

臨床心理士による

相談、カウンセリングのご案内

毎日の学生生活の中で、こんなことはありませんか？

気持ちの上で、、、やる気が出ない。何となく不安。落ち込んでしまう。

生活の中で、、、食欲がない。眠れない。生活リズムが乱れてしまう。

勉強の中で、、、勉強や研究についていけない。将来の進路に悩んでしまう。

人間関係で、、、友だち、家族、恋人、先生など、周りの人とうまくいかないことがある。

誰でも悩むことはあります。誰かに話すことで気持ちが楽になり、専門的な視点から聞いてもらうことでヒントが見つかります。どんな内容でも大丈夫です。ご相談ください。お待ちしております。

※秘密は厳守されます。ただし、生命に関わる場合等は、周囲と連携します。

○相談日： 4月11、19、25日 5月9、17、23日 6月13、21、27日
 7月 11、19、25日 8月8、22、30日 9月12、20、26日
 10月 10、18、24日 11月 7、15、21日 12月12、20、26日
 1月9、17、23日 2月6、14、20日 3月6、14、27日
 (第二・四木曜日と第三金曜日)

○相談時間： 16:00—19:00 相談時間は1回50分程度

上記の日程、時間以外に希望する場合や緊急の場合は相談してください。

○利用方法： 事前予約制 (空いていれば、当日の相談可能)

予約方法

学事室の場合は、相談申込用紙に記入し窓口に提出ください。

保健室の場合は、相談申込用紙に記入し直接渡してください。

相談申込用紙は、学事室、保健室にあります。イントラから印刷可能

○場 所： 松本歯科大学内 (予約確定時に場所の詳細をお伝えします)

○対 象： 松本歯科大学 歯学部・大学院・衛生学院 (休学中でも利用できます。)

○料 金： 無料

緊急の電話等相談窓口 (学外)

(通話料がかかる場合があります)

▶精神科救急医療 0265-81-9900(365日24時間)

▶いのちの電話 0263-29-1414(365日11時~22時)ナビダイヤル 0570-783-556(365日10時~11時)

▶#いのち SOS 0120-061-338 (フリーダイヤル・無料) 月、木、金曜日24時間、火~水、土~日
 6:00~24:00※日曜日 6:00~月曜日 24:00 まで、水曜日 6:00~金曜日 24:00 まで
 は連続対応

▶まもろうよ ころろ <https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



あなたの声を
聞かせてください

