



学生相談室って知っていますか？

学生相談室では、大学生活で学生の皆さんが感じる様々な悩みごとの相談を受け付けています。

大学生活は高校までと異なることが多く、戸惑いを感じることも多いと思います。

悩んだら、相談室でお話してみませんか。

「何に困っているかわからないけどいいのかな」「誰かに話を聞いてほしい」ももちろん大丈夫です。

Q. 誰が話を聞いてくれるの？

A. 専門のカウンセラーがゆっくりとお話をうかがいます。カウンセラーは、豊洲と大宮それぞれのキャンパスを合わせて14名います。全員が臨床心理士と公認心理師の資格をもっていて、これまで様々な相談に対応してきた経験者です。



Q. どんな悩みの相談にのってくれるの？

A. どんなことでもOKです。

学業のこと、人間関係のこと、家族のこと、気分が憂うつ、なんだか漠然とした不安がある、などなど。やめたいのにやめられないことがある、セクシュアリティのことなどについてもご相談可能です。

ご相談内容によって、医療機関などのより適切と思われる相談先との橋渡しもおこないます。



Q. 話したことを誰かに伝えたりしますか？

A. いいえ、相談内容をあなたの許可なく第三者に伝えることはしません。ただし、生命に関わるような緊急事態の場合には例外です。





Q. いつ、どうやって相談できますか？

A. 相談室は豊洲・大宮ともに平日 9:00~17:00、土曜日(隔週) 9:00~15:00に開室しています。相談は予約制ですので、直接来室するか、お電話またはweb サイトから予約をしてください。

相談方法は、対面・zoom・電話のなかから選ぶことができます。

予約専用ダイヤル : 048-687-5112

※番号を通知しておかけください

相談予約 web サイト : <https://onl.bz/JisAj2k>

Q. 相談室の場所がわかりません。

A. 豊洲は研究棟の2階、大宮は2号館1階にあります。
わからなかったら、048-687-5112 にお電話していただければ詳しくお伝えします。



Q. 開室時間以外の時間に相談したいのですが…。

A. 学生相談室の閉室時には、**外部相談機関「Cotree」**を利用することができます。**芝浦工大の学生なら月に2回まで、無料で使えます。**24時間いつでも、オンラインでカウンセラーに相談が可能です。詳しくは大学ホームページの健康相談サイトにアクセスしてください。

※履修や単位取得、学内システムに関するご相談は Cotree ではなく、学科担任・学生課・学生相談室など、学内の相談窓口をご利用ください

健康相談室だよりでは
春・夏・冬の年3回、メンタルヘルスに
役立つ情報を発信していきます！
次回の夏号も忘れずにチェックしてく
ださいね(^^)♪

