

ご案内 : 医学部・病院の学生、教職員の皆様へ

ストレス・マネジメント室

相談日 : 毎週 火・木曜日 午前11時から午後6時
カウンセラーが在室しています。電話にてご予約ください

ストレス・マネジメント室
(2022・4月より 移転)

移転場所 : 2号館2階 保健管理センター前
電話受付 : 火・木曜日 午前11時から午後6時
電話番号 : 03-5363-3214 (内線 : 64328)

E-mail : keio.smr-group@keio.jp

申し込みフォームは[こちら](#)です。

①お名前 ②電話番号を記載の上ご送信下さい
1週間以内に返信いたします

より良い生活のために

学生・教職員相談室では

皆さんが生活を送っていく中で出会う様々な問題について

カウンセラーと一緒に話し合っていきます

1人で抱え込まずに、気軽にいらしてください

面接時間は1回60分ほどです。費用はかかりません

友人、ご家族と一緒にとお越しいただくこともできます

**相談内容については
固く秘密を守りますので
ご安心ください**

たとえばこのような時に・・・

・学業について

勉強に集中できない、学習スピードに追いつけない

・課外活動について

部活動で馴染めずにいる、学業との両立が難しい

・仕事や職場について

集中力が落ちてきている、ミスが目立つ、
同僚や上司との関係がうまくいかない、職場に居場所がない

・対人関係について

親しい友達ができない、友達や両親との関係がうまくいかない

・ご自身のことについて

何をするのも自信がない、人前で過度に緊張する

・心身の健康について

眠れない、体がだるい日が続いている、やる気がおきない

あなたがお困りのことをお聞かせください