

医師や専門スタッフが皆様の相談にお答えしております。

経験豊かな医師、保健師、看護師などを擁したティーベックの相談スタッフが、24時間・年中無休体制で電話による相談に応じています。健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどに関する相談にきめ細かくアドバイスいたします。

■ティーベックの相談スタッフ

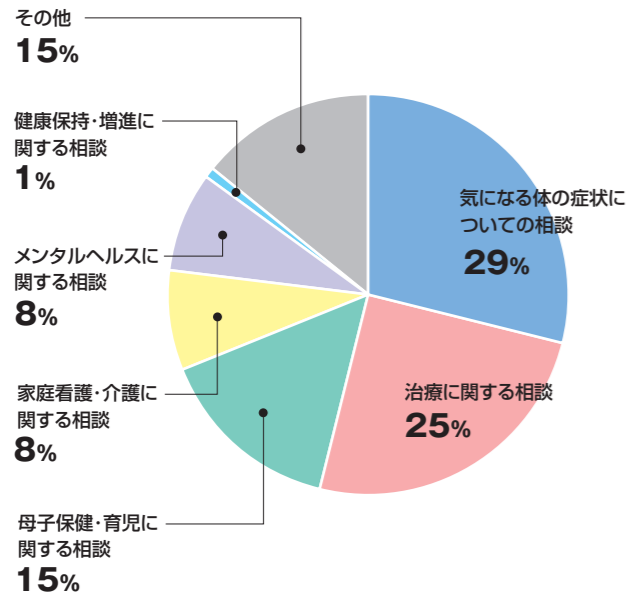
ドクター122名
 ヘルスカウンセラー190名
 (保健師・助産師・看護師・心理カウンセラー・管理栄養士・ケアマネージャーなどキャリアのある相談員)
 オペレーター33名
 (平成24年4月現在)



メディカルコールセンター (上野)

相談内容の分類

平成元年10月1日～平成24年3月31日



1. 気になる体の症状についての相談

頭痛・視覚異常・咽頭痛・歯痛・咳そう・痰・嘔声・口渇・めまい・耳鳴り・舌痛・味覚嗅覚異常・いびき・歯並び・吐き気・肩こり・胸痛・動悸・不正出血・月経異常・更年期症状・腹痛・腰痛・便秘・血便・下痢・頻尿・排尿痛・手足のしびれ・発疹・発熱・倦怠感・かゆみ・感覚異常・爪の異常・家庭薬(市販薬)・夜間・休日の医療機関情報 など
 ●上記の症状について、何科を受診すべきか●どんな病気が考えられるか●どんな治療があるか●どんな注意を家庭ですべきか●病院内●受診したらどんな検査をするか●応急処置 など

2. 治療に関する相談

●病気の詳しい説明、治療、検査について●最新の治療●専門医●飲んでいる薬の副作用について●検査データの説明、正常値、高い・低い時はどんなことが考えられるか、家庭で注意することは など

3. 母子保健・育児に関する相談

●家族計画、避妊について●不妊症及び専門医●マタニティブルー●産院情報、出産方法●授乳について●妊娠中の食事・生活・運動●妊娠中の病気●誤飲、転倒などの応急処置●おねしょ、歯並び、指しゃぶり、爪かみ、チック●授乳、離乳食、おやつ●トイレトレーニング●発達、成長●予防接種●常備薬●赤ちゃんの育て方(お風呂の入れ方、抱き方、衣類、おへその手当て等)●知っておきたい子供がよくかかる病気など

4. 家庭看護・介護に関する相談

●運動指導●食事指導●水分補給●食事の選び方●応急処置●寝衣の調整●保温/冷・温湿布、冷あん法について●環境/湿度・換気・室温・クーラーなど●入浴・清拭●どのような時、再診すべきか●家庭でできる看護●寝たきり老人の介護/床ずれ防止・排泄・食事・体位交換・寝衣交換●介護保険について など

5. メンタルヘルスに関する相談・面談

●対人関係の悩み●職場のストレス●夫婦の問題●子育てのストレス●不登校、いじめ●気分障害、不安障害、不眠、摂食障害、心身症などについて●アルコール依存症、ギャンブル依存症について●心の悩みを抱える人への接し方●ストレスドック●専門医案内 など

6. 健康保持・増進に関する相談

●健康保持、病気の予防のためどのような食事をとるべきか●どのような運動をするべきか●治療費、保険証について●医師からの説明の受け方●高額医療、医療費控除●人間ドック、心臓ドック、禁煙ドック、骨ドック、脳ドック●認知症ドック、レディースドック●生活環境、食品衛生について●最新のPETを用いたがん検診ができる施設●予防接種など

