

2020年度

学生相談室 News 6月号



学生の皆さん、新型コロナウイルスの感染拡大が終息しないなか、
先の見えない複雑な思いで過ごされていることと思います。

普段、当たり前に出ていた友人との会話や、外出などの気分転換が難しいなかでは、
知らず知らずのうちに気分や体調に影響が出てくることもあるかもしれません。

「ちょっと一人ではしんどいな…」と思うことがあれば、お気軽にご連絡ください。

～新しい専任相談員を紹介します～

学生のみなさん、こんにちは。

私は学生時代、ずっとしんどい感覚を持ち、それが何なのか分からず
過ごしていました。自分なりに対処しようとする中で、人に話して分
かってもらったという経験が、少しずつしんどさを軽くし、今の自分
を支えています。まずは、話していただいたことを丁寧に聴きし、
少しでも心地よい気持ちになれるよう力になれたらと思います。

どうぞ、よろしく願いいたします。 澤山詠美



6月 学生相談室相談員担当表

- * 「保健・学生相談室利用申請フォーム」でまずはお問合せください。
- * 3名の専任相談員(小山敦子・加藤梨沙・澤山詠美)が交代で在室しています。
- * 相談時間(原則)は、月～金曜日9:00～16:00(受付15:30まで)です。

日	月	火	水	木	金	土
5/31	6/1 小山	2 小山・澤山	3 小山・加藤	4 小山・澤山	5 小山	6
7	8 小山	9 小山・澤山	10 小山・加藤	11 小山・澤山	12 小山	13
14	15 小山・加藤	16 小山・澤山	17 小山・加藤	18 小山・澤山	19 小山	20
21	22 小山	23 小山・澤山	24 小山・加藤	25 小山・澤山	26 小山	27
28	29 小山・加藤	30 小山・澤山	7/1	2	3	4



月に1回、精神科医師による「こころの相談」の時間があります。
相談は無料、予約制です。保健室、学生相談室で予約が取れます。
心身のことで気になることがある方、「精神科の先生と一度話がしてみたい」
という方などにおすすめです。
予定日は、対面授業が始まり次第ご連絡します。