

学生相談室ニュース



発行 : 聖心女子大学
健康サービスセンター・学生相談室
場所 : 1号館3階
TEL : 03-3407-5811 (代表)
開室時間 : 月～金曜日 10:00～17:00



学生相談室 HP

《相談申し込み方法》

- USH-Cloud (学生向けページ) → 学生相談室 → 「相談の申し込み」
- 公式ホームページ → 学生相談室 → 利用案内 → 「ご予約はこちらから」
- 開室時間に来室して下さっても大丈夫です。

ご入学おめでとうございます。新しい環境で、はじめましての人達の中で、新しい学びが始まりますね。大学生という時代に、沢山の迷いや悩みや不安が生じる事もあると思います。どんな些細なことでも、誰かに話してみたい、相談してみたい事がありましたら、ぜひ学生相談室の門戸を叩いてみてください。家族でも友人知人でもない第3者に話してみる事で、見えてくることもあると思います。換気・消毒などの感染対策を施しながら、学生相談室の臨床心理士が直接お会いしてお話をうかがいます。Google Meet でのカウンセリングも実施していますので、ぜひ活用してみてください。相談の申し込みは、大学公式 HP や USH-Cloud の HP より受け付けています。上記の QR コードからもアクセスできます。

どんなことを話すの？



個人的なことからや気になること、心配なことなど、どんなささいなことでも相談できます。

面接室



性格

精神衛生

対人関係

学業

就職

家族

アルバイト

課外活動
サークル・部活

進路

性に関する悩み
(LGBTQ 等)

宗教・思想

生活・経済的
なこと

談話室ってどんなところ？



学生相談室には、学生の皆さんがゆっくり静かにすごすことができる談話室があります。一息ついたり、自習をすることもできます。一人席やソファー席などもご利用ください。

談話室



ご入学・ご進級おめでとうございます ～カウンセラーよりひとこと～



新しい生活が始まりますね。皆さんはどのような思いやイメージを抱いて入学されましたか？そしてキャンパスにいざ入って多くの学生や教職員と触れ合い始めた中で、安心したり喜ばしく感じる方もいらっしゃるでしょうし、疑問を感じたり心配な気持ちが高まる方もいらっしゃると思います。学生相談室にはいつもカウンセラーが在室しています。どんな些細な事でも誰かに話してみたくなったら、ぜひドアをノックしてみてください。お待ちしております。

斎藤直子

カウンセラーの清水彩乃です。

「大学生」という人生のなかでも特別な時期が、皆さま1人1人にとって意味のある時間となるよう、お手伝いのできたらいいなと思っております。自分自身のこと、ご家族のこと、取り巻く環境のこと、周囲の人たちのこと、などなど、深さも大きさもさまざまな困りごとがあると思います。まずは、目の前の問題を理解して、解決のためにどんなことがやっていけそうか、一緒に考えてみませんか。

清水彩乃



「自分はいったい誰なのか、自分に神様から委ねられている使命は何なのか」という大きな問いを、大学生活の4年間の中で考えてみることもあるかと思えます。人は、振り返ったり、思っていることを言葉にしたり、書いてみることで、そのような問いの答えに近づいていくことができます。人生の節目でもあり、大人として自立していく大学生の時に、学生相談室を足がかりにして、歩を進めていただければ幸いです。

佐々木良子

ご入学、ご進級おめでとうございます。

キャンパスでの新年度が始まりました。学生相談室は、談話室で一人でゆっくり過ごしたり、面接室でカウンセラーとお話しができる場所です。またいくつかのワークショップも企画しています。実りのあるキャンパスライフを過ごすお手伝いをしたいと思います。どうぞ気軽にいらしてください。

吾妻ゆかり



ご入学、ご進級おめでとうございます。

新しいことが始まることに、今はワクワクしたり、不安や緊張でドキドキしたりしているかもしれません。困ったことや分からないことなどありましたらいつでも相談室を利用してください。みなさまが充実した学生生活を過ごせますようお手伝いのできたらと思っております。談話室も併設しています。気軽に利用してください。

