

# 日本旅行健保健康相談ダイヤル24

## 24時間電話健康相談サービス ご利用案内

通話料  
無料 **0120-245-321**

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、健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどに関するご相談にきめ細かくアドバイスいたします。

受付時間	0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時
電話	← 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

医療機関  
情報等の  
提供

医療  
相談

育児  
相談

介護  
相談

メンタル  
ヘルスの  
相談

### CASE 1 気になる身体の不調時



### ご相談事例

旅行中に急な発熱、近くの医療機関を知りたい。

子どもが落ちて頭を打った、今すぐ病院へ行くべき？

#### ■ 相談スタッフ

ドクター.....159名  
ヘルスカウンセラー.....179名  
(保健師・助産師・看護師・心理カウンセラー・ケアマネジャーなどキャリアのある相談スタッフ)  
オペレーター.....82名  
(平成28年7月現在)

#### ■ T-PEC 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、スマートフォン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。  
※一部の機種等により、ご利用いただけない場合がございます。



このカード部分はミシン目に沿って切り離し、財布等に入れてお使いください。

### 日本旅行健保健康相談ダイヤル24

通話料  
無料 **0120-245-321**

例えばこんな時、お電話ください。24時間・年中無休

不意のケガで応急処置を知りたい/家族の介護のことで相談したい/休日に受診できる病院を教えてください/真夜中の急病で誰にも連絡できない時 など

●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  
●医療機関情報等の提供

■T-PEC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/> ※一部の機種等により、ご利用いただけない場合がございます。

・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。  
・ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。

日本旅行健康保険組合 (委託先: ティーベック) M1603-0080

#### 【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など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は除きます。
- ・ご利用者の状況またはご相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。
- ・ティーベック提供の医療機関情報などは、変更されている場合がありますので、受診などの際は、事前に医療機関などにご確認ください。
- ・ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。

**日本旅行健康保険組合** (委託先: ティーベック)

# 日本旅行健保健康相談ダイヤル24

## メンタルヘルスのカウンセリングサービス ご利用案内

通話料  
無料 **0120-245-321**

<https://t-pec.jp/websoudan/>  
ユーザー名:nta-kenpo パスワード:245321

職場、家庭のストレスなどに関して臨床心理士などの心の専門家が電話や面談、Webによるカウンセリングをご提供いたします。  
(面談は年間5回まで無料です。)

受付時間		0時	9時	12時	15時	18時	21時	23時
電話		← 9:00~22:00・年中無休 →						
Web		← 24時間・年中無休 → ※返信は数日を要します。						
面談予約	電話(注1)	← 9:00~21:00 →						
	土	← 9:00~16:00 →						
	Web(注2)	← 24時間・年中無休 →						

(注1) 日曜・祝日・12/31～1/3を除く  
(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。

職場の  
悩み

家庭の  
悩み

ご自身  
についての  
悩み

### CASE 1 職場の人間関係で悩んだ時



**ご相談事例**

職場の人間関係でストレスがたまる、どうしたらいいか?

疲れているのによく眠れない、どうしたらいい?

【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々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など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は除きます。・ご利用者の状況またはご相談内容により、相談の制限・停止をさせていただく場合があります。・ティーベック提供の医療機関情報などは、変更されている場合がありますので、受診などの際は、事前に医療機関などにご確認ください。・ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。

**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**

\* 面談カウンセリングのお申込みの際、すでに心療内科・精神科にて治療を受けている方は、主治医の許可を得たうえでお申込みください。



### 個人情報の取扱いについて

●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、面談を行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。)に委託する場合がありますが、十分な個人情報の保護水準を満たす者を選定し、契約を締結するなど必要かつ適切に監督いたします。(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委託先以外の第三者に提供いたしません。●ティーベック(株)は、応対品質の向上及び通話内容の検証を目的として、書面、録音または電子的方法等により記録させていただく場合がございます。●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、「〒110-0005 東京都台東区上野5-6-10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。

日本旅行健保健康相談ダイヤル24

通話料  
無料 0120-245-321

<https://t-pec.jp/websoudan/>  
 ユーザー名:nta-kenpo パスワード:245321

**メンタルヘルスのカウンセリングサービス**

- **カウンセリング受付時間**  
電話 9:00～22:00(年中無休) / Web 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**  
電話 月～金 9:00～21:00、土曜日 9:00～16:00(日曜・祝日・12/31～1/3を除く)  
Web 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)

・ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々がサービスをご利用いただけます。  
・ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合がありますので、ご不明点はお問い合わせください。