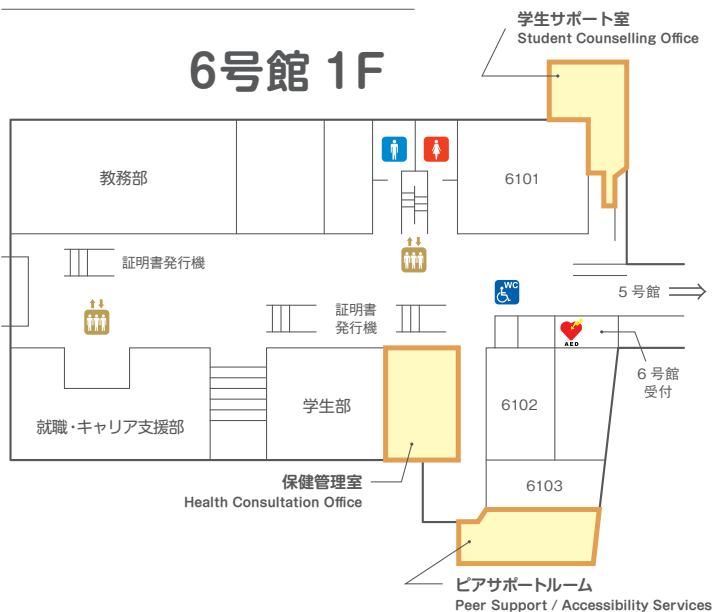


# 白山 キャンパス

## 6号館 1F



### 白山キャンパス 6号館1F

- 保健管理室 03-3945-7278
- 学生サポート室 03-3945-7265
  - ・ 学生相談
- ピアサポートルーム 03-3945-8696
  - ・ 学生総合インフォメーション窓口
  - ・ 障がい学生支援 03-3945-8673

#### 医務室

#### 学生相談室

■ 川越キャンパス	4号館1階 049-239-1317	4号館1階 049-239-1544
■ 板倉キャンパス	1号館1階 0276-82-9123	1号館1階 0276-82-9132
■ 朝霞キャンパス	講義棟1階 048-468-6607	図書館棟1階 学生サポートスクエア 048-468-6462
■ 赤羽台キャンパス	1階 03-5924-2613	1階 03-5924-2615
■ 総合スポーツセンター	アリーナ棟1階 03-6454-3124	

# ウェルネスセンターガイド

## Wellness Center Guide

一人ひとりのWellnessの実現を目指して

〒112-8606

文京区白山 5-28-20 東洋大学ウェルネスセンター



東洋大学

## 東洋大学ウェルネスセンター開設について

2018年10月、学生一人ひとりの「ウェルネス (Wellness)」の実現を支援することを目的とし、東洋大学ウェルネスセンターが開設されました。ウェルネス (Wellness) とは、米国の Halvert L. Dunn が提唱したより積極的な健康状態を示す概念ですが、これを「自らの健康な力を高めるとともに、それを活用してより積極的に生きようとする意志と実行力を有する状態」と捉え、センターの名称としました。

ウェルネスセンターには、心身の健康面からサポートする保健管理室とカウンセリングや修学環境の調整を行う学生サポート室があります。また、従来のバリアフリー推進室は、「ピアサポートルーム」に生まれ変わりました。「ピアサポート (Peer Support)」には、同じような立場の仲間が相互に助け合い、支え合うという意味があります。ピアサポートルームでは、学生同士の交流や仲間として支え合う体験を通して、学生一人ひとりが成長していけるよう、さまざまなプログラムを展開していく予定です。

また、キャンパス内のどこに相談していいのかわからないという時、みなさんの力になってくれる総合インフォメーション窓口もピアサポートルーム内にあります。誰でも気軽に相談できますし、障がいがある学生の支援もここで受け付けています。誰かの支えが必要な人も、誰かを支える力になりたい人も、ピアサポートルームに来てみてください。きっと「より輝いて生きる自分」に出会えるでしょう。ウェルネスセンターは、みなさんのウェルネスの実現を応援します！

## Toyo University Wellness Center Established

In October 2018, the Toyo University Wellness Center was established to support the wellness of each student at Toyo. The term Wellness means “A state of being willing and able to take measures to enhance your own health in order to lead an active life.”

