

何かお困りのことはありませんか？

お困りのことがありましたら、Lyra Health Companyの一員であるICASのサービスをぜひご利用ください。小さな悩みから大きな悩みまで、24時間365日体制で専門家が親身になって、あなたと扶養家族の相談に応じます。

電話やオンラインでお問い合わせください、 次のような問題について専門家がサポートします。

ストレス

- リラックスするための方法を教えてください。
- いつも、やるべきことが多過ぎます。どうすればいいですか？

健康

- 運動を習慣にしたいと考えています。
- どうすれば食生活を改善できますか？
- もうタバコをやめたいです。

依存症

- お酒の飲み過ぎではないかと心配です。
- 子どもが違法薬物を常用していたら、どう対処すればいいですか？

育児と介護

- 自分のスケジュールに合った、質の高い保育サービスが必要です。
- 子どもを養育することを考えています。そのための最初のステップは何ですか？
- 高齢の親が遠く離れた場所に住んでいます。どのような支援サービスを利用できますか？

便利なサービス

- フィットネスやウェルネスのクラスを探しています。
- 家の修繕をする請負業者が必要です。
- 大学と奨学金のオプションを調べ始める時期になりました。
- 引っ越し先では、自分の予算範囲でどのような住居が見つかるでしょうか？

メンタルヘルス

- 時々、理由もなく悲しい気持ちになります。
- いつも不安ばかり感じています。

人間関係

- 配偶者（恋人）との関係を改善したいです。
- 苦手な同僚にどう対処すればいいですか？
- 子どもが反抗的で、どうすればいいかわかりません。

家計

- 家を購入したいと思っています。まずどのくらいの資金が必要ですか？
- 借金問題を解決するにはどうすればいいですか？

法律相談

- なりすまし犯罪の被害に遭いました。
- 子どもの親権を巡って争っています。
- 高齢の親のために委任状を作成するにはどうすればいいですか？



生活



健康



家族



仕事

ICASならではのサービスの利点

無料

- ICASのサービスは無料でご利用いただけます。
- ICASでは、お一人につき1年間にXX回の無料EAPカウンセリングを受けることができます。
- サービスをご利用いただけるのは16歳以上の方です。

秘密厳守

- ご利用者本人や他人の安全が脅かされる場合を除き、ご相談内容の秘密は厳守されます。

24時間365日体制—今すぐご利用可能

- 0120 247 553までお電話をいただくだけで、サービスを開始できます。国外からの場合は、+81 3 3541 8650にお電話いただければ、相談員が応対し、どのようなサポートが必要かを判断するため、ご相談内容についていくつか質問させていただきます。その後、適切な専門家に転送いたします。ご利用にあたって名前を明かす必要はありませんが、勤務先の企業名を教えてください必要があります。
- 各地の言語によるリソースについては、app.icas.healthからICAS Hubにアクセスしてください。もしくは、App StoreまたはGoogle PlayストアでICAS Hubを検索してください。ICAS Hubには、勤務先の企業バrcode (VMware) を使用してアクセスするか、またはvmware.lyrahealth.com (英語のリソースのみ) からアクセスしてください。