

令和 2 年 5 月 11 日

学生の皆さまへ

学校法人 北海道鍼灸専門学校  
学校長 川浪 勝弘

## 「こころとからだのケア窓口」について

日々新型コロナウイルスに関するニュースが飛び交うこうした状況下では、不安やストレス、恐怖、怒り、興奮、不眠など、こころとからだにさまざまな変化が起こることがあります。人に話したり相談したりすることで、辛さは和らぐことがありますので、無理に感情を抑え込んだり一人で抱え込まずに窓口を利用してください。

### 【主な相談内容】

1. 新型コロナウイルスに関する正しい情報について
2. 気持ちの落ち込みなど、心理面に関する相談
3. 体調などさまざまな相談

### 【方法】

毎日皆さんから送っていただいている体温の報告メールに相談内容を入力してください。  
治田先生(薬剤師・鍼灸師)が相談にのります。