キャンパスライフ健康支援・相談センター 相談支援部門「ピアとも」

2025年5月26日(月) 第1回 ピアStationCafé

セルフケアについて考えよう

今回のポイント

①人に話すほどではないけどなんだかモヤモヤする、一人でなんとかできたらいいのに…こんな時に役立つのがセルフケアの考え方。分かってはいるけど見過ごしがちな自分への接し方を一緒に考えてみませんか？

②ピア相談員2名が進行しますので、安心してご参加いただけます。途中での入退室もOK！※日本語での進行となります。

担当ピア・アドバイザー　横山・多智花

イベント概要

日　時：2025年5月26日(月)13:30～15:00
場　所：豊中キャンパス　学生交流棟3F 会議室（304号室）
対　象：本学学生
参加費：無料
申込先：seikatsu-stu@ml.office.osaka-u.ac.jp
①お名前 ②学籍番号 ③学部/研究科 ④学年
⑤連絡先 ⑥件名「セルフケア」を明記

お申し込みはこちらから

申込期限：5月21日(水)まで

カフェテリアかさねの上！

お問合わせ先：キャンパスライフ健康支援･相談センター 相談支援部門「ピアとも」
seikatsu-stu@ml.office.osaka-u.ac.jp
06-6850-6651(電話受付 13時～16時/ 月・水・木・金のみ)

※障がい等で何らかの配慮が必要な方はお申し込みの際にお早めにご相談ください。
※当イベントで得られた個人情報は本企画のみで使用し、他の目的には使用しません。