

外来カウンセリングのご案内



「誰かに話を聴いてほしい…」 「一人で悩んでいてもなかなか解決しない…」

長岡ヘルスケアセンター（長岡病院）では、自分自身・家族・職場や学校のことなどで様々な悩みを抱える方を対象に、公認心理師・臨床心理士によるカウンセリングを実施しています。カウンセリングでは、対話の中で悩みごとを整理し、問題を解決するための道筋をみつけるお手伝いをします。

❖ 日時：月～土曜日 9：00～17：00 （年末年始・祝日を除く）

❖ 申込み・問い合わせ：

長岡ヘルスケアセンター（長岡病院）心理課 ☎ 075-951-9201(代表)

料金	7,000 円／50 分	4,000 円／25 分（消費税別）
生活保護世帯割引	6,000 円／50 分	3,500 円／25 分（消費税別）
英語カウンセリング	11,000 円／50 分	6,000 円／25 分（消費税別）

※ カウンセリングは保険適用外です。

※ カウンセラーを指名する場合は別途、1 回につき 500 円（税別）をいただきます。

※ 当日のキャンセルにつきましてはキャンセル料金をいただきます。

❖ 当院もしくは他院に主治医がいる場合は、主治医の許可が必要です。

当院に通院中の患者様は、主治医にお申し出ください。

他院に通院中の患者様は、主治医の許可が得られたことをお申し出ください。

❖ 初回の日時の調整は、担当者からのご連絡をお待ちください。

1～2 週間程度お時間をいただくことがあります。





こんな時にご利用ください

- 職場（学校）での人間関係で悩んでいる
- 家族のことで相談したい
- 生き方や将来について考えたい
- 気力がなく、やる気がでない
- 不安や緊張がつよくて困っている
- 眠れない、落ち着かない
- 感情のコントロールができない
- その他、心の問題や悩みについて

カウンセリングで行う支援方法



- 認知療法・認知行動療法
- マインドフルネス
- 家族療法
- ブリーフセラピー
- SST（社会生活スキルトレーニング）
- 来談者中心療法

お困りごとに応じて、相談しながら支援方法を検討させていただきます。

- ❖ 来談が難しい方には、遠隔カウンセリングも実施しています（9,000円/50分）。
- ❖ 夜間（18～21時）をご希望の方は、当院関連施設の『長岡京駅前メンタルクリニック』でも、カウンセリングを実施しています（夜間料金 10,000円/50分）。
- ❖ 疑問点、ご不明点は、心理課までお問合せください。

