

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】

月曜日：9時～17時、 水曜日：9時～17時

カウンセラーが在室しています。ご予約は下記ご参照ください。

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 9時から17時

水曜日 9時から17時

（※新規受付は16時30分まで）

電話番号：03-5363-3214（内線：64328）

E-mail：keio.smr-group@keio.jp

①お名前 ②電話番号を記載の上ご送信ください。

申し込みフォームは[こちら](#)です。

※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。

Information : To Students of School of Medicine and Faculty members

Office of Mental Health

【Open Hours】

Mondays 9:00-17:00, Wednesdays 11:00-17:00

*Counselor is in the office.

Office of Mental Health (Relocated from April 2022)

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

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

Please send an Email with ①Name ②Phone.

Please allow up to one week for a reply.

***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>