

キャンパスライフ健康支援センター総合相談室から 学生の皆さんへ

令和4年1月18日

このたび、オミクロン株の感染急拡大に伴い、本学においても感染予防対策を強化しています。年度末が近づくこの時期、進級、卒業、修了、就職などに関する不安を抱えている方もおられることでしょう。何かと不安が高まりやすいこの時期に、再び自粛生活を強いられることで、ストレスや心理的苦痛が大きくなっている方もおられるのではないのでしょうか。これらの反応は自然なことです。自分の弱さのせいだと自らを責める必要はありません。

一人で悩みを抱え込まず、総合相談室に相談してみませんか？
総合相談室では、ストレスや心理的苦痛の軽減や今抱えている様々な問題の解決のお手伝いをします。特別な問題がなくても、今感じていることを話すだけでも気持ちが軽くなりますので、話をしに来るだけでも構いません。

総合相談室では来室での相談だけでなく、電話やTeamsでの遠隔相談も行っております。ぜひ気軽に利用してください。
総合相談室スタッフ一同、少しでもあなたの学生生活がよりよいものになるよう、精一杯お手伝いさせていただきます。ご利用お待ちしております。

— キャンパスライフ健康支援センター総合相談室の利用方法 —

開設時間：月～金 8：30～17：15

相談形態：対面、電話、またはTeamsからお選びください。

予約制となっていますので、相談申込を下記のいずれかで行ってください。

TEL：088-656-7637

E-mail：hsc.counseling@tokushima-u.ac.jp

Forms：https://forms.office.com/r/B73NJexJmd



徳島大学キャンパスライフ健康支援センター
https://www.tokushim-u.ac.jp/hsc/