



ひかり健康保険組合からのお便り

お仕事おつかれさまです。

ひかり健康保険組合では、加入者皆様の健康維持・増進を目的とした保健事業を展開していきます。

今回は、今週発行の内容盛りだくさん「健保だより」と、

困ったとき助けになる「こころオンライン」と「育児Q&A」について、お届けいたします。

第8話:

1. 健保だより 2. Webからの「こころオンライン」と「育児Q&A」

1. 健保だより

Q1. 健保だよりって？

ひかり健康保険組合から加入者皆様への広報で、「健保だより2006Spring」を発行いたしました。

今週、当組合のHPに公開と、被扶養者のいらっしゃるご家庭へ発送予定です。

HPで見られるけれど冊子をほしいという方は、当組合までご連絡ください。

Q2. どんな内容？

平成18年度収支予算決定から、話題のジェネリック医薬品、

こころとからだの健康をサポートする

「電話健康相談」「こころオンライン」「育児Q&A」、当組合の様々な活動、お知らせが満載です。

本日夫婦の日にちなんで、伴侶やご両親やお子様、

そしてご自身の健康を労わってみるのはいかがでしょうか。

「健保だより2006Spring」ご覧ください



2. Webからの「こころオンライン」と「育児Q&A」

Q1. 「こころオンライン」と「育児Q&A」って？

加入者皆様のこころとからだの健康を願って行っている保健事業の一環で、

Webから利用できます。

前回ご案内いたしました「電話健康相談」は、電話で健康相談ができますが、

こちらはそのWeb(HP、携帯電話)版で、

メールで健康相談ができたりWeb上で情報を見たりできます。

Q2. どんな内容を相談できるの？

「こころオンライン」は、主にこころとからだについて、
例えば、仕事を抱え込み悩んでいる、物忘れが多くなった、
精神的な悩みを抱えている、ストレスを解消したいなど何でも相談できます。
「育児Q&A」は、子育てに関する不安や悩みなど何でも相談できます。

Q3. どうやって使えるの？

「こころオンライン」は、HPからのアクセスで、ログインID「06139166」を入力してください。

<http://www.kokoro-online.com>



このサービスは、外部の専門機関((株)保健同人社)に委託して提供しているもので、
もちろん、ご本人やご家族の相談内容が会社や他に知られることは無く、プライバシーは厳守されます。

ひとりで悩まず 試しに利用してみよう

元気の一言 天才ひすいこうたろう集

あなたは、あなたであればいい。
I love you because you are you. by マザーテレサ

ご質問、ご要望等がございましたら、ひかり健康保険組合までお問い合わせください

tel:03-5951-7422

mailto:Info@hikarikenpo.or.jp