



Mental Wellness !

〔学生総合相談通信 No.41〕

発行 : 平成27年4月20日

拓殖大学学生総合支援室

大学生活に慣れてきましたか？ 特に、新入生は希望と同時に不安を抱えていると思いますが、あまり急ぎすぎず、がんばりすぎないで欲しいのです。...

Topic 何となくと他の人と違うかも...? 病気かな?

何回か紹介していますが、厚生労働省『知ることからはじめよう みんなのメンタルヘルス総合サイト...』の「こころの病気を知る」から、新しい出会いの多いこの時期に、理解を高めて欲しいことをお伝えします。【以下、同サイトより引用・参照】

パーソナリティー障害 (Personality Disorder)

パーソナリティー障害は、大多数の人とは違う反応や行動をすることで本人が苦しんでいたり、周りが困っているケースに診断される精神疾患です。認知（ものの捉え方や考え方）や感情、衝動コントロール、対人関係といった広い範囲のパーソナリティー機能の偏りから障害（問題）が生じるものです。...

日頃から自分の「こころ+ハーモニー」に耳を傾けましょう！そして、不調を感じたら早期に医療機関や相談に結び付けてください。

大学生活に対する不安や悩みなどがありましたら是非一度、総合支援窓口である学生総合支援室へ来室して下さい。随時、専門職である学生主事が相談に応じます。

Table with 3 columns: Campus (Hachioji International, Utsunomiya), Building/Floor (Management Research Building 1F, C Building 2F), and Hours (9:00-17:00, 9:00-15:00). It lists the locations and hours for the Student Support Room.

各種相談日のご案内【4月・5月】

- 心 の 健康相談日 - 専門医が来校し、心の健康に係わる不安や悩み等への医学的対処法を直接アドバイスしています。
[文京キャンパス] 5月8日(金) 14:30~17:00
[八王子国際キャンパス] 4月23日・5月14日・28日(木) 13:30~16:00
法律相談日 - 本学教員による、法律に係わる諸問題についての相談機会を設けています。
[文京キャンパス] 4月23日・5月14日(木) 11:30~12:30
女子学生のための相談日 - 本学女性教員による、女子学生のための相談機会を設けています。
[八王子国際キャンパス] 5月22日(金) 12:40~13:20

〔予約制〕 相談希望者は、何れかのキャンパス「学生総合支援室」で事前に予約して下さい。

次回発行予定 平成27年5月11日(月)