

教職員相談室 開設のお知らせ

専任教職員の皆さまへ

近年、教職員のストレスは年々増加傾向にあり、業務への影響が懸念されています。ストレスが蓄積すると、集中力の低下、ミスの増加、モチベーションの低下、人間関係のトラブルなどが生じやすくなります。

その結果、仕事のパフォーマンスが悪化し、休職や離職につながることも少なくありません。

こうした問題を未然に防ぐために、教職員向けの『教職員相談室』を開設しました。専門家に相談することで、ストレスを軽減し、健やかな職場環境を保つことができます。



相談できる内容（ただし、根拠のない誹謗中傷は除く）

- 職場の人間関係に関する悩み
- 保護者対応のストレス
- 学生との関わり方
- 仕事だけでなく、家庭やプライベートの悩みも OK
- ご自身のことだけでなく、ご家族やご友人についての相談も可能

ご利用にあって

- 秘 密 厳 守：安心してご相談いただけます。
- 継続的な相談が可能：相談内容によって、継続的にご利用いただけます。
- 原則対面相談（1日1回50分）
- 当日予約可能：空きがあれば当日でも相談できます。

利用方法（ポータル掲示板→教職員相談室掲示板 より予約手順マニュアル）

- 予約方法：『Google カレンダー』で予約可能な日時を選択し、必要事項を入力してください。空き時間がひと目でわかり、その場で予約が完了します。予約後、ご自身の Google カレンダーから予定を非公開に設定してください。当日は、直接、来室してください。

① 『Google カレンダー』に必要事項を入力→予定の非公開設定

② 予約日時に来室する

- 開 室 日：不定期の金曜日 ※開室日をご確認ください。
- 時 間：13:00～18:00
- 場 所：本館2階
- 内 線：2330
- カウンセラー：公認心理師（1人）

予約ページ QR コード



〔教職員相談室窓口メールアドレス〕※(a)を@に変更してください。k-soudan(a)azabu-u.ac.jp

お気軽にご相談ください。

心の健康を守ることは、よりよい職場環境を築く第一歩です。