

保健センター

活動報告書

2024 年度

一橋大学保健センター

目次

- 1 事業実施報告
- 2 学生定期健康診断
 - ・ 2024 年度概要
 - ・ 年間スケジュール
 - ・ 定期健康診断受診者集計
- 3 利用者集計
 - ・ 科目別、所属別集計
 - ・ 月別集計
 - ・ メンタル月別、対応者別集計
 - ・ 産業医業務
 - ・ 紹介状、情報診療提供書作成件数
- 4 講演会・グループワーク
 - ・ 音楽ワーク 感覚を呼び覚ます
 - ・ ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク
- 5 スタッフ

I 事業実施報告

月	日	業務内容	担当者等
4	1	在学生健康診断 2日間	
	3	学部新入生健康診断	
	4	大学院新入生健康診断/在学生健康診断	
	7	入学式救護待機	岸本保健師
	16	健康診断血圧再検査	
	17	健康診断尿検体未提出者検査	
	17	家族の会	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	24	健康診断予備日 (4月初旬に受診できなかった学生および交流学生)	
	24	ハラスメント相談員研修会 オンライン参加	戸井田保健師
	25	4月1~4日受診者分健康診断書発行開始	
	26	スポーツ大会救急物品貸出	
29	休日授業日出勤	戸井田保健師	
5	7	健康診断予備日血圧再検査	
	8	健康診断予備日尿検体未提出者検査	
	15	健康診断予備日受診者分健康診断書発行開始	
	15	家族の会	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
6	5	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	青山・小原カウンセラー
	7	KODAIRA 祭救急物品貸出	
	12	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	19	家族の会	丸田医師、 青山・小原カウンセラー

	19	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	青山・小原カウンセラー
	20	日本精神神経学会 3日間	丸田医師
	23	一橋大学職員採用試験救護待機	戸井田保健師
	26	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
7	7	関東甲信越職員採用試験救護待機	岸本保健師
	10	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	14	日本医師会産業医 Web 研修会	牛澤医師
	15	休日授業日出勤	戸井田保健師
	17	家族の会	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	24	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
8	3	オープンキャンパス待機 3日間	岸本・戸井田保健師
	7	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	28	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	29	AHEAD JAPAN 大会 2日間	丸田医師
	31	東京集団精神療法研究所 夏の体験グループ 2日間	青山カウンセラー
9	4	ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	5	全国大学保健管理協会 関東甲信越地方部会研究集会 2日間	丸田・牛澤医師、 戸井田保健師
	6	国立キャンパス9月健康診断	
	7	成人発達障害支援学会 2日間	丸田医師、 小原カウンセラー（発表）

	11	家族の会	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
		ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク	丸田医師、 青山・小原カウンセラー
	12	9月健康診断血圧再検査	
	13	9月健康診断尿検体未提出者検査	
	16	休日授業日出勤	戸井田保健師
	19	千代田キャンパス健康診断	
	23	休日授業日出勤	岸本保健師
10	4	音楽療法講演会 音楽ワーク 東京外国語大学	丸田医師
	14	休日授業日出勤	戸井田保健師
		一橋祭運営委員会 AED トレーニングキット貸出	
	16	全国大学保健管理研究集会 2日間	丸田・牛澤医師、 戸井田保健師
	23	家族の会	丸田医師、 青山カウンセラー
	24	音楽療法講演会 音楽ワーク	丸田医師、外部講師、 岸本保健師、戸井田保健師
	25	陸上競技大会救急物品貸出	
30	防災訓練	牛澤医師、戸井田保健師	
11	1	一橋祭運営委員会 AED トレーニングキット貸出	
	2	日本医学哲学・倫理学会 2日間	牛澤医師
	4	休日授業日出勤	岸本保健師
	15	全国学生相談研修会 オンライン	戸井田保健師
	16	法科大学院入試救護場所提供	
	20	家族の会	丸田医師、 青山カウンセラー
	21	一橋祭救急物品貸出	

