

もっと知ってほしい！

いつでも気軽に相談！

～こころとからだの健康ホットライン～



アクサ生命健康保険組合では、被保険者（社員）・被扶養者（ご家族）のみなさまの「健康の保持・増進」「健康に関する不安や悩みの軽減」「メンタルヘルスのサポート」のために「こころとからだの健康ホットライン」、その他のサービス（※）を無料で提供しています。

※その他サービス：セカンドオピニオン手配サービス・受診手配サービス・Eメール健康相談
詳細は[健保HP](#)をご確認ください。

こころとからだの健康ホットラインは、アクサ生命健保の多くの加入者が利用しています。

昨年度（2022年4月～2023年3月）は、

24時間電話健康相談：480件以上、メンタルヘルス面談カウンセリング：30件以上

ご利用いただきました。

健康・医療（ご自身の相談）

例えばこんな時、お気軽にご相談ください

- ・「健康診断結果が返ってきた。この数値は何を表しているのだろうか？日常生活で気を付けることは？」
- ・「健康診断で再検査・要治療の結果が出てしまった。どこの病院に行けば良いでしょうか。」
- ・「最近身体がだるい。急に身体が火照ることもある。これって更年期？」



健康・医療（ご家族の相談）

- ・「子供が夜中に発熱。どうしよう。」
- ・「親の介護と仕事の両立で精神的に参っている。」
- ・「家族がインフルエンザで寝込んでいる。家庭看護のポイントは？」



メンタルヘルス

- ・「働き方が変化して、コミュニケーションの取り方に悩んでいます。部下への接し方で気を付けることはありますか？」
- ・「疲れているのに不安を抱えていて夜もあまり眠れていません。どうしたらいいですか？」
- ・「自分の強みを仕事でもっと生かしたい。今後のキャリアについて相談したい。」



24時間・年中無休／フリーダイヤル（通話料無料）／医師・保健師・看護師等の専門家が対応

こころとからだの健康ホットライン



0120-731-733

非通知
不可



※誰がどのような相談をしたのかといった個人情報に関する内容は、**会社・健保組合は委託会社から一切報告を受けません**ので安心してご利用ください。【業務委託先：ティーバック株式会社（プライバシーマーク認定事業者）】



からだ・こころのお悩み、何でもお気軽にご相談ください。
こころ・からだの健康ホットラインはいつでもあなたに寄り添います。

年末年始「もしも」の体調不良の時に！

2023年も残すところわずかとなりました。年末年始は診療をお休みされている病院も多いため、急な体調不良やケガで受診が必要になったときに備えて、アクサ生命健康保険組合の契約先であるティーパック（株）が提供する「T-PEC年末年始当番医」サービスをご案内します。

【対象期間】 2023年12月31日（日）～2024年1月3日（水）

【URL】 <https://t-pec.jp/hospital/year>

※情報公開は2023年12月27日（水）18：00～の予定です。
→データアップの状況によって公開日が変更になる場合があります。
→上記情報公開までは、2022年度の画面が表示されています。



ステップ1：まずはサイトへアクセス！

- ・方法① URL: <https://t-pec.jp/hospital/year> からアクセス
- ・方法② 下の二次元コードからアクセス



ステップ2：必要な情報を入力して検索！

地域、エリア（都道府県、市区町村）、診療科目、日付から医療機関を
検索



被扶養者の住所変更のお届けについて

省令改正対応

2023年12月11日の人事部門からのお知らせ (sharepoint.com) でご案内のとおり、令和5年12月8日施行の健康保険法施行規則第36条の2・第38条の改正に伴い、被保険者・被扶養者が住民票住所を変更した場合、健康保険組合へ住民票住所の変更の届けが必要となりました。

被扶養者の住所変更手続き書類については当健保ホームページにて確認ください。

[住所変更に関する手続き - アクサ生命健康保険組合 \(axakenpo.or.jp\)](https://axakenpo.or.jp)



被保険者（社員）の住所変更は健保への届出は不要ですが、会社への届出は必要です。

被扶養者の住所が変わった場合、健保への届出を忘れずに！
（被保険者の住所変更をもって、被扶養者の住所変更は自動的に反映されません）

