



# JSここメン(こころメンテ)ご案内

## いつも、ありがとうございます！

利用者様へのケアや、ご家族のみなさまとのコミュニケーション等、日々のお仕事、お疲れさまです。

世界各国では新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっておりますが、国内の感染爆発を抑えることができているのも、みなさんの日々のケアの質の高さそのものですし、みなさんのご尽力のおかげです。

ですが、コロナ禍も長期化するなかで、働かれているみなさんに精神的にも負荷がかかっているのではないかと心配です。

例えば、最近めまいを感じることもある、目が疲れやすい、耳鳴りがする、好きなものでも食べる気がしない、肩が凝ったり首筋が張る等の症状はありませんでしたか？

気づかないうちにストレスは溜まっているものです。

全国老協では、いつでもご相談できるLINEチャット・メール・お電話による相談窓口や、役立つ情報を掲載した特設サイトを開設しましたので、お気軽にご利用くださいませ。

特設サイトは [こちら](https://js-cocomen.com/) です！  
<https://js-cocomen.com/>

QRコード



- ✓ 「CONTACT(お問い合わせ)」から、メール相談、お電話のご相談予約ができます。
- ✓ 定期的に、参考になるコラムを掲載しています。



LINEチャットは [こちら](https://line.me/R/ti/p/%40502myhys) です！  
<https://line.me/R/ti/p/%40502myhys>

QRコード



- ✓ メニュー画面のボタンからご相談いただけます。



ご担当の先生	ご対応日時 ※LINEチャット相談以外は平日のみ対応です。
得津先生	月 17:00-19:00
吉積先生 (坂上先生がまずお伺いします)	火～金 9:00-17:00
坂上先生	火～金 9:00-17:00
LINEチャット相談	火・木 19:00-21:00 日 17:00-19:00

