

ほっといい場所

# ひだまり

## オンラインカウンセリングのご案内

Q. オンラインカウンセリングって？

A. 対面で行うカウンセリングとは異なり、スマートフォンやパソコンを使ってカウンセリングを受けることができます。

Q. どんな準備が必要なの？

A. 当会では ZOOM というアプリを使用していますので、スマートフォンかパソコンに ZOOM をインストールしていただく必要があります。しかし、インストール方法のご案内もしていますので、お気軽にご相談ください。

Q. どんな悩みで相談したら良いのか分からない。

A. どんな悩みでもどなたでもお気軽にご相談ください。ご本人だけでなく、ご家族やご友人、時には家族全員で受ける方もいらっしゃいます。

Q. オンラインカウンセリングのメリットは？

A. “外に出ること自体に抵抗がある”、“近くにカウンセリングルームが無い”、“まずはリラックスできる自室から受けたい”といった方でも受けられるという気軽さがメリットとして挙げられます。対面とオンラインのどちらにもメリットがありますので迷った際にもお問い合わせください。



**オンライン対応経験のある臨床心理士  
がカウンセリングをしています！**

会員・・・ 6,000円/50分  
非会員・・・ 10,000円/50分