

こころにモヤモヤ、  
抱えていませんか？



**Comfort**  
カウンセリングルーム【コンフォルト】

## 感じていませんか、こんなストレス。

### 仕事・職場

今の仕事が自分に合っていない気がする・・・  
同僚との付き合い方で悩んでいる・・・  
上司からのパワーハラスメントを受けている・・・  
リストラが行われていて、将来が不安・・・  
部下がうつ病になってしまった。関わり方を知りたい・・・

### 家庭・夫婦

年老いた親の介護で疲れきっている・・・  
子供の不登校が続いている・・・  
ついイライラして子供に当たってしまいそうで怖い・・・  
親から受けた虐待で傷ついた思いが残っていて辛い・・・  
夫婦の会話が乏しく、寂しい・・・

### 性格・精神的な悩み

人から頼まれると、どうしても断れない・・・  
ストレスを感じると、ついつい食べすぎてしまう・・・  
突然気持ちが落ち込んで、なにもやる気が起きない・・・  
悩みを相談できる相手が、周りにいない・・・  
話すことで日常のストレスを発散したい・・・

## おひとりでも、ご家族でも 完全予約・秘密厳守でプライバシーを守ります。

コンフォルトのカウンセリングは、完全予約制となっております。カウンセリング時に  
ご本人様よりお聞きしました個人情報については厳重に管理致しております。また、  
ご本人様の情報提供に関しては、ご本人様の同意のもとに行っております。他の医療  
機関等に情報提供を希望される方は、カウンセラーにお申し出ください。

### ◎お申し込み

カウンセリングは完全予約制です。まずは初回面談を電話でご予約下さい。

**024-927-5210** (平日10:00~19:00)

### ◎料金

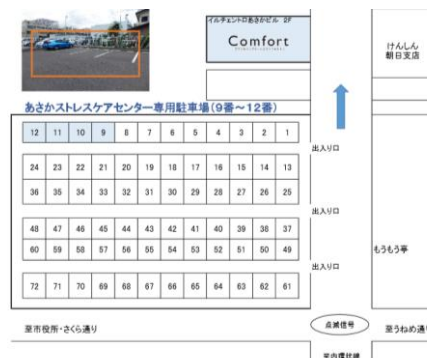
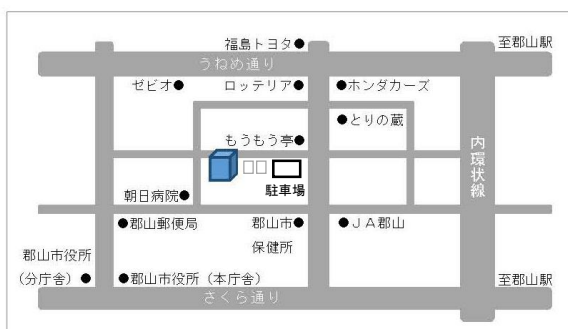
初回面談	¥7,560 (税込)	65分
2回目以降	¥4,320 (税込)	45分

- コンフォルトのカウンセリングは医療保険の適用ではございません。ご了承ください。
- 料金はカウンセリング終了後にお支払いいただけます。なお、クレジットはご利用いただけません。
- 個人カウンセリング以外に、夫婦・親子でのカウンセリングをご希望の方はお問い合わせください。
- 当日キャンセルの場合は、カウンセリング費用の半額をご負担いただけます。
- 無断キャンセルの場合は、カウンセリング費用の全額をご負担いただけます。

# Comfort

カウンセリングルーム【コンフォルト】

〒963-8024  
郡山市朝日3丁目5番16号  
イルテントロあさかビル2階  
URL <http://asaka.cc/>  
E-mail [info@asaka.cc](mailto:info@asaka.cc)  
時間：予約制 10:00-19:00  
定休日：土・日・祝・年末年始  
ご予約：024-927-5210  
(平日10:00-19:00)





ドクターとカウンセラーの二人三脚で  
ココロのモヤモヤを解消するお手伝いをします。



メンタルケアの専門家に気軽にご相談を。  
あなたのココロのサポーターです。

悩むと言う事は頑張っていることの証とは思いませんか。迷わずこのまま行こう…となれば、悩むまでには至らないと思えます。もしかすると、目標に向かって頑張っている事の中には悩む事も含まれているのかもしれませんが。目標に向かっていく過程で、つまづいたり足踏みしたり、疲れすぎて座り込んでしまった方等に、今一人で抱えている痛みを一緒に受け止めながら、今よりも少し前に進める為のサポーターになれたら嬉しく思います。

\*コンフォルトでは経験豊富な臨床心理士がカウンセリングを行います。



## カウンセリング Q & A

**Q** カウンセリングとはどのようなものですか？

**A** カウンセラーがお話を聞き、現状を整理し、悩みや問題点を明確にしていきます。そして、本来持っている一人ひとりの力と共に解決へのサポートをしていきます。

**Q** こんな事を話してもいいのでしょうか？

**A** カウンセラーはあなたの気持ちを尊重しながら共に悩みと向き合い、解決へと向けて行きます。

**Q** 親子でカウンセリングを受けたいのですが？

**A** 事前にお問い合わせください。状況に応じてカウンセラーが親子でのカウンセリング又は、おひとりずつでのカウンセリングについてご説明させていただきます。

**Q** 医療保険を利用できますか？

**A** コンフォルトは医療機関ではありません。医療保険でのカウンセリングは行っておりませんので、ご了承ください。ご希望に応じて、医療機関を紹介することができます。

ココロの問題がカラダの問題にひろがる前に、  
メンタルケアの専門家に相談ください。

日々暮らしていると、辛い、苦しいと感じる様々な出来事とも付き合っていくにはいけません。しかし、そのままにしていると、イライラが強まり、身心に症状が現れることもあります。コンフォルトのカウンセリングは、お話を聞き、現状を整理し、ご自身の心の中を振り返りながら、本来一人ひとりが持っている「自分を支える力」を一緒に再生していく為のお手伝いをさせていただきます。

