

心身の健康は保健管理センターへ

## 保健管理センター紹介

風邪や体調不良またはケガなどの応急手当、心身の相談、測定機器などが利用できるところが**保健管理センター**（通称 ほけかん）です。

保健管理センターには、医師、心理カウンセラー、保健師、看護師がいて、みなさんの心と身体の健康を見守っています。

また、学生のウェルネス向上のための課外教育として、食育、エクササイズ、ストレスマネジメント、コンサートなどの多様なプログラムを提供しています。英語で実施されるものもあります。気軽に利用してください。

★保健管理センターの利用案内や健康知識などはこちら。

金沢大学保健管理センターWebサイト

<http://hsc.w3.kanazawa-u.ac.jp/>



★学生支援プログラムに関する情報はこちら。

金沢大学学生支援プログラム | [twitter](#) 公式アカウント

@ku\_wellness



困ったら相談しよう！

大学に行けない、人間関係で悩んでいる、気分が落ち込む…

## 保健管理センター学生相談室紹介

保健管理センターには、学生相談室があり、学生生活において直面する様々な悩みや問題について、カウンセラー（臨床心理士）が専門的な立場から秘密厳守で相談にのります。英語での対応も可能です。

例えば以下のような内容を受け付けています。

1. 学業
  2. 将来や進路
  3. 性格
  4. 対人関係
  5. 学生生活全般
  6. 身体的な事
  7. 精神的な事
- ※一例ですのでご参考まで

### ●カウンセリング（学生相談）の申し込み先は？

多くの学生がカウンセリングを利用しています。相談したいと思ったら、まずは電話かメールで次の連絡先に連絡して予約をとってください。直接、保健管理センターに来てもらってもよいですが、当日相談できないこともありますのでご了承ください。ただし、緊急性の高い場合はすぐに保健管理センターに来てください。

- ① 電話で予約：076-264-5255
- ② メールで予約：[hokekan@kenroku.kanazawa-u.ac.jp](mailto:hokekan@kenroku.kanazawa-u.ac.jp)
- ③ 直接来室して予約

平成30年4月 金沢大学保健管理センター