

# 学生相談室について

学生相談室は、学生生活の中で起こる様々な問題や悩みについて、話し合いながら、解決の糸口を探していくところです。

自分のこと、友人や家族のことなど、どんなことでも相談できます。

## 相談内容の例

### ○大学生活のこと

- ・大学が楽しくない、居場所がない、馴染めない
- ・勉強の意欲が湧かない
- ・勉強についていけない
- ・課題やスケジュールの管理がうまくいかない
- ・実習についての悩み

### ○進路、就職のこと

- ・希望した学科に入学出来たが、自身に向いていないと気付いた
- ・進路が決められない(就職・退学後の生活)
- ・編入、転学、休学、退学を考えている
- ・漠然と将来が不安

### ○心身の健康のこと

- ・目覚めが悪い、寝つきが悪い
- ・何もやる気が起きない
- ・気分の浮き沈みが激しく疲れる
- ・考えがまとまらない
- ・自分の考えを整理したい
- ・食欲不振、過食

### ○対人関係

- ・友人関係に悩んでいる
- ・家族(親・兄弟・親戚)との関係で悩んでいる
- ・交際相手との関係
- ・クラブ・サークル内での人間関係
- ・アルバイト先の対人関係

## カウンセラーからのメッセージ

学生相談室は、みなさんが悩んだり困ったりしている時に、一緒に考えながら解決していくところです。

人に話すことは少し勇気のいることかもしれませんが、誰かに話すというだけでも、少し気持ちが楽になることもあるかもしれません。

「誰かに話してみようかな」と思った時には、学生相談室も選択肢の一つに入れてもらえたらと思います。いつでも気軽にお越しください。

## 開室日時

(火曜日・金曜日) 9:00~18:00

※相談時間は原則として1回50分  
必要に応じて何回でも利用できます

## 予約方法(以下の4通り)

### ○窓口で予約

- ① 学生支援センターの窓口で学生相談希望であることを伝える。

### ☎電話予約

- ① 0742-93-5120(学生支援センター)へかける
- ② 学生相談希望であること、希望日時を伝える

### ✉メール予約

- ① gakuso@naragakuen-u.jpへメールを送る
- ② メールに、「学籍番号」「氏名」「学生相談希望であること」「学生相談希望日時」をメール本文に入力しメールを送る。

こちらのQRコードからでも  
メールが出来ます



### ☑予約BOXへ予約票を投函

- ① 保健室前と学生支援センターの窓口で「予約票」があります。
- ② 「予約票」を記入し、保健室前の「学生相談室予約BOX」へ投函する。

## 学生相談室の場所

## 2号館1階 保健室の奥



←学生相談室の入り口

カウンセリング室内の様子

