

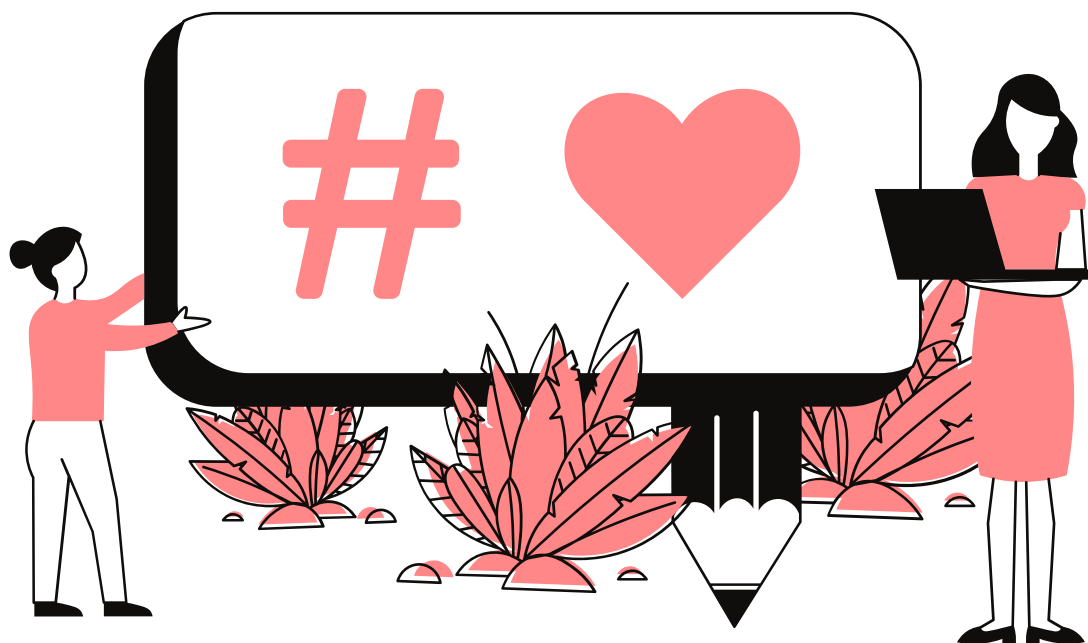
期間 2023/10/10—11/30

Healthy Campus

～ withコロナ時代の心身の健康づくり～

Promotion Plan

最近、疲れたと感じることはありませんか？
不安になったり、イライラしたり、
誰でもストレスを感じて生活しています
今の心の状態をセルフチェックしてみませんか？
スマホやパソコンで回答すれば、結果はすぐに分かります



セルフチェックはこちらから

<https://bit.ly/3Z0PviY>



*匿名化したデータを分析し、研究発表することがあります

宇都宮大学保健管理センター／学生相談室