



お気軽におこしく下さい！

学生相談室は、学生のみなさんが
大学生活の中で困ったり、悩んだりした時に、
みなさんの気持ちや立場に立って
相談に応じるところです。

- 履修・課題・実習など学業について
- 一人暮らし・アルバイト・サークルなど
学生生活について
- 進路・就職など将来について
- 性格について
- 対人関係（友人、恋人、家族・・・）について
- 心身の健康・性について

などなど・・・

どんなことでもOKです！
話したいと思ったタイミングで、
お気軽におこしく下さい。
必要に応じて、学外専門機関などの紹介もいたします。
相談の内容については、秘密厳守ですので
安心してご利用ください。



2020年度

学生相談室のしおり



長野大学 学生相談室
Tel : 0268 (39) 0009

学生相談室専任相談員の紹介



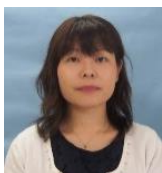
室長 塩津 博康

大学生生活4年間でいろんな経験を沢山することと思います。その中で時には不安や悩みを抱えることもあるでしょう。ほどほどの不安や悩みは成長に付きもので、必ずしも悪いものではありません。でも、学生生活に支障きたすほどに大きくなった不安や悩みは問題です。こういった場合には、信頼できる人に早めに相談するのが有効と言われています。学生相談室は、みなさまの学生生活が充実したものとなるようサポートします。



小山 敦子 (月～金)

「こんなこと話してもしょうがない。」「話しても解決しない。」「どうせ判ってもらえない。」等、人に自分のことを話すことにブレーキをかけてしまうことがあります。相談室の扉を開けることは、とても勇気がいることです。一人で考えるより、一緒に考えることで何か違うことに気づくこともあります。皆さんにお会いすることを楽しみにしています。



加藤 梨沙 (月・水)

大学生のみなさんにとって、毎日とはとても慌ただしくて、息を吐く暇もないかもしれません。忙しい環境に身を置いている時は、一息つくことも、気持ちを整理することもなかなか難しいかと思えます。少しゆっくりしたいなと思った時には、相談室と一緒に息抜きしてみませんか？



澤山 詠美 (火・木)

胸につかえる嫌な感覚、でも人には言いづらいこと。そのかけがえのない感情を、ていねいにお聞きしたいと思います。そして、自分を大切にしながら過ごしていけるよう、一緒に考え寄り添いたいと思います。ありのままのあなたで来てくださるのをお待ちしております。

利用のご案内

申し込み方法

相談は予約制で、無料です。
申し込みにはいくつかの方法があります。

- 当面は、コロナ感染予防体制として、
 - ① 大学のポータルサイト上の「学生相談室利用申請ホーム」でまずはお問合せください。
 - ② 電話で申し込む。☎0268-39-0009
(受付時間 10:00～17:00)

開室時間

- 月曜日～金曜日 9:00～17:00 (最終受付 15:30)
- 夏休み・春休みも相談可能です。お問い合わせください。

学生相談受付場所

- 5号館 1階保健室・学生相談室になります。



5-102 保健室・学生相談室
ラウンジ側に受付窓口があります。

★ 専任相談員の担当予定表は、相談室前掲示板・学生支援課掲示板・保健室前掲示板・6号館1階掲示板に掲示します。