

学生相談室だより

Vol. 2

2017年6月1日発行

京都保健衛生専門学校 学生相談室

〒602-8155

京都市上京区千本通竹屋町東入主税町910

梅雨に入りますね

こんにちは、学生相談室です。

新年度が始まり、もうすぐ2ヶ月が経ちますが、みなさんは心身ともに疲れていませんか。

1年を通して、心身の調子を崩しやすいといわれているのは、連休明けから6月頃と言われています。


特に6月は連休もありませんし、気候もジメジメした季節になること、緊張して始まった新年度が連休でリラックスし、再び、日常生活に戻っていかねばと緊張モードに入るため、心身の調子を崩しやすくなるというメカニズムです。日常生活でうまく自分のリラックス法を実践し、心身の調子を整えてくださいね。

自分のことを見つめ直してみたい…、心身の調子が何かすぐれない…などなど、みなさんの学生生活がより充実したものになるようにお手伝いできるよう、本校では学生相談室を設けています。学生相談室で話をすることも、心身の調子を整えるための方法の1つです。

いつでも、お気軽に学生相談室へお越しください。






利用方法



 開室時間：学期期間中は原則的に月2回、木曜日の14:00～18:00

 申し込み方法：

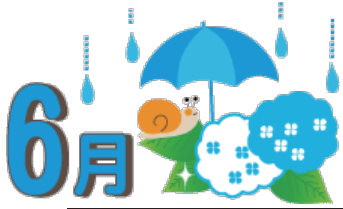
- ①教職員や保護者を通じて申し込む
- ②直接来室していただく。(ただし、先客があるかもしれません。その場合は、再度予約をとっていただくことになります。)
- ③学生相談室専用のメールアドレスに**希望日時・名前・所属・連絡先**(メールアドレス+メール以外の連絡方法)を書いて申し込む。(ただし、予約申し込み専用ですので、現在のところ、メールカウンセリングは行っていません。**相談日に返信します**)

 担当者：吉田 三紀 (臨床心理士)

  2ヶ月に1回、学生相談だよりで学生相談室の開室日程のお知らせをしていますが、開室予定のため**変更**になることがあります。その際は、**学生相談室前のコルクボードに必ず掲示**しますので、予約の際は注意を見ておいてください。

  他の方の予約を入れずにお待ちしていますので、予約はしたものの、都合が悪くなってキャンセルしたい、日時を変更したいという時も必ず、連絡を入れてください。

6月、7月の学生相談室開室日程



Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
			1	2	3	4
5	6	7	8 🌸 開室日	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 🌸 開室日	23	24	25
26	27	28	29	30		



Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 ★ 開室日	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27 ★ 開室日	28	29	30
31						

