

京都府立大学 学生相談室だより

2026年9月



9月に入っても厳しい暑さが続いていますね。
夏期休暇も半分が過ぎましたが、生活リズムは乱れていませんか。

前夜の就寝時間が遅くなっても、起床時間は一定にして、体内時計を整える生活に留意してください。

生活リズムが整うと、心身の健康を向上させ、ストレス耐性を高めることができます。

夏期休暇中も学生相談室は開室しています。
普段は授業などで、空き時間のない方は、ぜひこの期間をご利用ください。

* 学生相談室の利用は京都府立大学の学生さんが対象です。
相談内容の秘密は厳守しますのでご安心ください。

* 図書の閲覧、貸出も出来ます。
心が疲れた時は、居場所としての利用をご相談ください。



相談窓口	月～金	9:00～17:00 昼休み 12:45～13:45 ※休業中は12:00～13:00	困りごとや気になることなど いつでもご相談ください
カウンセリング (臨床心理士)	月～金 (3日休み)	10:15～16:15 1回45分 TEL・Teams可 要予約	担 月 渡邊(男性) 火 岡 (女性) 水 岡 当 木 武藤(女性) 金 鈴木(女性)
心の健康相談 (精神科医師)	月1回 木曜日	9:30～11:30 1回40分 要予約	9月 17日 10月 15日

お問い合わせ

TEL (075) 703-5901 (内線5901)
E-mail soudan@kpu.ac.jp
場所 合同講義棟1階 医務室北隣

