

こころの健康相談室

働く人とご家族のメンタルヘルス相談

Counseling Room

京都工場保健会 御池メンタルサポートセンター経験豊富な臨床心理士がご相談をお受けします。ストレスコントロールやより良い人間関係づくりのヒントを見つけるためなど、お気軽にご利用ください。

たとえば...

ストレスのこと

- ・不安や気がかりなことがある
- ・憂うつな気分が続いている
- ・イライラしてしまう

仕事や職場のこと

- ・仕事が合わないと感じる
- ・職場になじめない
- ・人事異動後の悩み

人間関係のこと

- ・人間関係で悩んでいる
(職場・プライベート・恋愛など)
- ・人前に出ると過度に緊張する

自分自身のこと

- ・自分の性格を見直してみたい
- ・将来について悩んでいる
- ・自信がなくて困っている

家庭・家族のこと

- ・育児・介護の疲れ
- ・夫婦のコミュニケーション
- ・家族関係の問題

その他、気がかりなこと

※必要に応じて専門医療機関等の紹介もいたします。

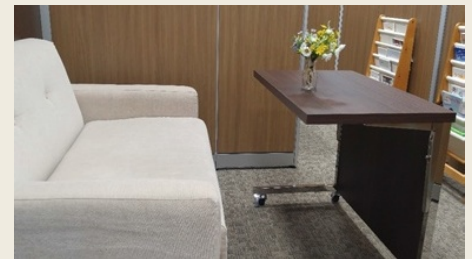
※ご相談内容がご本人の許可なく職場や第三者に漏れることはありません。どうぞ安心してご利用ください。



相談室からは大文字山、東山、一之船入など四季折々の風景を一望できます。



メンタルヘルス関連冊子リーフレット提供コーナー



パーテーションを設置しプライバシーに配慮した待合スペース

予約先：フリーダイヤル 0120-59-0040

相談料：1回50分 8,800円(税込)

実施場所：京都市中京区河原町二条下る ヤサカ河原町ビル7階
京都工場保健会 御池メンタルサポートセンター

開設日時：火、水、金曜日 10:00~16:30
隔週土曜日 10:00~15:00
※祝日、お盆休み、年末年始を除く

お問い合わせ：一般財団法人京都工場保健会 御池メンタルサポートセンター
Phone:075-211-0040 <http://www.kyotokojojohokenkai.jp/mental>

[交通アクセス]

- ・市営地下鉄「京都市役所前駅」
3番出口より徒歩1分
- ・京阪本線「三条駅」12番出口より徒歩7分
- ・市バス「京都市役所前」より徒歩すぐ