ご利用案内

保存用

セカンドオピニオンサービス・24時間電話健康相談サービス・メンタルヘルスのカウンセリングサービス

フリーダイヤル(無料)でご利用いただけます。



※中面の【ご利用に際して】をご確認ください。

地方職員共済組合

(委託先: ティーベック)



●本サービスは、ティーベック(株)が業務委託を受けて運営しております。●ティーベック(株)は、面談を伴うサービスを適切に実施するため、ご利用者よりいただく個人情報の取り扱いを面談担当者(本事業提携会社および本事業提携医療機関を含む。以下同じ。)に委託いたしますが、その際、必要な契約を締結いたします(個人情報をお知らせいただけない場合は、当該サービスをご提供できない場合があります。)。●ティーベック(株)は、個人情報を上記の目的以外に使用しないことはもとより、ご利用者の同意を得ている場合、法令にもとづく場合、ご利用者本人または第三者の生命、身体または財産の保護のために必要があると当社が判断した場合を除き、取得した個人情報を第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、ご利用者によりご満足いただくため、応対品質の向上を目的として、ご利用者の当社への相談内容等を書面、音声または電子的方法により記録させていただきます。●ご提供いただいた個人情報の利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加または削除、利用の停止、消去および第三者への提供の停止のお手続きは、「〒101-0021 東京都千代田区外神田5-2-1 ティーベック(株)個人情報相談窓口責任者(個人情報保護責任者代理)」までお問い合わせ下さい。●当該サービスをご利用いただいた場合は上記の内容をご理解の上、個人情報の取得および提供についてご同意いただいたものとさせていただきますので、あらかじめご了承をお願いいたします。

フォームナンバー入ります

24時間電話健康相談サービス (地共済健康ダイヤル)

CASE 4 気になる身体の不調時



CASE 5 お子さまの急な病気の時



フリーダイヤル **0120-7832-24** なやみに24時間サービス

電話がつながりましたら、支部名(道府県名)とお名前を教えてください。(匿名可)

受付時間	0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時
	24時間・年中無休						

* 下部記載の【ご利用に際して】もご覧ください。

- 健康相談
- 医療相談
- 介護相談
- 育児相談
- メンタルヘルスの相談
- 医療機関情報

■ティーベックの医療機関検索

医療機関検索・専門医療検索・先進医療検索・年末年始当番医検索ができるデータベースをご用意しております。

<http://t-pec.jp/>

携帯電話からもご利用いただけます。右記のQRコードをご活用ください。
*携帯電話の機種により、ご利用いただけない場合があります。



セカンドオピニオンサービス

CASE 3 別の治療方法を探りたい時



フリーダイヤル **0120-710-336**

電話がつながりましたら、支部名(道府県名)とお名前を教えてください。

受付時間	0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時
	9:00~16:00 (土日・祝日・12/31~1/3を除く)						

* 下部記載の【ご利用に際して】もご覧ください。

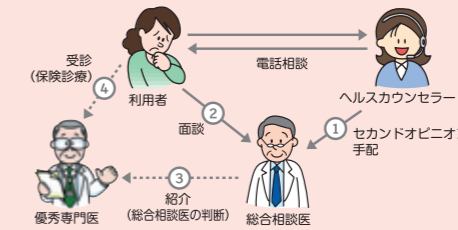
面談によるセカンドオピニオン(二つ目の意見)

総合相談医との面談を通じ、すでに治療中の病症状状に関してより良い医療を選択するために、現在の診断に対する見解や今後の治療方針・方法などについて二つ目の意見を聞くことができます。



優秀専門医の紹介

総合相談医の判断により、より高度な専門性が必要と判断された場合には、優秀専門医をご紹介します。



サービス提供出来る疾病例

- 心疾患: 狭心症・心筋梗塞・弁膜症・動脈瘤 など
- 脳血管疾患: 脳梗塞・脳内出血・くも膜下出血・脳動脈瘤など
- がん: 悪性リンパ腫・胃がん・大腸がん・食道がん・前立腺がん・胆道がん・肺がん・甲状腺がん・肝臓がん・膵臓がん・腎臓がん・膀胱がん・子宮がん・卵巣がん・乳がん・白血病など

- 椎間板ヘルニア症
- 脊管狭窄症
- 白内障
- 緑内障
- 卵巣嚢腫
- 高血圧症
- 前立腺肥大
- 難聴
- 胆石症
- 変形性関節症
- 子宮内膜症
- 大腸ポリープ
- 胃腸炎
- メニエール
- 網膜剥離
- 偏頭痛
- C型肝炎
- 関節炎
- 腎不全
- 甲状腺腫
- 黄斑変性症
- 肺炎
- 皮膚炎 など

