

# 学生相談室だより

今年の4月から、全学部・全学科が共学となり、大学の名称も新たにスタートしました。学生の皆さん、新学期が始まり1か月が経ちましたが、学生生活には少しずつ慣れてきましたか？新しい出会いや環境の変化に心が弾む一方で、少し緊張したり、戸惑いや漠然とした不安、疲れを感じたりすることもあるかもしれません。「ちょっと話を聞いてほしいな…」「少しモヤモヤしていることがある」などそんな時に気軽に話せる場所として「学生相談室」があります。カウンセラーは、家族、友人、恋人や教員とは異なる“第三者”の立場です。だからこそ、評価されることなく、相手からどう思われるか心配せず、安心して話せることがあると思います。「こんなこと話してもいいのかな？」と思うようなことでも、遠慮せずにお話してください。



どんな相談をされているの？

人間関係、学業、心身の体調など、どんなことでも相談できる場所です。

本人の許可なく相談内容が外部に漏れることはありませんので安心ください。



うまく話せないんだけど…

話がまとまらない状態でも大丈夫です。相談はカウンセラー（公認心理師・臨床心理士）がじっくりお話を聞きますよ。



## <学生相談室の利用に関して>

	上野キャンパス	東口キャンパス
相談場所	聖心館1F保健室隣	医務室隣
カウンセラー	菊池(月・火)、角田(水・木)	山本
開室日時	月・火 9:00~17:00 火・木 10:30~16:00 金 14:30~16:00	月 10:00~15:00 ※開室時以外でも相談をお受けできる場合がありますので、お気軽にお問い合わせください。
相談方法	相談は原則対面ですが、必要に応じてZOOMまたは電話でも対応します。	
申込先	下記の窓口に直接来るか、電話で予約をしてください(受付時間9:00~16:30) 保健室 026-295-1371 学生支援部 026-295-1312 ※予約申込フォームから予約することも出来ます。 詳しくは学生相談室サイトをご覧ください。	事務室 026-219-1650 ※上野キャンパス保健室でも予約出来ます。

※相談は原則予約制ですが、緊急の場合は迷わずお越しください。

学生相談室サイト

※学生相談室の詳細は、「MY CAMPUS GUIDE BOOK」や「学生相談室サイト」をご覧ください。

