

「職員何でも相談室」 ご案内



仕事のこと、人間関係のこと、個人的なこと、
メンタルヘルス問題の心配ごと、
何でも気軽に話してみませんか？
人に話すのは勇気が要りますね。
でも、大切なのは「独りきりの思考」に陥らないことです。



「職員何でも相談室」

電話番号095-819-7289

携帯電話番号 090-3606-2113

メール syokuinnandemosoudan@ml.nagasaki-u.ac.jp

どんなことを相談できるの？

仕事について

- ★残業問題で困っている
- ★異動にまつわる悩み
- ★休職に関する悩み
- ★この仕事、向いてないのかな...
- ★キャリア形成って？

人間関係について

- ★職場の上司や同僚と上手くいかない
- ★コミュニケーションの取り方で悩んでいる
- ★疎外感を感じる
- ★ハラスメントかも...

心と身体について

- ★なんだか調子がすぐれない
- ★やる気が起きない
- ★食欲がない
- ★寝付けない
- ★どこかへ行ってしまいたいくらい辛い...



このようなご相談以外でも、ちょっと話を聞いてもらいたい、うまく話せないけどなんだかモヤモヤしている等、どんな内容でもかまいません。

相談員には守秘義務がありますので、ご本人の同意なく、情報を漏らすことはありませんので、安心してご相談ください。



どんな人が相談に乗ってくれるの？

『シニア産業カウンセラー』と、一定の研修を受けた『相談員』が相談にあたります。

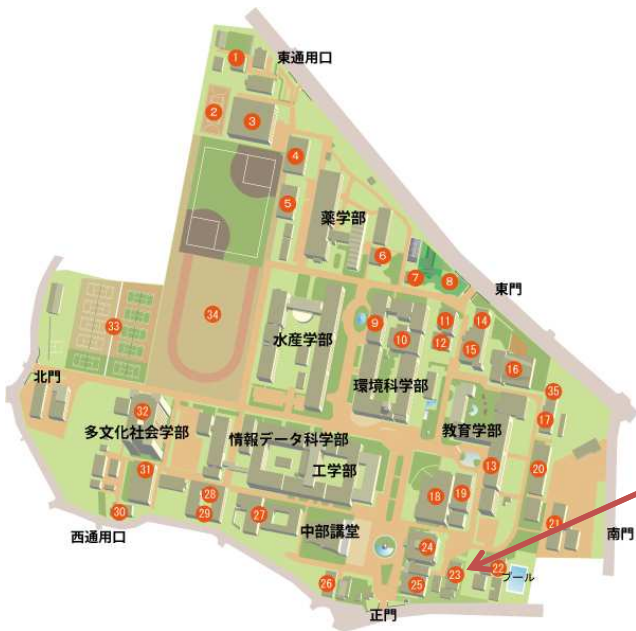
シニア産業カウンセラー

- ★所属: 保健センター『職員何でも相談室』
- ★名前: 田中 育美
- ★連絡先: 095-819-7289, 090-3606-2113 (携帯)
- ★メール: syokuinnandemosoudan@ml.nagasaki-u.ac.jp





相談室はどこにあるの？



【文教キャンパス】
カウンセラー駐在日：
毎週火・水曜日8:45-17:30
場所：保健センター
携帯：090-3606-2113

#23 保健センター（ATM隣り）



【坂本キャンパス】
カウンセラー駐在日：(第3木曜日を除く)
毎週月・木・金曜日8:45-17:30
場所：保健センター坂本分室
電話：095-819-7289
携帯：090-3606-2113

#6 保健センター坂本分室（長崎大学生協 保健学科店 隣り）



#2 経済学部 2階相談室

【片淵キャンパス】
カウンセラー駐在日：
毎月第3木曜日8:45-17:30
場所：経済学部 2階相談室
携帯：090-3606-2113