	22	一橋祭救護待機 3日間	岸本・戸井田保健師
	23	全国学生相談研修会 2日間	戸井田保健師
	30	創立150周年記念イベント/ホームカミングデー救護待機	戸井田保健師
12	5	全国大学メンタルヘルス学会 2日間	丸田医師
	7	関東医学哲学・倫理学会 総合部会例会	牛澤医師
	8	日本臨床心理士会研修会	青山カウンセラー
	18	日経BPニューロダイバーシティ&インクルージョンフォーラム講師	丸田医師
1	18	大学入学共通テスト救護待機 2日間	丸田・牛澤医師、 岸本・戸井田保健師
2	3	私費留学生入試救護待機	牛澤医師・戸井田保健師
	10	学校推薦型入試救護待機	丸田・牛澤医師、 岸本保健師
	19	ソーシャル・コミュニケーション・グループ follow up	丸田医師、 青山・市川カウンセラー
	23	オープンセミナー 「心の専門家とは何か」	青山カウンセラー
	25	前期日程入学試験救護待機 2日間	丸田・牛澤医師、 岸本・戸井田保健師
3	4	不審者対応講習会	戸井田保健師
	6	外国学校出身者選抜入試救護待機	丸田医師、戸井田保健師
	19	家族の会	丸田医師 青山・市川カウンセラー
	12	後期日程入学試験救護待機	牛澤医師、岸本保健師
	13	日本社会精神医学会 2日間	丸田医師
		フィジカルヘルスフォーラム 2日間	牛澤医師
	18	保健センター専門委員会（メール審議）21日まで	
19	家族の会	丸田医師 青山・小原カウンセラー	

2 学生定期健康診断

・2024 年度概要

≪概要≫

国立キャンパスでは毎年4月初旬（4日間）・下旬（1日）と9月中旬（9月入学留学生対象）、千代田キャンパスでは9月下旬に健康診断を実施している。2020～2022年度は新型コロナウイルス感染症流行に伴い健診項目を減らして実施していたが、2023年度より項目をすべて元通りにして実施している。

健診日程や内容については健診業者との打合せを数度行い、調整を図った。

≪健診対象者≫

健診対象者は例年通り、学籍を有する全学生（他大学からの単位互換学生は除く）で、交流学生、研究生も対象としている。聴講生、科目等履修生の希望者や、休学中の学生も受診可能である。

社会人学生で所属する会社の健康診断を受診する学生に関しては、会社等での受診を優先して受けてもらい、大学での健康診断は任意としている。

≪健康診断書類の配布方法≫

○新入生は入学手続き書類に同封

○4月は在学生、交流学生ともに自宅宛てに郵送、9月より交流学生は寮へ郵送

≪健診内容≫

健診項目	内 容
身長	
体重	
BMI	身長・体重から自動計算（後日データ搬入時に把握）
尿検査	基本的には尿容器を事前に配布し、早朝尿を持参させるが、忘れた場合は随時尿での検査も実施した。 ※当日検査ができない学生は後日検査 尿糖・尿蛋白のうち1項目でも（+）以上が出たら再検査
視力検査	裸眼・矯正のどちらかを測定
血圧測定	最高血圧140以上、最低血圧90以上の場合は、後日保健センターにて再検査
看護師問診	問診票を事前記入させ、看護師による問診をおこなった。 相談があるものに対しては、医師、臨床心理士が当日面接した。
胸部X線撮影	二重読影後、要精密検査者には連絡し、外部医療機関を紹介した。

