

～ひとりで悩んでいませんか？～

メンタルヘルス対策室のご案内

食欲がない、疲れやすい、眠れない、集中できない、気分が落ち込むなど
心身の不調を感じたり、仕事がかたどらない、人間関係がうまくいかないなど
仕事での悩みや問題を一人で抱えてしまっている・・・。
そういった悩みに耳を傾けてくれる相談窓口があります。

心の健康を守るためには、心身の不調に早く気づき、今抱えている悩みや問題を
解決することが大切です。一人で悩まず相談し、問題解決に向けて一步を踏み出してみませんか？

○相談できる内容

様々な問題を心理カウンセラーとのカウンセリングによって、一緒に解決していきます。
一回で解決できない場合には、継続的なカウンセリングを行うことも可能です。
なお、より専門的な治療が必要と判断した場合は、医療機関への紹介も行います。

◆心身の健康問題

ストレス
体調不良
アルコール問題など



◆仕事上の問題

対人関係
職場環境など



◆家庭の問題

夫婦関係
親や子どものことなど



○ご利用方法

【予約受付】 JA山口厚生連 メンタルヘルス対策室
カウンセリング担当 坂井
TEL : 083 (973) 2326 FAX : 083 (973) 2327
Eメール: y-sakai@ja-yckousei.or.jp

【相談場所・日時】

① JAビル3階	JA山口厚生連 メンタルヘルス対策室	火曜日～金曜日	9時～16時
② 周東総合病院		第1土曜日	10時～16時
③ 長門総合病院		第2土曜日	10時～16時
④ みのり苑		第3土曜日	13時～16時

- ◆申し込みは、電話、FAX、Eメールで受け付けています。
- ◆申し込み時に、**氏名、所属JA・連合会名、相談希望日時をお伝えください。**
- ◆相談内容の概要を電話でお聞きする場合がございます。
- ※**個人情報**は、**ご本人との連絡以外には使用しません。**

- ★ JA・連合会の職員の方ならどなたでも**無料**で利用できます。
- ★ 心理カウンセラーが、**完全予約制**で相談をお受けします。
- ★ **個人情報保護**を遵守いたします。

メンタルヘルス相談 申込書

予約受付先：JA山口厚生連 メンタルヘルス対策室
カウンセリング担当 坂井

TEL : 083 (973) 2326

携帯電話 : 090-3371-1951 (24時間対応)

FAX : 083 (973) 2327

Eメール : y-sakai@ja-yckousei.or.jp

※ 必要事項をご記入のうえ、FAXまたはEメールでご送信下さい。
電話でも予約できます。

所属JA・連合会・会社名 _____

氏名 _____

《希望日時》 月 日 ()曜日

時間： 時 分

*相談日時・場所

- | | | |
|-----------------------------|---------|---------|
| ① JAビル3階 JA山口厚生連 メンタルヘルス対策室 | 火曜日～金曜日 | 9時～16時 |
| ② 周東総合病院 | 第1土曜日 | 10時～16時 |
| ③ 長門総合病院 | 第2土曜日 | 10時～16時 |
| ④ みのり苑 | 第3土曜日 | 13時～16時 |
- (小郡第一病院に併設)



《連絡先》 後日、相談日時をご連絡いたしますので、ご希望の連絡方法、
電話番号、アドレスなどをご記入ください。

TEL(携帯・自宅) : _____

E-mailアドレス : _____

《相談内容》 例：健康上の悩み、仕事・職場での悩み、生活上での悩みなど
(無記入でもかまいません)

.....
.....
.....
.....