CASE 1 顔を見せずに相談したい時



CASE 2 職場の人間関係で悩んだ時



メンタルヘルスのカウンセリングサービス (地共済こころの健康相談窓口)

面談によるカウンセリング

日本全国47都道府県のカウンセリングルームにて、面談によるカウンセリングをご利用いただけます。(年間5回まで無料) *医師による診察・治療ではございません。

フリーダイヤル **0120-7834-12** なやみし 人に

電話がつながりましたら、支部名(道府県名)とお名前を教えてください。

受付時間	0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時	
カウンセリング受付時間	9:00~22:00・年中無休							
	24時間・年中無休 *返信は数日を要します。							
面談カウンセリング予約受付時間	月~金	月~金 9:00~21:00						
	土	土曜 9:00~16:00						
	24時間・年中無休							

(注1) 電話による予約受付は、日曜・祝日・12/31~1/3を除きます。
(注2) 受付後、日程調整のお電話をさせていただきます。

* 下部記載の【ご利用に際して】もご覧ください。

臨床心理士・心理カウンセラーなどが面談カウンセリングをいたします。

【面談カウンセリング1回の相談時間は約50分で、年5回まで無料です。】

守秘義務にのっとりプライバシー保護を厳守しておりますので、安心してお電話ください。

ご利用方法

- 1 左記の専用フリーダイヤル「メンタルヘルス面談予約受付デスク」へお電話ください。(通話料無料)
●面談予約受付時間/平日 9:00~21:00 / 土曜日 9:00~16:00 (日・祝日・12月31日~1月3日を除く)
- 2 面談のご予約は、専門の受付スタッフが下記の事をお尋ねいたします。
●組合名●組合員(被扶養者) 証記号・番号●氏名●年齢●性別●住所●相談内容●連絡先電話番号(昼間の連絡先・緊急時の連絡先)●面談カウンセリングのご希望日時・地域(ご希望の日時は、お電話の日から2週間後以降を目安として、第1希望~第3希望の日時をお伝えください。)
- 3 ご予約が取れましたら、委託先ティーベック(株)より利用者カードとカウンセリングルーム近辺の地図を郵送させていただきます。
(予約日時の調整がつかない場合は、再度ご希望の日程をお聞きして、ご予約のお手続きをいたします。)
- 4 面談予約の日時に、カウンセリングルームへお越しください。
※その際、利用者カードと組合員(被扶養者) 証をお持ちください。
※2回目以降のご予約日時は、面談を担当した心理カウンセラーと直接お決めください。
※5回まで無料です。5回を超えるご利用は、全額自己負担となります。
(費用や条件は心理カウンセラーによって異なりますので、直接心理カウンセラーにお問い合わせください。)

前日及び当日のキャンセルは、1回利用とみなします。キャンセルの際は、土日・祝日・12月31日~1月3日を除く前々日までにご連絡いただきますよう、宜しくお願い申し上げます。

Webによるカウンセリング

専門の心理カウンセラーが「心の悩み」をWebでお受けいたします。(相談料無料)

<https://t-pec.jp/websoudan/>

ユーザー名: **chikyosai**

パスワード: **783412**

■ Webでのカウンセリング受付
24時間・年中無休 (返信は数日を要します)

■ Webでの面談カウンセリング予約受付
24時間・年中無休
(受付後、日程調整のお電話をさせていただきます)

【ご利用に際して】

- ・ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方がサービスをご利用いただけます。
- ・国外の相談および国外からの相談等はお受けできません。
- ・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。ただし生命の危険等、守秘の限界を超えると当社が判断した場合を除きます。
- ・ご利用者の状況または相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合がございます。

メンタルヘルスのカウンセリングサービスのご注意事項

* カウンセリングのご希望日時は、ご連絡の日から2週間後以降を目安として第1希望~第3希望の日時をお伝えください。

セカンドオピニオンサービスのご注意事項

- * 病名・病状等が判明している場合にご利用いただけます。
- * 日常的にみられる疾病の治療で専門性を必要としない相談や、美容外科、心療内科、精神科、歯科および口腔外科は対象外です。
- * 入院や転院したい医療機関を紹介するサービスではございません。 * 救急に関するご要望には対応していません。
- * 同一病名でのご利用は、年1回となります。 * 地域や内容によりご要望に沿えない場合がございますので、ご不明点はお問い合わせください。