

# リクルート健康保険組合の ヘルスケアサポート

リクルート健保では、皆さんの健康をサポートするために外部機関と契約し、健康相談・メンタルヘルスサポート〔(株)法研〕を提供しています。お気軽にご利用ください。

ヘルスケア  
サポート  
VOL  
①

## 健康相談 (身体&介護&育児) (株)法研

プライバシーは厳守されます



### ヘルス・ケア・ダイヤル

体の不調・気になる症状がある、医療機関を紹介してほしい、運動、食事、薬、介護、育児について相談したい、などのご相談を24時間365日無料で行っています。

### 専門医相談

症状により、専門的な健康相談やセカンドオピニオンが必要な場合には、医師が直接ご相談に応じます。(予約制)

### 小児救急相談

お子様についてのご相談で、緊急の対応が必要な場合には、24時間365日いつでも小児科医がご相談に応じます。(予約不要)

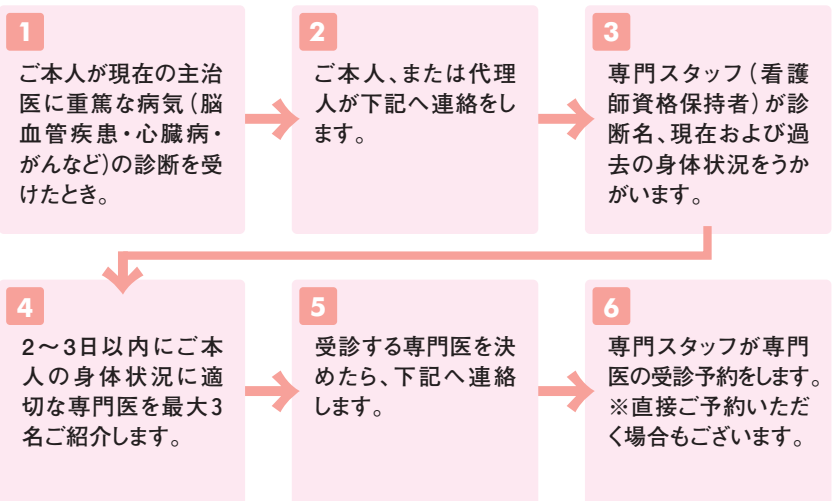
### ベストドクターズ®・サービス

生命に関わり一生を左右するような重篤な病気(脳血管疾患・心臓病・がんなどの三大疾病を中心に)のセカンドオピニオンを受けたい、現在の主治医の治療方針に不安を感じるなどございましたら専門医をご紹介します。

#### ご利用に際して

- ご利用いただくには、サービス対象疾患と診断されていることが必要です。("疑い"の状態での利用はできません)
- 地域や内容によりご要望に沿えない場合があります。
- 緊急手術が必要な場合には対応できません。

#### 相談の流れ



### 予約方法

### 電話相談

#### 一般の電話(無料)

携帯・PHS(無料)

フリーダイヤル

**0120-911-097**

#### 海外から

(コレクトコールでおかけください)

**03-5524-8500**

#### 相談員

保健師・看護師・栄養士などの医療専門職

自動音声ガイドによる案内が流れます。案内にしたがって、ご希望のサービス番号をプッシュしてください。

サービス番号	メニュー内容	受付時間
1	電話健康相談 (ヘルス・ケア・ダイヤル、専門医相談予約、小児救急相談)	24時間 年中無休
5	ベストドクターズ® サービス	10:00 ~ 21:00 日・祝日除く

### WEB相談

健康・妊娠・出産・育児・介護についてのご相談はWebでもご利用いただけます。

## ファミリー・ケア・ネットワーク

<https://www.familycarenetwork.com/kenkou/>

ログイン画面で、「911097」を入力し、**ログインボタン**をクリック



ひとりでかかえこむ前にこころの悩み相談してみませんか？

# メンタルヘルスサポート (株)法研

プライバシーは厳守されます

こんなことがあった時に……



仕事への  
自信がなくて  
常に不安



職場の  
人間関係に  
悩んでいる



ストレスがたまり、  
どこも悪くないのに  
気分がすぐれない

夫婦関係に  
悩んでいる



会社や学校に  
行きたくない



親子間の  
葛藤がある



気がねなく……

## 電話や面談で相談できます

心に悩みや不安をもつ方が、  
専門家にゆっくり相談ができるように、  
カウンセリングの窓口(株式会社 法研)を設けました。  
電話による相談・面談による相談(全国約100カ所)  
ともに、「臨床心理士」の資格を持つカウンセラーが  
対応するため、安心してご相談ができます。



ゆっくりと……

## 臨床心理士によるメンタルヘルス・カウンセリング

### 電話相談・面談予約方法

一般の電話(無料) フリーダイヤル  
0120-911-097

●携帯・PHSからも無料

海外から(通話料負担あり) 03-5524-8700

自動音声ガイドによる案内が流れます。  
案内にしたがって、ご希望のサービス番号をプッシュしてください。

サービス 番号	メニュー内容	受付時間
2	面談カウンセリング予約	10:00～20:00(日・祝日除く)
3	電話カウンセリング	10:00～22:00(日・祝日除く)
4	翌日以降の電話カウンセリング予約	10:00～18:00(日・祝日除く)

### 相談員

- 臨床心理士

### 面談の費用

- 1人5回/年まで無料  
[本人・家族(被扶養者)それぞれ]
- 6回目からは有料  
(施設によって異なります)

### 面談の場所

- 全国約100カ所

「面談実施施設一覧」は  
Webをご覧ください。

[http://www.tcchp.com/  
map.html](http://www.tcchp.com/map.html)

リクルート健保の健康相談の窓口です。  
お気軽にご相談ください。

## 健康相談ホットライン

受付時間 9:00～17:30(土・日・祝日除く)

### 東京

03-6705-3390

フリーダイヤル

0120-542-544

### 大阪

06-6455-5027

フリーダイヤル

0120-239-381