

ご相談に対応するコンタクトセンターとメンタルヘルスカウンセリングルーム



コンタクトセンター

- ・医師
- ・相談スタッフ
ヘルスカウンセラー（保健師・助産師・看護師・ケアマネジャーなど）
心理カウンセラー（公認心理師・臨床心理士・精神保健福祉士など）
- ・オペレーター

←コンタクトセンター（上野）
※上野・新宿・名古屋・大阪の計4拠点および弊社指定の場所にて相談対応



メンタルヘルスカウンセリングルーム

- ・日本全国各地の面談カウンセリング拠点
- ・落ち着いた雰囲気の内装

←カウンセリングルーム一例



【ご利用に際して】

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。
詳細は弊社ホームページよりご確認をお願いします。
<https://www.t-pec.co.jp/notice/>

個人情報の取扱いについて

ティーベック株式会社は、ご利用者よりいただく個人情報を電話受付対応、必要に応じた面談の実施、医療機関の予約手配等に伴うサービスを業務委託を受けた範囲内において適切に実施するため、利用いたします。また、ご利用者の同意を得ている場合、法令に基づく場合を除き、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。詳しくは、ホームページ（個人情報の取扱い | ティーベック株式会社 (<https://www.t-pec.co.jp/privacy/>)）からご確認ください。
なお、ティーベック株式会社は、サービス提供において収集された個人データを、サービス品質改善および広報マーケティング目的のためにご利用者の識別を可能にしない方法（ホワイトペーパーや営業資材における統計データなど）にて加工を行った上で、統計情報として作成、利用、公表を行うこととします。

サービス提供会社：ティーベック株式会社



フォームナンバー入ります

ティーベックのYouTubeチャンネル



ティーベックのサービス紹介や利用イメージなどの動画をYouTubeで公開しております。

ティーベック医療機関検索



日本全国の「専門医のいる医療機関」「大学病院」「地域の病院」「クリニック（開業医）」等を無償で検索できます。
また、夜間・休日に受診できる医療機関も検索できます。

ご利用案内

24時間電話健康相談サービス

メンタルヘルス カウンセリングサービス

専門医電話相談サービス

セカンドオピニオン手配サービス・受診手配サービス

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

ハラスメント相談サービス



電話で



オンラインで



対面で

「いつでも」「どこでも」気軽に使える相談窓口

こころとからだの専門家が寄り添い、あなたの豊かな暮らしをサポートします

東京外国語大学

ご利用案内の内容を Web 上で確認、スムーズにサービス利用できます
詳しくは中面をご覧ください





こころとからだの健康をサポートします

いつでもお気軽にご利用ください。

日常の相談に

家族の健康が
気になる



24時間電話健康相談サービス

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、医師や保健師・看護師等の有資格者が、24時間365日対応します。



受付時間 **24時間・年中無休**

- 不意のケガで応急処置に困った
- 旅先や休日の受診できる病院を調べたい
- 離れて暮らす高齢の親に介護が必要になった
- どの診療科を受診すべきかわからない
- 赤ちゃんの様子がいつもと違うと感じた
- 健康診断の結果が心配

こころの不安を
相談したい



メンタルヘルス カウンセリングサービス

こころの悩みに心理カウンセラーが対応します。対面・オンライン面談・Web・電話とご希望の方法でのご相談が可能です。

■スポットカウンセリング（予約不要）

ご利用方法 : 電話・Web

- 🕒 相談受付時間：電話 9:00～22:00・年中無休（1回あたり20分が目安）
- Web 24時間・年中無休（返信は数日を要します）

■継続カウンセリング（予約制）

ご利用方法 : 対面・オンライン面談・電話（1回あたり50分が目安・おひとり年間5回まで）
* 初回利用時に、ご利用方法をいずれか1つ選択していただきます
利用途中での変更は原則不可

- 🕒 予約受付時間：電話 月～金 9:00～21:00・土 9:00～16:00（日・祝日・12/31～1/3を除く）
- Web 24時間・年中無休（受付後、日程調整の電話をいたします）

- ストレスがたまってイライラしている
- 誰かに話を聴いてもらいたい
- 心配ごとや不安なことを抱えている

治療時の相談に

大きな病気が
見つかった



専門医電話相談サービス

『紹介状などを準備してセカンドオピニオンにいくほどではない。だけど、主治医以外の医師に話を聞いてみたい。』そんなとき、各分野の専門医※に相談できます。ヘルスカウンセラーが適切な専門医との電話相談を予約手配します。

※予約制／相談時間：約15分間 ※専門医：各専門領域において、その時点で科学的に証明された最も効果の高い治療（標準治療）を国民に提供できるとともに、先端的な医療を理解し情報を提供できる医師

- 🕒 受付時間 月～土 9:00～22:00（日・祝日・12/31～1/3を除く）

セカンドオピニオン手配サービス

この治療でよいか、ほかに治療法はないのか。納得できる治療を選択するためのセカンドオピニオンを手配します。

受診手配サービス

通院先の医療機関では対応できない専門的な治療が必要と主治医が判断した場合に、その治療を受けられる医療機関を探し、受診手配します。

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

ドクターたちにより推薦・選考された専門医※をご案内します。ご案内にあたり、看護師が病名やご希望地域等をお聞きした上で、適切な専門医のプロフィール情報をご提供します。

※大学教授や総合病院の病院長などを経験した医師たちで構成する評議員会において、推薦・選考された専門医

- 🕒 受付時間 月～土 9:00～18:00（日・祝日・12/31～1/3を除く）

専門医電話相談サービス

- 治療が続いているが、なかなか改善しない。このままの治療でいいのか相談したい

受診手配サービス

- 通院先では治療できないと主治医に言われ、治療できる医療機関を探している

セカンドオピニオン手配サービス

- ほかの治療法はないか探している
- 主治医が勧める治療を受けるかどうか迷っている

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

- 持病があり通院しているが、引っ越すことになった。その地域で専門性の高い専門医の情報が知りたい

ご利用方法

東京外国語大学

東京外国語大学・健康相談サービス

相談料無料

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ご利用いただけます

Web利用案内から

サービス内容や利用方法がWeb上で簡単に確認できます。サービスご利用の際もスムーズです。

☆ブックマークをお勧めします☆



<https://consult.t-pec.co.jp/service/d28459>

直接お電話から

お電話でのサービスは、下記専用ダイヤルへ直接のお電話でもご利用可能です。

24時間電話健康相談サービス
メンタルヘルス カウンセリングサービス
専門医電話相談サービス

0120-007-184

セカンドオピニオン手配サービス
受診手配サービス
「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

0120-059-018

通話料
無料

ハラスメント相談サービス

ハラスメントに関するご相談に、心理カウンセラーが対応します。

また、所属先への報告を希望される場合は、ご相談者に代わって相談内容を報告いたします。

0120-086-004

通話料無料

相談受付時間

電話／月・水・金・土・日：10時～21時、火・木：10時～22時
（祝日・12/31～1/3を除く）

Web／24時間・年中無休（返信は数日を要します）

*対象／常勤職員（非常勤職員・派遣社員等は含まない）の皆様がご利用になれます。

これは外部相談窓口であり、問題解決のための交渉などはいりません。

Web利用案内 ご利用方法

STEP 1

スマートフォンの場合



二次元コードを読み取り

STEP 2



サービス内容や利用方法を確認

STEP 3

タップしてすぐ相談



※画面はイメージです

PCなどの場合



URLにアクセス



サービス内容や利用方法を確認

※画面はイメージです