

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

(※2023年5月15日から。4月中は火曜午後3時から5時まで精神科医が対応。)

相談日 : 月曜日 午前10時から午後5時

木曜日 午前9時から午後5時

カウンセラーが在室しています。電話もしくはメールにてご予約ください

## ストレス・マネジメント室

場所 : 2号館2階 (保健管理センター前)

電話受付 : 月曜日 午前10時から午後5時

木曜日 午前9時から午後5時

(※新規受付は午後4時30分まで)

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付けない

### ・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

Information : To Students of School of Medicine and Faculty members

# Office of Mental Health

(\*New open hours from 2023/5/15. In Apr, open hours only Tuesdays  
3:00p.m.-5:00p.m. psychiatrist is in the office. )

Open Hours : Mondays 10:00a.m.-5:00p.m.  
                  Thursdays 9:00a.m.-5:00p.m.

\*Counselor is in the office.

## Office of Mental Health

(Relocated from April 2022)

New Location : Bldg.2 2F (in front of Health Center)

Reception Hours : Mondays 10:00a.m.-\*5:00p.m.

                          Thursdays 9:00a.m.-\*5:00p.m.

                          (\*New Client: by 4:30p.m.)

Phone : 03-5363-3214 (Extension : 64328)

E-mail : [keio.smr-group@keio.jp](mailto:keio.smr-group@keio.jp)

Please send an Email with ①Name ②Phone.

We will reply to you within a week.

**\*Counseling is offered only in Japanese.**

If deemed necessary, referral will be made to an English-speaking counselor.

If you have any questions in English, please give us a call at Mita Students Counseling Room.

<http://www.students.keio.ac.jp/en/com/life/consult/counseling-room.html>

