談事業等

1. 教職員メンタルヘルス相談♡

(1)メンタルに関する相談ができる医療機関

- 概要：心の悩みを持つ組合員と組合員の悩みについて相談したいその家族を対象に、専門医や臨床心理士によるカウンセリングを実施しています。
- 利用方法：希望の医療機関に直接電話で共済組合員である旨を伝え予約し相談する。
⇒1週間に1相談枠を設けていますので、優先して相談が受けられます。

※電話する際は、「公立学校共済組合埼玉支部の教職員メンタルヘルス相談利用」の旨を必ず伝えてください。

- 相談料：年度内3回まで無料

共済組合では、利用者の報告を受けていません。どなたが受診されたか特定できないようになっていきますので、安心してご相談ください。

- 医療機関：県内10か所

	医療機関	電話番号	住 所	休診日
1	小原クリニック	048-883-5860	さいたま市浦和区東高砂町9-1 SUMIDA ONE 本館3F	月曜午前・日曜・祝日
2	メンタル クリニック美波	048-749-8373	さいたま市岩槻区本町4-3-2 セントラルヒルズ1F	水曜・日曜・祝日 土曜（偶数週の午後）
3	式場クリニック	048-931-0210	草加市栄町3-3-24	木曜午後・日曜・祝日
4	浦和すずのき クリニック	048-845-5566	さいたま市桜区田島7-17-21	日曜・祝日
5	ひがメンタル クリニック	048-641-2133	さいたま市大宮区高鼻町1-305	第四水曜の午後 日曜・祝日
6	メンタルヘルス 田井クリニック	048-816-5521	さいたま市浦和区高砂3-2-10 草野高砂ビル6F	水曜午後・土曜午後 ・日曜・祝日
7	かわかみ心療 クリニック	048-600-5555	さいたま市中央区新都心4-8 新都心ファーストビル3F	木曜・日曜・祝日
8	白峰クリニック	048-831-0012	さいたま市浦和区上木崎4-2-25	日曜・祝日
9	若葉駅前メンタル クリニック	049-271-1000	鶴ヶ島市大字藤金852-16 ステーションテラス若葉101	水曜・土曜の午後 日曜・祝日
10	深谷メンタル クリニック	048-573-2520	深谷市西島町3-17-47	日曜・祝日

(2)依存症に関する相談ができる医療機関

- 概要：依存症の悩みを持つ組合員と組合員の悩みについて相談したいその家族を対象に専門医や臨床心理士によるカウンセリングを実施しています。

治療内容：性嗜好障害（痴漢、盗撮等）・アルコール依存症・薬物依存症・ギャンブル依存症
窃盗癖・買い物依存症・ネット依存症・ストーカー・DV・その他

- 利用方法：希望の専門医療機関に直接電話で共済組合員である旨を伝え予約し相談する。

※電話する際は、「公立学校共済組合埼玉支部の教職員メンタルヘルス相談利用」の旨を必ず伝えてください。

- 相談料：年度内3回まで無料

共済組合では、利用者の報告を受けていません。どなたが受診されたか特定できないようになっていきますので、安心してご相談ください。

- 医療機関：県外2か所

	医療機関	電話番号	住 所	休診日
1	ライフサポートクリ ニック	03-6384-7607	東京都豊島区西池袋3-29-12 武蔵屋ビル1～5階	日曜・祝日
2	大石クリニック	045-262-0014	神奈川県横浜市中区弥生町4-41	日曜・祝日

～診療の守秘義務について～

診療について医師を含む医療従事者は、刑法第134条により、正当な理由なしに業務上知り得た情報を他に漏らしてはならないとされています。そのため医療機関から福利課や職場・警察に対しても本人の同意がないと回答しませんので、安心してご受診いただけます

2. 教職員メンタルヘルスセルフチェック「からだところの体温計」♡♠

- 概要：からだところの健康状態を確かめてみましょう。
結果は、すぐにキャラクターでビジュアルに表示されます。
自分自身のことだけでなく「家族モード」で家族のことを
確かめてみることもできます。
- 利用方法：携帯電話やパソコンから利用できます。
個人情報やアクセス記録等はありません。

パソコンはここから→<https://fishbowlindex.jp/pssaitama/>

携帯はここから→



3. 健康相談事業 組合員と被扶養者が利用できます。

(1) 教職員電話健康相談24♡♠

- 概要：一般健康相談、専門医相談（予約制）、小児救急相談などに、保健師等の専門家が、
24時間フリーダイヤルで対応しています。
- 利用方法：フリーダイヤル(0120-24-8349)に電話し、『公立学校共済組合埼玉支部』と組
合員氏名（匿名可）を告げて相談する。（携帯電話・スマートフォンからも可）
- 利用時間：1回20分程度

(2) 電話・面談メンタルヘルス相談♡

- 概要：「心の専門家」臨床心理士がカウンセリングを行います。
【電話相談】月～土曜日 10:00～22:00（祝日・年末年始除く）
利用時間：1回20分程度
【面談予約】月～土曜日 10:00～20:00（祝日・年末年始除く）
相談料：面談によるカウンセリングは1人年度内5回まで無料
相談時間：1回につき50分程度
無料で面談によるカウンセリングをご利用頂くには、初回申込みを下記のフリーダイ
ヤルで予約をする必要があります。
- 利用方法：フリーダイヤル(0120-783-269)へ電話する。
（携帯電話・スマートフォンからも可）

(3) Web相談（こころの相談）♡

- 概要：電話でご相談しづらい方のために、Web上で24時間メンタルヘルスに関するご相
談を受け付けます。
- 利用方法：<https://www.mh-c.jp/>（ログイン番号 783269）
臨床心理士が3営業日以内を目処に個別に回答

(4) 介護電話相談♡♠

- 概要：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。
- 利用方法：フリーダイヤル(0120-515-579)へ電話する。
月～土曜日 10:00～18:00 祝日・年末年始除く
（携帯電話・スマートフォンからも可）
- 利用時間：1回20分程度

(5)女性医師電話相談♡♠

- 概 要：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)
- 利用方法：フリーダイヤル(0120-215-579)へ電話する。
月～土曜日 10:00～21:00 祝日・年末年始除く
(携帯電話・スマートフォンからも可)
- 利用時間：1回20分程度
- 対 象 者：女性のみ利用

4. 心のセルフチェックシステム♡

- 概 要：ストレス状況を自分自身の目で見、向き合うことは、ストレスと上手につきあっていくために大切です。インターネットからアクセスし、無料で心のセルフチェックを行うことができます。
ちょっとした時間に、ご自身の心の具合をチェックしてみたいはいかがでしょうか
- 利用方法：パソコンやスマートフォンから利用できます。
公立学校共済組合ホームページ (<https://kokoronokenkou.jp>)



- 対 象 者：組 合 員
バナーの「心のセルフチェック」をクリックし、ID・パスワード（共済フォーラム参照）を入力。本人が特定されることはありません。

5. メンタルヘルス相談(公立学校共済組合直営の関東中央病院で実施)♡

- 概 要：臨床心理士が医師と連携し、専門性を活かして丁寧に面談での相談を実施しています。秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。
- 対 象 者：組合員と被扶養者（組合員証・組合員被扶養者証をお持ちの方）
- 相談日時：月～金曜日（相談1回につき1時間程度）
- 相 談 料：無料
- 利用方法：電話もしくは病院ホームページの予約ホームから予約する。
予約専用電話(03-3429-1510)〔平日8:30～17:00〕
予約ホーム：https://www.kanto-ctr-hsp.com/mentalhealth_reserve/
- その他：往復の交通費の一部が規程に基づき支給されます。