

# カウンセリングのご案内

職場や身近な人間関係、子育てや夫婦関係、親や親せきなどの人間関係、などの悩みや問題、心の不調に取り組みます。

人は生きている限り、どんな人でも悩んだり、苦しみを抱えたり、息苦しさを感ずたりします。このような状態が長く続いたり、悪循環がおきたりすると心理的な障害をかかえてしまうことにもなります。

身体の不調と同じように、心の不調もやり過ぎしてしまうのではなく「予防や早期の対処」が重要になります。

心の病に陥らないために、予防や早期の対処の一つとしてもカウンセリングは有効的な手段です。また、カウンセリングは悩みや問題を心の成長の手段として効果を発揮できるように援助するものです。

先進国では、カウンセリングは一般の人が当然のように利用しているものですが、わが国でも産業・教育・医療の現場でも多くの方が利用しやすくなってきました。

必要を感じる時は、まず、電話をかけてみてください。

## 【 カウンセリングの手順と内容 】

手順	利用料	内 容
電話連絡	無料	初回の日程の調整 (電話受付は土日祝祭日を除く 平日 10時～16時)
初回 (30分～50分間)	無料	悩みや問題の概要の聞き取り、取り組みの説明(調整)
2回目から (50分)	1回毎 3,000円	問題解決に向けての取り組み

カウンセリング問合専用携帯電話: **080-2456-2389**

(電話受付は土日祝祭日を除く 平日 10時～16時)

メールアドレス [jimu@npo-ksc.net](mailto:jimu@npo-ksc.net)

HP検索可

事務局: 573-1191 大阪府枚方市新町2丁目1番9-106号

「ラポールひらかた」の隣り ☎ 072-814-7140

