

# 自分のところに、 少しだけ寄り添ってみよう。

もやもやした想いを、  
キャッチしてくれる専門家がここにいる

この春、新しい部署へ移動した。

配属先は、いま、社内の中でもっとも勢いがあるチーム。

私にとっては未経験のジャンル。だけど、やりがいはある。

仲間や上司たちからも「期待してるよ」と言われているし、

私も今まで以上にかんばらないといけない、と思っていた。

…その矢先、ストレスチェックで

「高ストレス者」という結果が出ってしまった。

こんな話、会社の人には言いにくいし、

悩みを相談できる友だちも周りにはいない。

そんなときに見つけたのが、「みんなの家庭の医学」。

医療の専門家からのアドバイスが無料で受けられるらしい。

何を話したらいいのかわからないけど、

いい機会だから、今の気持ちを少し吐き出してみようかな。



医療の専門家が監修した  
信頼できる情報



家族と一緒に  
アプリで健康管理



健康の悩みを  
医療の専門家に相談

ダウンロードはこちらから



# 「みんなの家庭の医学」アプリ版の登録方法

アプリの入手

所属先の登録主な機能:健康コンテンツ閲覧・いますぐ電話相談

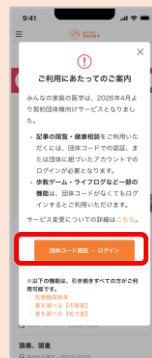
①二次元コードを読み取り「みんなの家庭の医学」をダウンロード



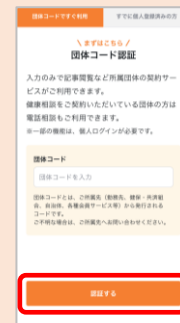
②ホーム画面左上のメニュー(≡)を開き上部の「団体コード認証・ログイン」をタップ



もしくは



③団体コード認証で団体コードを入力し「認証する」をタップ



以下の団体コードを入力ください。  
**06273312**

ユーザー登録

基本情報の登録 主な機能:メールで相談・相談を予約

④ホーム画面左上メニュー(≡)を開き上部の「別の団体で認証・ログイン」をタップ



⑤すでに個人登録済みの方タブ画面下部の「新規登録」をタップ



⑥メールアドレス、ご自身で設定したログインID、パスワードを入力後「送信」



メールアドレス宛に「仮登録のお知らせ」が届きます。メール本文内のURLをクリックし、ログインします。  
※ログインID・パスワードは忘れないように、メモを残してください

⑦画面に沿って基本情報各項目を登録



【入力情報】  
・性別  
・ニックネーム  
・生年月日  
・居住地(郵便番号・居住国)

※画面イメージは変更される場合があります

プライバシー厳守・すべてのサービスは無料(パケット通信費除く)

阪和興業健康保険組合 こころの相談ダイヤル

# 0120-317-383

こころの相談 :9~21時(平日) 10~18時(土曜日) \*日・祝・1/1~1/3は休み

●『みんなの家庭の医学』アプリ版からも直接相談が可能です●各分野の専門職である有資格者によりご相談を承ります  
●『みんなの家庭の医学』からはWEB相談も可能です●全国の提携機関でカウンセリングが年5回まで無料です

『みんなの家庭の医学』WEB版 <https://kateinoigaku.jp/>  
上記で登録したID・パスワードでご利用ください。

