

あなたの話を、聴かせてほしい。

人間関係を
良くしたい

新年度、
うまく始めたい

不安を
軽くしたい



もっと気軽に
過ごしたい

新年度は、楽しみと同じくらい不安な気持ちも出やすいものです。
一人で気持ちを抱えると、どうして良いか分からなくなることも。
そんな時には、学生相談センターを活用してみるのはいかがでしょうか。
カウンセラーが、あなたの心を軽くするお手伝いをします。

和光大学 学生相談センター

【開室日時】月曜日～金曜日 9:15～16:30 (13:00～14:00をのぞく)

【場所】G棟1階 G113 (医務室の隣)

- 来室、電話、Web (初回のみ) で予約できます。予約がなくても空きがあればお話をうかがいますので、まずは気軽にお越しください。
- 申込方法や開室予定など、詳細はホームページから確認いただけます。

☎ 044-949-0004

ホームページは
こちらから



外部相談窓口も、
あなたの助けに
きっとなりませ

こころの健康相談
統一ダイヤル

0570-064-556

よりそいホットライン

0120-279-338

こころといのちのほっとライン
(東京都自殺相談ダイヤル)

0570-087-478

相談ほっと LINE
@東京



あなたのいばしょ
チャット相談



学生向け動画「自殺
のリスクから自分や
大切な人を守るため
に、知ってもらいた
いこと」(全5本)



※いずれも外部機関のため、詳細はウェブサイトでご確認ください。