

電気通信大学健康相談サービス

内 容

<24時間電話健康相談サービス>

- ・電話（フリーダイヤル）による健康、医療、メンタルヘルスの相談、医療機関情報等の提供
- ・医師、保健師、看護師、臨床心理士、管理栄養士等が対応
- ・24時間対応

日常生活での「体の不調」や「健康保持・増進」に関する相談
病気に関する説明や治療・検査についてのアドバイス
ストレスや不安などの対処法等についての相談
近隣の医療機関の紹介や専門外来などの案内

<メンタルヘルスのカウンセリングサービス>

- ・電話（フリーダイヤル）によるカウンセリング
専門の心理カウンセラー（臨床心理士、産業カウンセラー等）が「心の悩み」を電話で対応【受付時間：9時～22時】
- ・Webによるカウンセリング
専門の心理カウンセラー（臨床心理士、産業カウンセラー等）が「心の悩み」をWebで対応【24時間受付】
- ・面談によるカウンセリング
カウンセリングルーム（221箇所）における面談カウンセリング
1回約50分、年間5回まで無料
予約受付：月～金曜 9時～21時、土曜 9時～16時

【例えばこんなときに】

勉強の意欲がわかなく無気力。何となく自信が持てない。
大学に足が向かない。人間関係で悩んでいる。
過去に体験したつらいことやその場面が頭から離れない。
疲れがとれず寝つきが悪い。