・定期健康診断年間スケジュール

月	実施項目
4月	国立キャンパス学部・大学院新入生定期健康診断 国立キャンパス学部・大学院在校生健康診断 定期健康診断再検査（尿・血圧・胸部レントゲン） 国立キャンパス健康診断予備日 4月健康診断結果発行開始（教務課自動発行機にて）
5月	予備日再検査（尿・血圧・胸部レントゲン） 健康診断フォローアップ（要フォロー者呼び出し・診察・紹介状作成・外部医療機関紹介・面談・カウンセリング・相談等） 4月分健診集計作成 次年度の健診日程調整 予備日健康診断結果発行開始（教務課自動発行機にて）
6月	次年度健診日程立案 9月健康診断日程、千代田健診日程確定
7月	9月健康診断 ウェブサイト掲載
8月	9月健康診断 CELS 掲載、9月千代田キャンパス健診書類準備
9月	国立地区9月健康診断実施 千代田キャンパス健康診断実施
10月	9月健康診断フォローアップ（要フォロー者呼び出し・診察・紹介状作成・外部医療機関紹介・面談・カウンセリング・相談等） 9月健康診断書自動発行機発行開始、次年度健診日程確定
11月	仕様書作成（3年契約）・必要年 健康診断書類見直し、印刷発注
12月	健診業者確定（入札、開札）・必要年 学生委員会にて健康診断結果報告
1月	新入生用健康診断書類（業者に袋詰めまで依頼）搬入 ウェブサイトに次年度健診日程掲載
2月	在学生書類準備
3月	在校生用書類郵送 CELS に日程掲示

・定期健康診断受診者集計

実施日：【国立キャンパス】学部・大学院新生：4月3・4日、 在学生：4月1・2・4日

予備日 4月24日

9月入学：9月5日

会場：兼松講堂

【千代田キャンパス】9月19日

会場：千代田キャンパス 605、607 教室

学 部

	1年生	2年生	3年生	4年生	合計
在籍者数	1014	1079	999	1256	4348
受診者数	1009	871	792	783	3455
※受診率	99.5%	80.7%	79.3%	62.3%	79.5%
(前年度)	99.2%	82.7%	76.9%	57.5%	77.9%
前年比	0.3%	-2.0%	2.4%	4.8%	1.6%

大学院（国立）

	修士課程・ 専門職学位課程	博士後期課程	合計
在籍者数	956	526	1,482
受診者数	782	187	969
※受診率	81.8%	35.6%	65.4%
(前年度)	63.4%	35.5%	55.1%
前年比	18.4%	0.1%	10.3%

< 大学院内訳 >

修士課程・専門職学位課程

	1年生	2・3年生	合計
在籍者数	454	502	956
受診者数	375	407	782
※受診率	82.6%	81.1%	81.8%
(前年度)	75.2%	53.9%	63.4%
前年比	7.4%	27.2%	18.4%

博士後期課程

	1 年生	2 年生	3 年生	合計
在籍者数	98	91	337	526
受診者数	46	35	106	187
※受診率	46.9%	38.5%	31.5%	35.6%
(前年度)	57.1%	43.5%	28.5%	35.5%
前年比	-10.2%	-5.0%	3.0%	0.1%

