

体と心の健康相談



新型コロナウイルス感染予防のため、学内の様々な行事が変更となり、3密を避ける行動を常に意識するなど、皆様はいろいろと心身の健康面での不安もおありのことと思います。

保健管理センターでは、皆様の健康増進や心のケアに関して、自己管理も含めてお手伝いをいたします。また、内容に応じ、カウンセラー、内科医、精神科医などの相談も可能です。一人で悩まずに、気軽にご相談下さい。

保健管理センター 083-933-5160

相談はメールでも受け付けます hoken@yamaguchi-u.ac.jp

受付時間：月～金（9：30～17：00）

※カウンセラー・内科医・精神科医などによる相談は、こちらで日程調整します。

外部での心の相談を希望される方は、以下もご利用できます。

●働く人のメンタルサポート・ポータルサイト「こころの耳」

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

山口大学保健管理センター