

# 教職員相談室の利用について

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、2025年度より、教職員向けの『教職員相談室』を開設しています。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
- 保護者対応での悩み
- 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：毎週金曜日（祝日・学園の休日を除く）※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。