学部・大学院総計（非正規生除く）

在籍者数	5,830
受診者数	4,424
※受診率	75.9%
(前年度)	71.0%
前年比	4.9%

非正規生（交換留学生・研究生・科目等履修生）

受診者数	280
(前年度)	214

総計

健診受診者数		
	2024 年度	(前年度)
春季	4,456 名	4,368 名
秋季	248 名	156 名
計	4,704 名	4,524 名

3 利用者集計

・科目別、所属別集計

2024（令和6）年度 保健センター利用者集計（科目・所属別）

令和7年3月末日現在

	学部学生		大学院学生		教職員		家族		その他		合計		（参考）前年度	
	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数
内科	151	204	60	91	86	168	4	4	9	9	310	476	362	445
外科	33	36	14	18	7	10	0	0	4	4	58	68	65	80
整形外科	25	30	4	4	29	50	1	1	3	4	62	89	52	60
皮膚科	23	29	6	7	10	12	0	0	2	3	41	51	24	28
泌尿器科	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
眼科	6	6	4	4	7	10	0	0	1	1	18	21	9	11
耳鼻科	8	8	2	2	4	4	0	0	1	1	15	15	10	13
歯科	1	1	5	7	1	1	0	0	1	1	8	10	6	6
メンタル	81	527	54	387	63	226	26	63	17	33	241	1,236	246	1,304
婦人科	9	10	3	5	4	9	0	0	1	1	17	25	19	19
測定	268	271	97	102	14	76	0	0	0	0	379	449	397	401
診断書	54	63	21	23	0	0	0	0	3	3	78	89	49	52
その他	32	49	13	13	34	45	5	7	78	79	162	193	122	152
合計	691	1,234	283	663	259	611	36	75	120	139	1,389	2,722	1,361	2,571
前年度	747	1,212	294	810	210	406	26	42	84	101	1,361	2,571	—	—

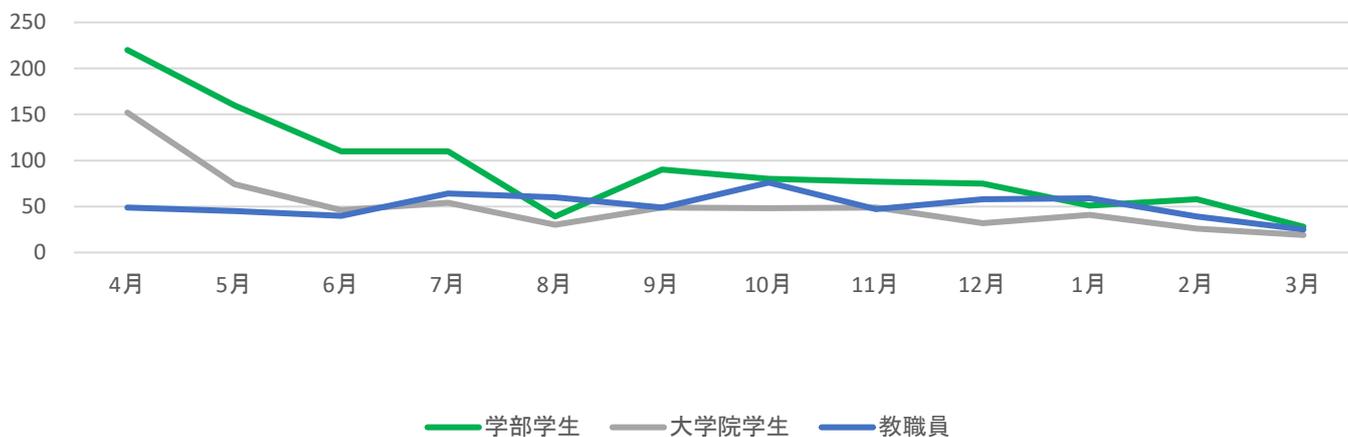
・月別集計

2024(令和6)年度 保健センター利用回数(月別)集計

令和7年3月末日現在

	学部学生	大学院学生	教職員	家族	その他	合計	(参考)前年度
4月	342	184	49	8	4	587	433
5月	174	85	45	1	6	311	286
6月	110	46	40	4	6	206	206
7月	110	54	64	2	6	236	236
8月	39	30	60	0	1	130	130
9月	90	49	49	2	4	194	194
10月	80	48	76	6	5	215	215
11月	77	49	47	10	61	244	244
12月	75	32	58	16	18	199	199
1月	51	41	59	8	7	166	166
2月	58	26	39	6	16	145	145
3月	28	19	25	12	5	89	117
合計	1,234	663	611	75	139	2,722	2,571

2024年度 利用回数(月別)



