

アスリートのための



こころの相談窓口



日時：第1・第3金曜日（14：00～17：00）

場所：日吉キャンパス スポーツ医学研究センター

予約：事前予約（ひとり1時間程度）

スポーツ医学研究センターに電話（平日8:30-17:00 045-566-1090）

または窓口でご予約ください。

ウェブサイト（<http://sports.hc.keio.ac.jp>）のお問い合わせフォームもご利用下さい。

対象：体育会部員またはそれに準ずる活動を行っている学生

（チームメイトや指導者、関係者も対象です）

費用：無料

内容：スポーツカウンセリング

気分のおち込みや不安が続いている、人間関係に悩んでいる、大事な場面で集中できない、試合前にお腹が痛くなる、不眠・食欲不振、自分ではなくチームメイトに心配な人がいる、など様々な不安や悩みを一緒に解決していきましょう。

日々ストレスを抱えて練習に励んでいるアスリート
をメンタルの立場からサポートします。ご本人だけで
なく、チームメイト、指導者も対象です。

カウンセリングを中心に、必要に応じて専門的な治
療を行い、お悩みの解決や症状の緩和を目指します。
お気軽にご相談ください。

慶應義塾大学病院
スポーツ医学総合センター
精神・神経科学スポーツドクター
山口 達也先生



お問い合わせ

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター <http://sports.hc.keio.ac.jp>

TEL: 045-566-1090 mail: smrc-info@ml.keio.jp

