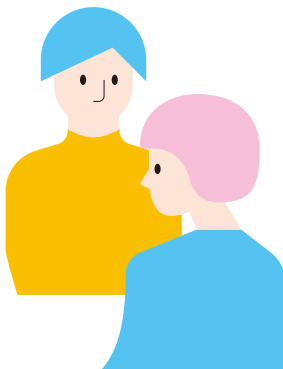


カウンセリングについて

About Counseling

保健センターでは
学生および教職員の皆さまの
こころの健康増進のために
カウンセラーおよび医師による
心理相談や、学生支援に関する
相談を行っています。



学生への相談体制について

Counseling System for Students



カウンセラーはいずれも臨床心理士や公認心理師
の資格を持った常勤の専門相談員です。

※学部・学科ごとに担当カウンセラーがいます。
※大学院生(研究科)の担当は、所属学部に基づきます。

その他、保健センターでは
内科医・保健師が、からだの
健康に関するご相談にも対応
しています。
お気軽にお問合せください。

内科相談

睡眠相談

禁煙相談

健康相談

婦人科相談

長崎大学保健センター

こころに関する 相談案内

学部・学科によって対応時間や場所が
異なる場合があります。詳細については
HPをご確認ください。

Mental Health Consultation Guide

Please check the website
for detailed information in English.

詳しくはこちら！



detail!



長崎大学ヘルシーキャンパス・プロジェクトは、
運動、栄養、環境を通じた心身の健康づくりを
考え、学生及び教職員の健康増進の強化を
図るプロジェクトです。

ヨガやウォーキングなどの運動イベントや、
健康に関するセミナー等、年間を通じて様々な
企画を行っています。

SNSにて企画情報を発信しています！



X



Instagram

長崎大学 保健センター

Nagasaki University
Health Center

保健センター

〒852-8521
長崎市文教町1-14
TEL.095-819-2213,2214

カウンセリングの ご案内

Counseling
Information

学生の皆さまへ



長崎大学
保健センター

Nagasaki University Health Center

こんな悩み ありませんか？

学業



授業の欠席が続いている。

人間関係



コミュニケーションが苦手。

日常生活



スケジュール管理が苦手。

将来



社会に出ることに不安がある。

心と身体



気持ちが落ち込みやる気が出ない。

ひとりで悩まないで

ひとりで思い悩んでいるのであれば、
話せる相手を見つけることも
解決の糸口です。

保健センターでは、カウンセラー
(公認心理師・臨床心理士)が
お話を伺います。

Do you have any of these problems?

カウンセリングの流れ

Counseling Flow

1 WEBか電話で予約する



こちらの
フォームから
お申し込み
ください

土日・祝祭日を除き、原則として
3日以内に担当カウンセラーから
日程調整のメールを送ります。

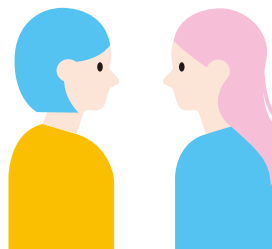


保健センター カウンセラー室
095-819-2211

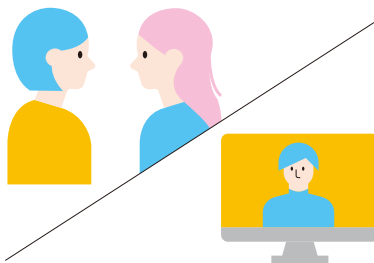
お電話で日程調整をします。
担当カウンセラーが不在の場合
は、折り返し連絡し日程調整を
します。不通の場合はお掛け直し
ください。

2 初回面談(対面)

ご相談内容を伺い、保健センター
でどのような支援ができるか判断
します。ご相談内容によっては、
より適切な機関を紹介、お繋ぎ
することもあります。



3 継続面談(対面・オンライン)



実施頻度などは
状況に応じて、相
談の上、決めてい
きます。

ここに関する相談

Q & A

Mental health counseling

Q カウンセリングは
どんなときに受けるもの？

A ご相談内容は個人によって様々です。
悩んでいる理由がはっきりしないけれど、
気持ちが沈むなどといったご相談も
あります。まずは、気軽にご連絡ください。

Q 秘密は守られますか？

A 原則として、ご相談の中で伺った個人
情報を本人の要請や同意なしに第3者
に提供することはありません。ただし、
生命にかかわる場合、健全な学生生活
に懸念があると判断される場合は、
安全を守る対応を優先します。

Q カウンセリング費用はかかりますか？

A カウンセリングは無料です。
ただし、利用できるのは本学の学生
(あるいはその関係者)、教職員に限ら
れます。

Q 家族や友人のことを
相談してもいいですか？

A ご相談いただけます。相手にどんな
関わり方ができそうか、他にどんな
サポートが利用できそうかなどを一緒
に考えます。