

震災により心身に不安を感じている学生の皆さんへ



●学内の相談窓口●

なんでも相談室では、臨床心理士や相談員が皆さんのお話を伺います。漠然とした不安、これからの学生生活のこと、誰かにただ話を聞いてほしいなど、どんなことでも構いません。遠慮なくご連絡ください。

熊本学園大学 なんでも相談室	
開室時間	平日 8:45～17:15（祝日を除く、大学の一斉休業期間 8/10～8/17 は閉室）
場所	4 号館1階（学生課の斜め前に入り口あり）
予約・連絡先	096-364-7183
備考	来室だけでなく、希望の際は電話やオンラインでの相談も受け付けています。

●外部の主な相談機関●

夜間や休日、大学の相談室が閉まっている時間、あるいは「大学以外の機関に相談したい」という場合は、以下の公的・外部窓口をご利用ください。秘密は厳守されます。

よりそいホットライン	
利用時間	24 時間対応（通話料無料）
電話	0120-279-338
備考	どんな悩みでも電話で相談できる全国対応の窓口です。被災者の方が抱える悩みを話せる場として専用ラインもあります。

熊本県精神保健福祉センター	
受付時間	平日 9:00～16:00（祝日・年末年始を除く）
電話	096-386-1166
備考	こころの健康に関する、地域に根ざした専門的な相談窓口です。

熊本いのちの電話	
受付時間	11:00～18:30（年中無休）
電話	096-353-4343
備考	不安や悩みを抱え、心の危機にある方に寄り添う電話相談です。

SNS 相談窓口（厚生労働省）	
WEB サイト	まもろうよ こころ
URL	https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/
備考	電話で話すのがつらい場合、LINE などの SNS やチャットで相談できる窓口も多数用意されています。