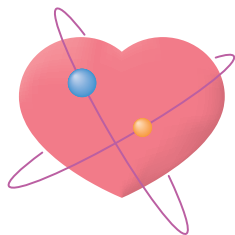


いろいろ事情のある方も、  
電話だったら大丈夫。  
どうぞお気軽にお電話ください。

「不安・悩み・心配ごと」などは、  
プロのカウンセラーに相談すると、  
ずいぶん緩和されます。  
あなたの心の悩みをご一緒に考える  
ハートフルセンターを、ぜひご利用ください。



電機連合ハートフルセンター

一人で悩みを抱えずに  
相談してみませんか？



の  
元気度  
Check  
チェック

- |                                   |                                    |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> イライラしている | <input type="checkbox"/> 何をしても面倒だ  |
| <input type="checkbox"/> ひどく疲れた   | <input type="checkbox"/> 物事に集中できない |
| <input type="checkbox"/> 不安だ      | <input type="checkbox"/> 仕事が手につかない |
| <input type="checkbox"/> 落ち着かない   | <input type="checkbox"/> 食欲がない     |
| <input type="checkbox"/> ゆううつだ    | <input type="checkbox"/> よく眠れない    |

いくつかチェックが付いた方は  
ストレスを感じている可能性があります

電機連合  
福祉共済センター



電機連合本部は環境マネジメントシステムISO14001を認証取得しています  
この冊子は再生紙を使用しています

2011.3.370.000

フリーダイヤル 【電話代無料】

0120-331556

携帯電話 (PHS) 【電話代自己負担】

03-3455-4120

ご利用時間：月—金(祝・休日除く)16:00~20:00まで受付

↑定期入れなど身近なところで  
収納しておきましょう

専門医やプロのカウンセラーから  
無料で適切なアドバイスを受けられます。

0120-331556

フリーダイヤル 電話代無料

03-3455-4120

携帯電話 (PHS) 電話代自己負担



# 元気ですか

## あなたの悩みをお聴きします

こころの相談窓口「ハートフルセンター」には、すでにたくさんの相談が寄せられています。「ハートフルセンター」を職場や家庭をめぐる悩みの相談窓口として、あなたの心にとどめておいてください。

### 職場では…

職場では急速に悪化する景気と業績、そして雇用不安など、たくさんのストレス源が複合的に人の心を揺さぶりつづけています。それがアナタの心のどこかを脅かしてはいませんか？

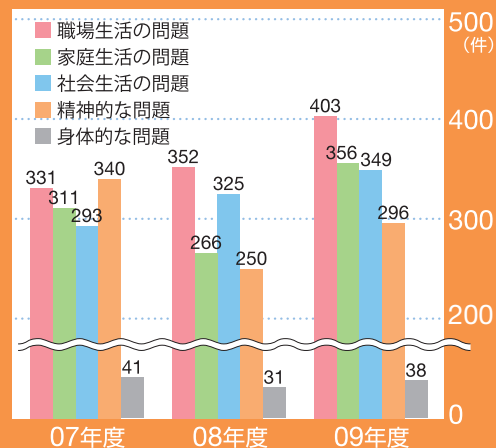
時間や環境が決して解決してくれないような、そんな気持ちの行きづまりを感じてはいませんか？

### 職場以外でも…

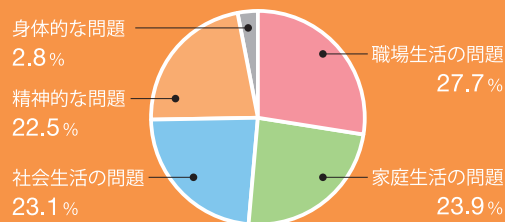
自分の悩みだから誰にも知られたくない。でも本当は誰かに相談したいと思ったことはありませんか？ 不安や悩み、心配事などさまざまな心の問題は、適切な相談と処置でずいぶんやわらぎます。

家庭や夫婦、子どもの問題、そして病気やコミュニティとの関係などが、私たちに不安やストレスを生じさせています。

### 電機連合「ハートフルセンター」の相談内容



07年度～09年度の相談内容の内訳



▼ 定期入れなど身近なところに収納しておきましょう



### こころの相談窓口

## 電機連合ハートフルセンター

ご利用時間：月—金(祝・休日除く)16:00～20:00まで受付

### ご活用について



月～金曜(祝・休日除く)16:00～20:00まで受付。  
年末・年始、GWはお休みします。  
詳しくはフリーダイヤルでご確認ください。

#### ●ご家族もOK

電機連合に加盟している組合の組合員とその家族の方なら、どなたでもご相談いただけます。

#### ●フリーダイヤルおよび携帯電話(PHS)で全国どこからでも

フリーダイヤルでの電話相談に、経験豊富な専門医やプロのカウンセラーがお話をお聴きします。全国どこからご利用いただいても、フリーダイヤルは電話料が無料です。

#### ●専門家・専門機関のご紹介

電話相談の状況や本人のご希望に応じて、カウンセラーや精神科医、心療内科医などの専門家を無料でご紹介いたします。

#### ●広がる専門家ネットワーク

「ハートフルセンター」では、信頼のおける相談・医療機関による電機連合独自の全国ネットワークを構築しています。しかもそれはキメ細やかに皆さまをサポートするため、ドンドン広がっています。幅広い専門家が全国どこでも見守ってくれます。

#### ●プライバシー厳守

相談内容も相談した事実すらも一切他人に知られることはありません。