

2024年4月1日より新たに「チャットボット健康相談サービス」がご利用いただけます！

あなたと大切なご家族の健康をサポート！ こころとからだの専門家が対応します



たとえばこんなとき…

不意のケガ
応急手当は？

子どもの急病
どうしよう？

どの診療科を
受診すればいい？

家族の介護の
ことで相談したい

旅先、
休日・夜間でも
受診できる病院を
調べたい

お気軽にご利用ください



職場・
プライベートの
人間関係で
悩んでいる

都市共済健康ダイヤル24

■ 24時間 健康相談サービス (年中無休)

医師・保健師・看護師などの有資格者が、
24時間・年中無休で健康・医療・介護・育児・メンタルヘルス
などのご相談に対応します。

通話料・相談料無料

☎ **0120-061-828**



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/01950e>

■ メンタルヘルス カウンセリングサービス

相談しづらい職場・家庭などのこころの悩みに、心理カウンセラーが対応します。

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・オンライン面談

※ 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

予約受付時間 ☎ 電話 / 月~金 9:00~21:00
土 9:00~16:00 (日曜・祝日・12/31~1/3 を除く) 📱 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)
※ 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。(サービス提供会社：ティーベック株式会社) **T-PEC**

北海道都市職員共済組合の組合員 (短期組合員含む) と配偶者及びそのいずれかの被扶養者

※ 利用条件や、地域・内容により、ご要望に沿えない場合がありますので、不明点はお問い合わせください。

■ チャットボット健康相談

健康に関する悩みや質問に、チャットボットが
自動応答でお答えします。

Webでも
気軽に健康相談！

チャットボット
健康相談

ご利用はこちらから

https://app.chatplus.jp/chat/visitor/3159fab2_164?t=btn&bw=480



- ▶ どんな時にカウンセリングをするのが良いの？
- ▶ やる気おきないときの対処法は？
- ▶ コロナウイルスに関するいろいろな情報に
翻弄され、ストレスです。
- ▶ やめられない習慣 (依存) で悩んでいます など

※ 上記テーマは2021年11月時点のもので、ご加入の団体等により異なります。

※ 当サービスは、必ずしも疾病の予防を保障するものではありません。



14700007(10)

北海道都市職員共済組合

TP2310-0002L0000-2-1