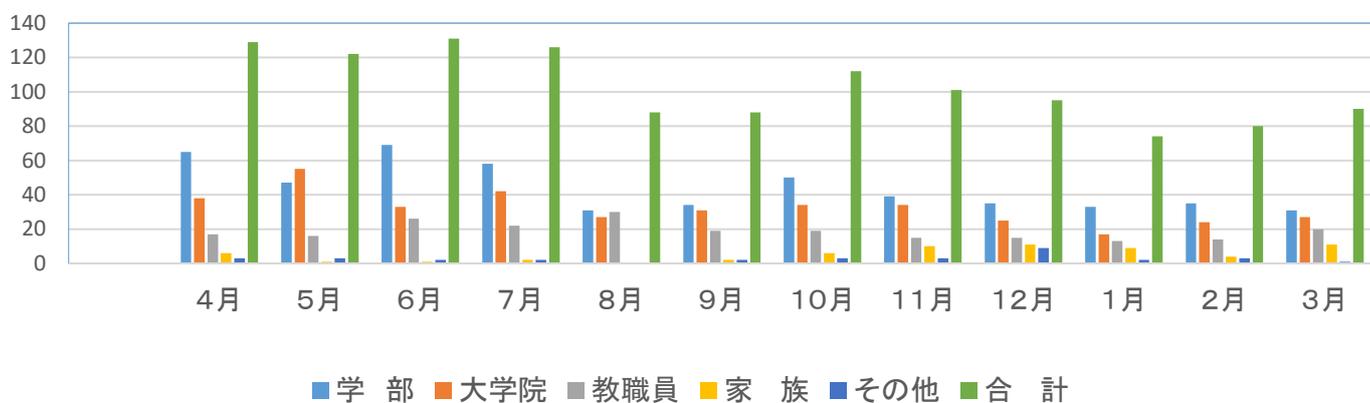
・メンタル月別集計、対応者別集計

2024（令和6）年度メンタル【月別】相談件数（延べ人数）

令和7年3月末日現在

所属	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
学 部	65	47	69	58	31	34	50	39	35	33	35	31	527
大学院	38	55	33	42	27	31	34	34	25	17	24	27	387
教職員	17	16	26	22	30	19	19	15	15	13	14	20	226
家 族	6	1	1	2	0	2	6	10	11	9	4	11	63
その他	3	3	2	2	0	2	3	3	9	2	3	1	33
合 計	129	122	131	126	88	88	112	101	95	74	80	90	1,236
前年度	78	114	112	103	88	105	134	138	146	127	97	62	1,304

月別相談件数グラフ



2024（令和6）年度メンタル対応者別集計【対応内容別】

令和7年3月末日現在

対応者 所属 対応内容	医 師【2名】						カウンセラー【2名】						保 健 師【2名】						合計	前年度 (R6年3 月末ま で)	
	学 部	大 学 院	教 職 員	家 族	そ の 他	計	学 部	大 学 院	教 職 員	家 族	そ の 他	計	学 部	大 学 院	教 職 員	家 族	そ の 他	計			
診察・相談	53	27	29	0	1	110	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	110	149
措置面接	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
健診フォロー	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
病院紹介	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2	2	25
紹介状発行	4	1	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	28
診断書・意見書 発行	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
産業医面接	0	0	25	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	26
カウンセリング	0	0	0	0	0	0	359	292	76	0	0	727	0	0	0	0	0	0	0	727	928
コンサルテーショ ン	3	2	72	22	3	102	0	0	2	6	0	8	0	0	0	1	0	1	111	52	
インターク	0	0	0	0	0	0	21	12	2	0	0	35	3	0	0	0	0	0	3	38	49
相談	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
処置	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
窓口与薬	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
保健師相談	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22	18	11	13	1	65	65	33	
受診同行	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	3	
検査・測定	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	7
休養・休憩	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	12	2	0	0	16	16	25	
救急対応	3	0	0	2	0	5	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	7	1	
栄養相談	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ストレスチェック	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
報告	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	3	0	4	5	0	
学内連携	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
就学支援	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
GW	0	0	0	0	0	0	38	11	0	0	0	49	0	0	0	0	0	0	49	0	
親の会	0	0	0	13	18	31	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	31	30	
物品貸出	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
その他	0	0	2	0	1	3	4	5	0	0	0	9	8	7	5	2	9	31	43	10	
合 計	63	30	128	37	23	281	424	320	80	6	0	830	40	37	18	20	10	125	1,236	1,368	
前年度	96	76	83	24	24	303	418	465	108	6	0	997	22	20	16	8	2	68	1,368	—	

