

ご利用に関するお問い合わせ

Q. どんな人が対象になりますか？

- A. *日々の生活でストレスや不安を感じており、セルフケアの必要性を感じている方
*認知行動療法のエッセンスを健康維持・増進に役立てたいと考えている方
*病院に通うほどではないが、気分や体調に波があり困っている方
上記のような方々にご利用いただけるプログラムです。
また、現在、精神的な不調により医療機関へ通院されていない方が対象となります。
(現在、精神科・心療内科などに通院中で心理療法をご希望される方は、当院臨床心理部「認知行動療法・カウンセリングのご案内」サイトをご参照ください。

<https://www.ncnp.go.jp/hospital/patient/psychological-examination-various-psychotherapy.html>

セッションは毎週同じ曜日・同じ時間にオンラインを通じて行うため、毎週同じ曜日の同じ時間に参加できて、スマートフォンやPCなどオンラインのネットワーク環境をお持ちであることも参加要件となります。

Q. 他の医療機関にかかっているのですが、参加できますか？

- A. 現在、精神的な不調により、医療機関（精神科・心療内科など）に通院されている方は、本プログラムの対象にはなりません。ただし、当センター病院での治療としてのカウンセリングや、その他プログラムをご案内することができますので、ご希望があれば当院ホームページをご参照ください。

Q. 何か登録が必要ですか？

- A. 本プログラムはオンラインでの実施となるため、オンライン診療サービス『curon』にご登録いただく必要があります。オンラインカウンセリングのサイト内リンクから登録ページにアクセスできます。

Q. 海外からでも受けられますか？

- A. 現在 curon は海外からのアクセスに対応しておりません。国内からのご利用をお願い致します。

Q. 認知行動療法って何ですか？どんなことをやるんですか？

- A. 認知行動療法とは、ストレス場面で生じる“考え”や“行動”に焦点を当て、気分を改善することを目指す心理療法です。本プログラムでは、認知行動療法のエッセンスを取り入れたオリジナルのワークブックを用いながら、担当の心理カウンセラーと一緒に、ストレスや不安とうまく付き合うための方法を学んでいきます。

Q. これまでカウンセリングや認知行動療法を受けたことがないのですが、参加できますか？

A. 本プログラムは、認知行動療法のエッセンスを取り入れた入門プログラムとなっております。ワークブックを用いて、担当の心理カウンセラーが丁寧にご説明しながらセッションを進めていきますので、認知行動療法に馴染みがない方、これまでカウンセリングを受けたことがない方でも安心してご参加いただけます。また、全セッションを一人の心理カウンセラーが継続して担当いたしますので、担当の心理カウンセラーとコミュニケーションを取りながらプログラムを進めていただけます。プログラムに取り組む中でご不安な点などございましたら、担当の心理カウンセラーまでお気軽にお問い合わせください。

Q. 6回すべてに参加しなければいけませんか？1回だけ参加することはできますか？

A. 本プログラムは、初回面接と5回のセッションすべてに関連があり、各回の内容を積み上げていくことで最も効果を発揮するプログラムとなっております。そのため、初回面接から最終セッションまで6回すべてにご参加いただくことを推奨しております。
ただし、初回面接を受けてみて継続をご希望されない場合や、プログラム開始後、何らかのご事情により継続が難しい場合には、ご参加をキャンセルされることも可能です。必要な場合には、担当の心理カウンセラーまでご連絡ください。

Q. プログラムの期間はどれくらいですか？実施日時はどうなりますか？

A. プログラムは初回面接と、5回のセッションを合わせ、全6回で行われます。毎週同じ曜日の同じ時間にオンラインで実施するため、期間としては約6週間になります。
セッションを実施する曜日や時間帯に関しては、担当の心理カウンセラーと相談して決定します。

Q. 料金はどれくらいかかりますか？

A. 初回のインテーク面接、各セッションともに9,900円(税込)がかかります。また、毎回のセッションにはオンラインサービス利用料として330円(税込)が別途かかります。その他、ワークブックの送料として660円(税込)が別途かかります。詳しい内訳は以下の料金表をご覧ください。

料金表 ※表示金額はすべて税込価格

	カウンセリング料	ワークブック送料	オンラインサービス利用料
初回面接	9,900円	660円 (箱代70円含む、初回のみ)	各330円
2~6回目 (全5回)	各9,900円		

※オンライン通信料も利用者様負担となりますので、ご了承のうえ、ネットワーク環境を整備してご参加ください。

Q. 保険は適用になりますか？

A. 本プログラムは医療サービスではないため、保険は適用外となります。自費でのお支払いとなりますので、ご了承ください。

Q. 料金の支払いはどのように行いますか？

A. オンライン診療サービス『curon』内の手続きに従い清算いたします。

Q. 領収書は発行されますか？

A. お支払いいただくご料金のうち、毎回のカウンセリング料（各 9,900 円）とワークブックを送付するために必要な宅急便コンパクト箱代（70 円：初回のみ）に関する領収書は、当メンタルウェルネスサービス部門から発行可能です。上記の領収書が必要な場合は、プログラム参加時に担当者へお知らせください。

毎回のオンラインサービス利用料（各 330 円）とワークブック送料（590 円：初回のみ）に関する領収書は、curon より発行されます。なお、curon では紙での領収書発行はしておりません。メールまたはアプリ上の決済明細にてご確認ください。

料金表 ※表示金額はすべて税込価格

	カウンセリング料	ワークブック送料	オンラインサービス利用料
初回面接	9,900円★	660円 (箱代70円★、送料590円◎)	各330円◎
2～6回目 (全5回)	各9,900円★		

★…当オンラインメンタルウェルネスサービス部門で領収書が発行できるもの

◎…curonで領収書が発行できるもの（メールかアプリの決済明細で確認）

登録・操作に関するお問い合わせ

Q. プログラムの申し込みはどこからするんですか？電話でもできますか？

A. オンライン診療サービス『curon』上でのお手続きとなりますので、お電話でのお申し込みは受け付けておりません。curon 登録時の詳しい操作手順に関しては、オンラインカウンセリングのサイトをご覧ください。

Q. curon の操作の仕方が分からないのですがどうしたらいいですか？

A. curon 登録時の詳しい操作手順に関しては、オンラインカウンセリングのサイトからご確認いただけます。その他、curon 上の操作でお困りの点に関しては、curon を運営する「株式会社 MICIN」にお問い合わせいただくようお願いいたします。

問い合わせ先：support@curon.co（患者様サポートダイヤル：0120-054-960）

Q. 予約を取り消し・変更したいのですがどうしたらいいですか？

- A. 初回予約は、curon の操作にて取り消し、予約変更ができます。2回目以降の取り消しや日程変更は、お電話での対応となります。初回面接の予約完了後、専用の電話対応窓口をお伝えいたしますので、そちらまでご連絡ください。