

2024年度 学生相談室利用案内

学生相談室では、感染症対策を行いながら電話相談と対面相談を行っています。

<開室日時・場所>

月・火・木・金 10:00~17:00 南校舎1階(保健室の隣)

<相談方法>

- ・相談希望の方は、以下のいずれかの方法でご予約下さい。ご予約の方が優先となりますが、当日空いていれば相談できます。
- ・お申込みの際に、対面相談か電話相談か希望をお知らせください。
- ・相談時間は、1回45分です。

①メールで予約する

相談日時について、開室時間内にこちらから返信いたします。

予約専用アドレス:soudan@tosei-showa-music.ac.jp

メール件名:予約

メール本文:①学籍番号②氏名③希望日時(第1希望~第3希望)④直接連絡が取れる電話番号

*匿名での相談はできませんので、あらかじめご了承ください。

*プライバシー保護の観点から、メールには相談内容を記入しないようお願いいたします。メールでの相談は、受け付けておりません。このアドレスは、相談予約の受付のみです。

*開室時間外に送信いただいたメールの返信は、次回開室日となります。

②相談室で直接予約する

開室時間内に、直接相談室にお越しいただくか、お電話でご予約ください。

学生相談室 直通電話: 044-953-9860

*電話がつかない場合は、時間をおいておかけ直してください。

③学生支援センター学生生活支援室(学生課)で予約する

学生生活支援室でも予約ができます。面談中、開室時間外、休室中のお問い合わせは学生生活支援室までお願いします。学生生活支援室 直通電話:044-953-9835

<来室にあたってのお願い>

*発熱や咳など体調が悪い時は、電話相談への切り替えや予約日を変更するなど、来室を控えてください。

*来室相談の際、くしゃみや咳などが出る場合は、マスクの着用をお願いします。



<学外の相談機関リスト>

早急に相談を希望される場合には、下記の窓口の利用をご検討ください。

《相談窓口》

◎神奈川県各種こころの電話相談窓口

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/nx3/cnt/f531127/>



◎東京都各種こころの電話相談窓口

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryu/tokyokaigi/madoguti/index.html>



◎埼玉県各種こころの電話相談窓口

<https://www.pref.saitama.lg.jp/b0606/p-soudan/kokoro-tel.html>



◎千葉県各種こころの電話相談窓口

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/soudanitiran.html>



◎多言語支援センターかながわ

<http://kifjp.org/kmlc/>



◎いのちのほっとライン@かながわ

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/nf5/cnt/linesoudan.html>



◎SNS相談 | 困った時の相談方法・窓口 | まもろうよ こころ | 厚生労働省 (mhlw.go.jp)

https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/soudan/sns/?yclid=YSS.EAIaIQobChMI2aLzo_n98gIVByQrCh00nAqaEAAYASABEGkFvfD_BwE



《医療機関》

◎かながわ医療情報検索サービス

<http://www.iryu-kensaku.jp/kanagawa/>



ストレス対策、こころの健康維持について役立ちそうな情報を掲載します。よろしければ参考にしてください。

◎いまここケア | Stay at homeでもできる心のケア (imacococare.net)

<https://imacococare.net/>



◎もしも「距離を保つ」ことを求められたなら：あなた自身の安全のために (Keeping Your Distance to Stay Safe) | 日本心理学会 (psych.or.jp)

https://psych.or.jp/special/covid19/Keeping_Your_Distance_to_Stay_Safe_jp/



◎CDC Daily Life and Coping (cdc.gov)

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/index.html>