・産業医業務

2024(令和6)年度産業医面接対応件数(分類別)

令和7年3月末日現在

分類	内容	件数	小計
内科	勤務措置面接	18	42
	超過勤務面接	2	
	復職面接	8	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	7	
	教職員の相談	0	
	その他	7	
整形外科	勤務措置面接	6	11
	超過勤務面接	0	
	復職面接	4	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	0	
	教職員の相談	0	
	その他	1	
皮膚科	勤務措置面接	0	1
	超過勤務面接	0	
	復職面接	1	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	0	
	教職員の相談	0	
	その他	0	
眼科	勤務措置面接	0	1
	超過勤務面接	0	
	復職面接	0	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	0	
	教職員の相談	0	
	その他	1	
耳鼻科	勤務措置面接	1	1
	超過勤務面接	0	
	復職面接	0	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	0	
	教職員の相談	0	
	その他	0	
メンタル	勤務措置面接	10	25
	超過勤務面接	0	
	復職面接	4	
	健診フォロー	0	
	ストレスチェック	1	
	教職員の相談	0	
	その他	10	
計		81	81

【参考】

産業医面接月別対応件数

4月	1
5月	4
6月	6
7月	5
8月	10
9月	7
10月	15
11月	9
12月	8
1月	6
2月	3
3月	7

・紹介状、情報診療提供書作成件数

令和7年3月末日現在

診療科	担当	作成数
内科	牛澤医師	42
整形外科	牛澤医師	3
外科	牛澤医師	1
皮膚科	牛澤医師	10
眼科	牛澤医師	4
耳鼻科	牛澤医師	5
歯科	牛澤医師	2
婦人科	牛澤医師	3
脳神経外科	牛澤医師	4
精神科	丸田医師	29
	牛澤医師	4
	カウンセラー	1
合計		108

4 講演会・グループワーク

・音楽ワーク 「感覚を呼び覚ます」 於 佐野書院サニールーム

日時:2024年10月24日(木) 18:00~19:30

講師:アントロポゾフィー音楽療法士 川村 真理子先生

参加者:学内10名 学外2名 合計12名

一橋大学保健センター
東京外国語大学学生相談室
共催



*ライアー



感覚を呼び覚ます

音楽ワーク

- ①2024年10月4日(金)
14:20~15:50 - 4限時
場所:東京外国語大学
研究講義棟(予定)
府中市朝日町3-11-1【多磨駅下車】
- ②2024年10月24日(木)
18:00~19:30
場所:一橋大学 佐野書院
国立市中2-1【国立駅下車】

**ワーク1週間前頃に申込者へ
案内メールを送付します**

両日とも参加可能

*ワークの内容は①と②で異なります

*学生優先ですが
教職員の参加も
可能ですのでお問
い合わせください

「耳を澄ましたとき、
私たちは何に出会うので
しょう?(中略)様々な
素材の楽器の響きに耳を
傾けることすなわち全感
覚を通して聴くことは、
内なる静けさと出会う
体験であると共に
音楽療法の出発点であり
礎でもあります」
~川村真理子~

申込・問合せ先

(下記URL/QRコードから)

一橋大学保健センター
042-580-8172
東京外国語大学学生相談室
042-330-5560

[https://forms.gle/
pKsUEQKAoADT
7mat5](https://forms.gle/pKsUEQKAoADT7mat5)



講師 川村真理子氏 (アントロポゾフィー音楽療法士・一般社団法人拡大芸術文化研究所代表)

