

学生相談室だより



東洋学園大学学生支援センター学生相談室 2025 年度春号 2025.4.22 発行

学生相談室ってどんなところ？ ご紹介します！



どんなときに利用したらいいんだろう？



「こんなことで行ってもいいのかな？」と思わずに大丈夫！

自分の性格や人間関係(友人や家族、恋人など)、気分の落ち込みや不安、アルバイトや進路、どんな小さなことでもお気軽にどうぞ。



どんな相談方法が選べるのかな？



対面、電話、オンライン(Zoom)、メールから選べます！

対面では、落ち着いた個室でお話をうかがいます。電話や Zoom は「スケジュールが合わなくて来室できない」「人目が気になる」等でおすすめです。お話が緊張する人は、メールから始めてみましょう。



人に相談するのが苦手でも、大丈夫ですか…



なかなか言葉にならないときも、ゆっくりお話を聞きます

あせらないで大丈夫。専門のカウンセラー(公認心理師・臨床心理士)があなたのペースにあわせてやりとりをします。友達や家族、先生と一緒に来ていただいても OK です。



相談したいとき、突然行ってもいいの？予約はできますか？

空いていれば、その場で相談できます。予約がおすすめ！

2 ページ目の二次元コードを読み取って、申し込みフォームから簡単に予約できます。折り返しカウンセラーからメールや電話でご連絡します。



病院に行ったほうがいいのか、迷う



「こころの健康相談」で精神科医師と相談できます

月 1 回、精神科医師が来校して対面またはオンライン(Zoom)で相談を受けています。受診を迷うとき等、まずは学内でお話してみませんか。※要事前予約

相談することは弱いことではなく、とても勇気のいることです。
「相談してみようかな…」と思ったあなたの勇気を応援します。

《スタッフ紹介》

ふせ やすこ

布施 泰子先生 こころの健康相談担当（精神科医師）

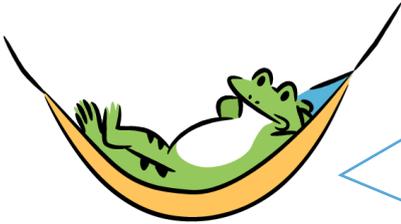
学外の精神科（メンタルクリニック）はハードルが高いという人も、精神科に通っているけれど主治医以外の医師の意見も聞いてみたい、という人も、気軽に予約をとって下さい。



みうら あつこ

三浦 貴子 在室日：月曜・木曜

一人で抱え込まず、まずは話してみませんか？
一緒に考えていきましょう。相談室でお待ちしています。
観葉植物に囲まれた生活・・・幸せです。



まえかわ きょうこ

前川 暁子 在室日：火曜・水曜・金曜

うまく言葉に出来ないけれど…という時でも、ゆっくりお話を聞いていきますので、どうぞお気軽にお越しください。
沖縄の三線の音色が好きです。



なかかわ ちか

中川 知佳 在室日：月曜～金曜

前回のおたよりでも筋トレをがんばる！と書いたのに続きませんでした…続けている人、尊敬します。今年はストレッチだけでもがんばるぞ。ゆっくりひとつずつ、一緒にやってみましょう！

学生相談室 ご利用案内

開室時間：月曜～金曜 9時～17時／土曜 9時～13時(不定期) 場所：1号館2階 保健室隣り

《申し込み方法》

- ①相談予約・申込みフォームから連絡する 下記のリンク、二次元コードをご使用ください。
- ②電話する(電話番号:03-3811-5497) 組み合わせている場合は、日時を調整してかけ直します。
- ③メールする(アドレス:soudan@of.tyg.jp) 学生番号と名前をお書き添えください。



こころの健康相談 今後の来校予定日:5/14(水)、6/11(水)、7/9(水)

原則第二水曜日 10～12 時半に、精神科医の先生が来校しています。対面またはオンラインで、無料で相談することができます(お薬の処方はありません。必要な場合は学外の医療機関をご紹介します)。



学生相談室 Web サイト

<https://tgwb.tyg.jp/fr/g-soudan/>



相談予約・申込みフォーム

<https://forms.office.com/r/FEksj56fCi>

こころの健康相談もこちらから申込みできます