

多摩大学 多摩キャンパス

# 学生相談室

学生相談室は、学校生活を送る上で困っていることや不安に思っていること、心配事など一緒に悩みを解決していく場所です。どんな悩みや相談事でもかまいません。一人で悩みを抱えず、気軽にご利用ください。

## 【最近こんなことで悩んでいませんか??】

### 友人・家族・対人関係

- ・友人関係が上手くいかない
- ・サークルやゼミ内での心配事
- ・アルバイト先での対人関係
- ・家族内に起きている心配事
- ・いじめられていて困っている

### 成績・進路・就職関係

- ・授業についていけない
- ・進路や成績について悩んでいる
- ・就職関係で落ち込むことが多い

### 自分自身について(1)

- ・自分自身の性格について
- ・過食・拒食など食の悩み
- ・やる気が最近出ない、イライラする
- ・気持ちのガス抜きが出来ない

### 自分自身について(2)

- ・何となく元気が出ない
- ・学校へ行くのが嫌だと感じる
- ・最近よく眠れない
- ・困っていることがある
- ・不安なことや辛いことがある

**思い当たることが少しでもありましたら**

**気軽に学生相談室を利用してください。**

**学生相談室は誰でも利用が出来ます。**

## 【開室日時・相談員】

	相談時間	開室日程	相談員
<b>授業期間</b> (4月～7月 9月下旬～1月)	11時30分～17時00分	毎週 月・火・木曜日	高瀬義幸 先生 (臨床心理士)
		第 2・4 週 金曜日	山田恵美子 先生 (臨床心理士)
<b>休業期間</b> (8月～9月上旬 2月～3月)	12時00分～16時00分	毎週 火曜日	高瀬義幸 先生 (臨床心理士)
		第 2・4 週 金曜日	山田恵美子 先生 (臨床心理士)

## 【相談室の場所】

001 教室 2階 ※立て看板が置いてあります。扉奥に相談室がありますので、扉を開け入室して下さい。

## 【申込方法】

下記①～④のいずれかの方法にてお申込みください。

	申込方法	詳細
①	Web フォームから申込み	(URL: <a href="http://www.tama.ac.jp/student/smis/007.html">http://www.tama.ac.jp/student/smis/007.html</a> ) URL をクリックし、web フォームから登録してください。 
②	メールからの申込み	メールアドレス: <a href="mailto:gakusei-soudan@tama.ac.jp">gakusei-soudan@tama.ac.jp</a> 送信内容に「氏名・学籍番号・希望日時・簡単な相談内容」を記入し、送信してください。
③	電話での申込み	( <a href="tel:042-337-7114">電話番号:042-337-7114</a> ) 保健担当までご連絡ください。
④	保健室での申込み	保健室へお越し下さい。
⑤	直接、学生相談室へ行き 申込み	直接、学生相談室へお越し下さい。 扉前の予約状況を確認し、予約が入っていない場合、当日でもご利用出来ます。

☆学生相談室では、定期的に「心理分析テスト会」などイベントを開催しています。  
是非、皆さん気軽に参加して下さい。

学生相談室 風景



**学生相談室は誰でも利用出来ます。一人で悩まず、一緒に考えて行きましょう。**

問い合わせ先  
 多摩大学 学生課 保健室  
 TEL : 042-337-7114 (2番)

(2016年2月29日)