ベルリンのハーフェルヒューエ病院での認定実習後、音楽療法士認定資格を取得。障がい者(成人)施設での音楽療法、看護専門学校にて音楽療法の体験授業を実施。ラインホルト著『アントロポゾフィー音楽療法』の翻訳サポートに関わる。2024年2月にはドイツから3人の音楽療法士を招き、東京・横浜・京都・大阪にて「アントロポゾフィー音楽療法に会う」と題した3週間に渡るイベントツアーを企画開催。

★google formを使い、参加希望日・氏名・所属・学籍番号・メールアドレスなど入力の上お申込み下さい(先着順・当日受付可) 問い合わせは所属大学までお願いします。



・ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク

期間:2024 年度春夏学期 10 回 近況報告会 1 回(2025 年 2 月 19 日開催)

ファシリテーター:青山心理士・小原心理士

アドバイザー:丸田医師

参加者:学部生 4 名 大学院生 1 名 合計 5 名

2024 年度 ソーシャル・コミュニケーション・グループワークのご案内

保健センターでは、コミュニケーションに対する苦手意識や困りごとがある方々を対象に「ソーシャル・コミュニケーション・グループワーク」(全 10 回)を実施します。このプログラムは学内で行われるもので、卒業後も視野に入れ、社会生活に不可欠なコミュニケーション・スキルの向上を目指します。関心のある方はお気軽にお問合わせください。

本プログラムの目的

- ① お互いの思いや悩みを共有する
- ② 新しいスキルを習得する
- ③ 自己理解を深める
- ④ より自分自身に合った「処世術」を身につける

プログラムの内容(予定)

各回 13:15~15:00 (3限)

- | | |
|---------------|------------------------------|
| 第 1 回 (6/5) | 自己紹介・学生生活における困りごと |
| 第 2 回 (6/12) | 自分の特性を知る/神経学的多様性について |
| 第 3 回 (6/19) | 感情のコントロール<不安>/ストレスとの上手な付き合い方 |
| 第 4 回 (6/26) | 上手な会話のために |
| 第 5 回 (7/10) | ピア・サポート |
| 第 6 回 (7/24) | 感情のコントロール<怒り>/アサーション |
| 第 7 回 (8/7) | 関係づくり/相談・質問 |
| 第 8 回 (8/28) | 就労のためのコミュニケーション/ホウ・レン・ソウ |
| 第 9 回 (9/4) | 自分の適性を知る/特性を伝える |
| 第 10 回 (9/11) | ほめる/振り返り |

※実施場所は参加予定者に後日案内いたします。



こんな方のご参加をお待ちしています

- ✓ 会話が苦手で人間関係をうまく築けない
- ✓ 何か問題を抱えた時に、どう解決したらよいか分からない
- ✓ 不安やイライラなど、ネガティブ感情への対処法が分からない
- ✓ 社会に出てからやっていけるのか不安だ

※精神医学的診断の有無は問いません。

参加者の声

過去のプログラムの参加者からは、役立ったという多くの感想をいただいています。

「自己理解に役立った」 「同じ悩みを共有する仲間がいることを知り不安が軽くなった」
「仲間と意見を出し合って解決策がわかった」 「使えるスキルを身につけ、自信がついた」 など

申し込み・問い合わせ先

保健センター ※参加希望の旨と氏名、学籍番号をメールに記載し申し込んで下さい。

Email: hokesen@ad-hit.u.ac.jp

Tel: 042-580-8172

2024 年度 保健センタースタッフ

稲葉 哲郎 保健センター長・社会学研究科教授

丸田 伯子 精神科医・産業医・教授

牛澤 洋人 内科医・産業医・准教授

岸本 郁子 保健師

戸井田 千鶴 保健師

青山 萌 公認心理師・臨床心理士

市川 京子 公認心理師・臨床心理士

小原 美樹 公認心理師・臨床心理士

高取 己喜男 事務職員