

電話相談

公認心理師または**臨床心理士**が、
お電話にてこころの悩みに関するご相談をお受けします。
**メンタルヘルスの問題で辛かったり、
悩んだりしている方はまずはこちらへお電話ください。**

電話相談のメリット

- ・ 平日9-20時・土曜日9-18時で相談受付しているので、
お仕事終わりや休日などすきま時間にご相談いただけます。
- ・ メンタルヘルスに関する相談のワンストップ窓口として、
ご相談内容に応じて適切なメンタルヘルス支援に繋がります。



○相談対象： 公立学校教職員（※）
（※）東京都教育委員会から任用されている方に限ります。

○受付時間： 平日：9時～20時
土曜：9時～18時
※日曜・祝日・年末年始（12/29-1/3）は受付時間外です。

○相談時間： お一人あたり最大30分程度



おひとりで抱えこんでいませんか？

匿名でご相談いただけます。

仕事のこと、家庭のこと、自分のこと、
小さなことでもお気軽にお電話ください。

【お電話はこちら】

0120-567-395（通話料無料）

相談者様の個人情報やご相談内容が外部に漏れることはありません。