The Wellness Center comprises the Student Counselling Office and the Health Consultation Office, which provide support for the mental and physical health of the campus community. The Center also has a Peer Support Room with a comprehensive consultation desk where anyone can stop by to give or offer advice on all matters related to the university life. In addition, students with disabilities can seek support here.

Toyo University Wellness Center is ready to offer assistance so that each of our students can achieve wellness in their lives.



# ウェルネス (Wellness) とは・・・？

「自らの健康な力を高めるとともに、それを活用してより積極的に生きようとする意志と実行力を有する状態」です。

ウェルネスセンターは、「保健管理室」「学生サポート室」「ピアサポートルーム」の専門職スタッフが連携し、ウェルネスの実現を支援します。



## こんなとき に行けばいいの？

- 急病やけがなどの応急処置が必要なとき
- 体調に不安がある
- 大学近隣の医療機関を紹介して欲しい

- 人間関係で悩んでいる
- 心身の不調で学業に集中できない
- 進路のことで迷っている

### 保健管理室 Health Consultation Office

- 健康に関する相談
- 健康管理のサポート
- 救急処置
- 医療機関の紹介



私たち専門職スタッフがサポートします

医師、看護師、産業カウンセラー

**開室時間** 時間を変更する場合があります。ホームページをご確認ください

平日 9:30～19:45 土曜 9:30～12:45

### 学生サポート室 Student Counselling Office

- 学生相談
- 友人・対人関係、進路、学業に関する悩みなど



私たち専門職スタッフがサポートします

学生相談員（臨床心理士、公認心理師）

**開室時間** 時間を変更する場合があります。ホームページをご確認ください

平日 9:30～13:00 土曜 9:30～12:45  
14:00～19:45



# ピアサポート Peer Support

ピア (peer) とは、仲間・同じ立場にある人同士の意味です。

学生同士が仲間として交流しながら、  
支え合い、成長しあう関係を大切にします。  
共通の悩みや課題、目標を共有し、  
つながることで、本来の力を発揮しあえる  
ような活動をしています。

関心のある人はぜひ一度のぞいてみてください。

## 例えば、こんな活動をしています

### グループワーク

- \* コミュニケーションに自信をつけたい  
学生のグループ
- \* 就職活動準備グループ
- \* 独立自活奨学生のグループ
- \* 障がいに関する理解啓発グループ

### ノートテイク

聴覚障がい学生の授業における情報保障の活動

### 各種イベント

共通のテーマ（コミュニケーション、進路、障がい、  
家計管理など）に関心のある人が集まり、それぞれの  
立場から意見を出し合って、学生生活を過ごしやすい  
する企画を検討し、実施します。

- 障がいがあり、修学や進路に関して困りごとがある
- 仲間同士で成長しあう、ピアサポート活動に興味がある
- キャンパスライフに関するちょっとした相談がある
- そもそも誰に相談したらいいかわからない

## ピアサポートルーム Peer Support / Accessibility Services

- 障がい学生の支援
- 学生総合  
インフォメーション窓口



ピアサポートルームには  
『**キャンパスソーシャルワーカー**』がいます。

キャンパスソーシャルワーカーは、学生が大学生活を送るうえで  
直面する、経済面や家庭環境あるいは障がいなどによる様々な  
問題や困難を解決・緩和するために、制度・サービス・資源をコー  
ディネートし、学生の希望する大学生活の実現をサポートする、  
大学で働く福祉職（社会福祉士・精神保健福祉士）です。

専門職スタッフと仲間 (peer) の力を活用してください

社会福祉士、精神保健福祉士

開室時間 時間を変更する場合があります。ホームページをご確認ください

平日 10:00～13:00 土曜 9:30～12:45  
14:00～18:30

- 生活のしづらさがあるので相談したい
- 経済面（学費や生活費）の困りごとがある
- 家庭環境（家族や住まい）に関する困りごとがある
- ソーシャルワーカーについて知りたい

・・・こんな時は、ぜひ訪ねてきてください