

## 相談室は…

みなさんがより良い学生生活を送ることができるようお手伝いするところです。

人に話してもしょうがない…  
こんなことを相談してもいいの？  
と迷わずにどのようなことでも相談してください。

1人で悩まず、臨床心理士の相談員と一緒に考えていきましょう。

相談室では、あなたの話にじっくり耳を傾けます。そのことで解決の糸口が見つかるかもしれません。

## 精神保健相談

場所:医務室

月1～2回、精神科医による精神保健相談を行っています。ご希望の方は、医務室にてお申し込みください。

必要に応じて、適切な専門機関を紹介することもできます。

## 例えば…

- なんとなくやる気が出ない…憂鬱だ
- サークルやクラスになじめない
- 将来や進路のことで迷っている
- 夜、眠れない。気分が落ち込む
- 食べるのが止められない
- 友達・家族・恋人とうまくいかない
- 自分の性格をなんとかかしたい
- 大学の授業についていけない
- 家族や友人のことが心配だ
- 医療機関を紹介して欲しい

…などなど、どのようなことでも結構です。

## 開室時間

月曜～金曜 9:00～17:00

◎変更がある場合は掲示にてお知らせします。

◎相談員不在時はフリースペースでお待ちください。  
急用の方は医務室にご連絡ください。

## 予約方法

3つの予約方法があります。

### 相談室に来て予約

予約に空きがあればすぐに相談できます。

### 電話で予約

**直通 048-974-9211**

### メールで予約

STEP 1

氏名・学籍番号・相談の希望日時を  
第3希望まで書いて下記アドレスに送信。

**k-soudan@stf.bunkyo.ac.jp**

※ドメイン指定は解除しておいてください。

STEP 2

相談室から確定のメールが届いたら予約完了です。その日時に直接相談室に来てください。

※メールでの相談はできません。当日返信できない事もありますので、余裕をもってご連絡ください。

保健センター内で相談の秘密は守られますので、安心してご利用ください。



### フリースペースのご案内

特に相談はなくても、ちょっと一息つきたい時や静かに過ごしたい時には、隣のフリースペースをご利用ください。  
医務室横の入り口から自由に入出入りできます。  
お茶の用意もあります。

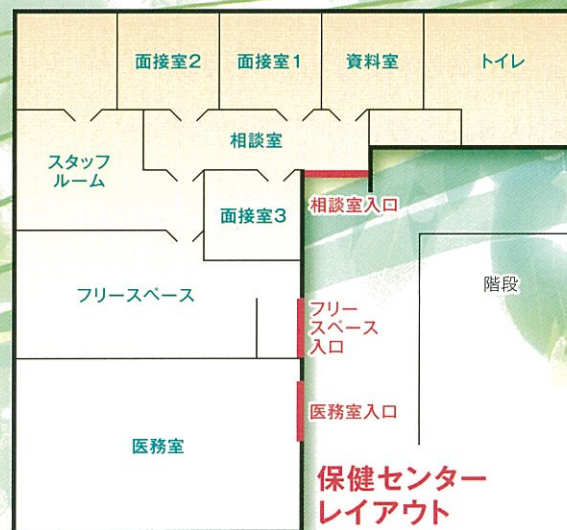
開室時間 9:00~16:30



文教大学

# 保健センター 相談室

## 利用のしおり



**体験講座** ヨガやアロマセラピーなどのグループ活動を行っています。

### 文教大学保健センター相談室

〒343-8511  
越谷市南荻島3337 3号館1階-階段の裏

☎048(974)9211 (直通)

[k-soudan@stf.bunkyo.ac.jp](mailto:k-soudan@stf.bunkyo.ac.jp)  
(予約専用)