

学生相談室からのお知らせ

日野キャンパスのみなさん、こんにちは。最近の学生生活はいかがでしょう。だんだんと前期の疲れが溜まってきていると感じている方もいらっしゃるかもしれませんね。さて、みなさんはストレスとどのように付き合っていますか。学生生活の中では、ストレスとなる要因が様々ありますが、どのような時にストレスを感じやすいのか、ストレスを感じた時にどのような状態になるかは、人によって違います。ストレス対処の方法も人によって違います。自分にあった方法を見つけおくことがストレスと上手く付き合うためには大切です。人と話したり、相談することもストレス対処の一つです。ストレス対処についてはもちろん、学業、研究室でのこと、家族や友人とのこと、進路や将来について、性格について、気分や体調のこと、など気になること、困っていることがありましたら、ぜひ学生相談室を利用してください。秘密は守られますので、気軽に利用してください。

【学生相談室の利用方法について】

相談をご希望の場合は、電話、メールもしくは直接来室して予約してください。予約優先ですが、空いていればすぐ利用することもできます。対面・電話・オンラインでの相談を実施しています。予約の際にご希望をお知らせください。下記の予定は変更になることもありますので、事前にお問い合わせいただくと確実です。

開室時間 : 月～金曜日 10:00～17:00

場所 : 1号館 1階 124(会議室2/自販機前)

【2026年6月の開室予定】

日	月	火	水	木	金	土
	1 ○	2 ○	3 ☆	4 ○	5 ○	6
7	8 ○	9 ○	10 ☆	11 ○	12 ○	13
14	15 ○ 12時～	16 ○	17 ☆	18 ○	19 ○	20
21	22 ○	23 ○	24 閉室	25 ○	26 ○	27
28	29 ○	30 ○				

担当カウンセラー ○田淵尚子 ☆松岡努

【開室時間変更のお知らせ】

15日(月)は12時から開室します。
24日(水)は終日閉室します。

日野キャンパス
学生相談室

042-585-8618(直通)

gakusei@tmu.ac.jp

※予約、問合せを受け付けています
(開室日のみ返信)

