

# 学生相談室だより

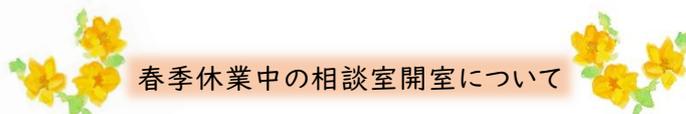
春の訪れとイースター（復活祭）へと向けて



皆さん、春休みをいかがお過ごしですか。2月に入り、夕方もほんのり明るくなり、少しだけ春を感じられるようになりましたね。とはいっても、まだまだ寒い。特に明け方はまるで冷凍庫で、布団から出るのが大変です。

三寒四温と呼ばれるこの時期は、身体も心も不安定になりがちですが、キリスト教の暦では、春のイースター（復活祭）へ向けての準備期間である「四旬節」（40日の期間という意味）が始まります。この「40」という数は、イエスが荒れ野で断食修行をしたことに由来しています。四旬節は「灰の水曜日」から始まりますが、キリスト者たちは自分の生活を振り返り、復活祭への準備として、身心を整えていきます。キリスト教文化圏の様々な地域では、この四旬節に肉などの贅沢を控える習慣があるので、「灰の水曜日」の前日に、パンケーキデイやカーニバル（謝肉祭）という祭りをごちそうと共に盛大にお祝います。こんな風に、楽しいことがあったり、ぜいたくを少し我慢して自分の普段の生活を見直したりと、バランスを取りながら春のイースターへと向かっていく慣習からは、この時期を乗り越える知恵が見出せる気がします。

卒業式や入学式、就職、進学など、春は私たちにとって、人生の大切な節目の時期でもあります。その大切な節目を迎えるにあたって、少し楽しみも入れながら、身体と心を整えていきたいと思います。



## 春季休業中の相談室開室について

- ・休み中も学生相談室は開室しています。

**上野キャンパス** カレンダーの黄色の日（10:00～16:00）

※予約をしてご利用ください。

ただし、緊急の場合は迷わずにお越しください。

**東口キャンパス** 月曜日（10:00～15:00）

※予約があった場合のみ開室しますので、事前に予約をしてご利用ください。

### 2月

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

### 3月

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

- ・ご予約は、お電話または（新規申込の方のみ）Google フォームよりお願いいたします。

026-295-1312（学生支援部）

026-219-1650（東口事務室）

Google フォーム QR コード→→→→→



- ・対面による相談のほか、電話や zoom による相談も行っています。

- ・ちょっとした相談から体調・進路・対人関係など、様々な相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

 開室日（10:00～16:00）