新井有紀子

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい学年が始まり、お友達作りに期待してワクワクする気持ちや不安な気持ちもあるかもしれません。友達は一斉の出会いの時に、何かの折にふと気が合う友達ができる場合もあります。あせらず肩の力を抜いてご自分のペースで始められたらと思います。疲れたり悩んだり困った時にはぜひ相談室にお話にいらしてください。

談話室でゆっくりと一人で過ごすこともできます。

加藤薫



新しい生活への期待や不安、様々なお気持ちで今日を迎えられたことと思います。忙しい大学生活の中で気持ちが落ち着かない時、少し立ち止まって自分を見つめ直したい時、ぜひ学生相談室にいらしてください。相談以外にも談話室を利用したり、ワークショップに参加したり、色々な過ごし方ができます。お会いできるのを楽しみにしています。

石田さやか

それぞれのかたちで新たな門出を迎える季節となりました。なんだか落ち着かない、でも悪くもない。新年度はそんな風に色々な心情が入り混じる時期でもあると思います。中学、高校とはまた違った世界が広がる大学生活は、自分のことや自分をとりまく環境のことに思いを巡らせる時間ともなることでしょう。これまで体験したことのない問題に不安を抱くこともあると思います。そんなとき、学生相談室では一緒に考えるお手伝いをさせていただきます。いきなり相談するには勇気がでないという方は、談話室も併設しておりますので、ぜひご見学ください。

齊藤友里加



2023年度 カウンセラースケジュール

	月	火	水	木	金
斎藤直子	10:00~17:00	10:00~17:00	10:00~17:00		10:00~17:00
清水彩乃	10:00~17:00	10:00~17:00	10:00~17:00	10:00~17:00	
佐々木良子	10:00~17:00				
吾妻ゆかり				10:00~17:00	10:00~17:00
新井有紀子		10:00~17:00	10:00~17:00		
加藤薫	10:00~17:00			10:00~17:00	
石田さやか					10:00~17:00
齊藤友里加					10:00~17:00

ツイッターも随時更新中です。
是非ご覧ください。



新入生のためのワークショップのお知らせ

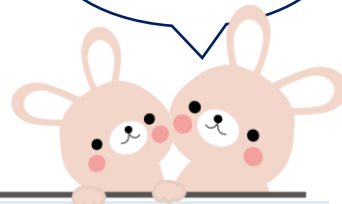
1. フレンドシップ・ワークショップ（13:00～14:30）

初めて出会う同級生との楽しいゲームや語らいの場を企画しました。
ぜひ参加して、知り合いの幅を広げましょう！（先着 25名）

日時：4月10日（月）、4月12日（水）

場所：ブルーパーラー

2回開催します！
両日参加もできます。



申し込み方法：ホームページから予約をとってください。

USH-Cloud(学生向けページ)の学生相談室→ワークショップの申し込み
から申し込みフォームが開きます。



お申し込みはこちら
からアクセス！

2. 大学生の勉強法-入門・ワークショップ（ジェネラルレクチャーで実施）

ノートの取り方、レポートやプレゼンの準備の仕方など、大学の授業の受け方には方法があります。それをみんなで一緒に知りましょう。 **こちらのワークショップはお申し込み不要です！**

日時：5月10日（水）15:20からのジェネラルレクチャーで開催します。

講師：杉原真晃先生（本学教育学科教授）

その他、レポートのワークショップや季節のワークショップも追って企画していきます



学生相談室のプライバシーの遵守について

<守秘義務> 学生相談室で相談者が話した内容についての秘密は守られます。

<関係者からの問い合わせ> 関係者からの相談者に関する問い合わせには 原則として応じていません。

<例外> 生命、身体の安全に関わる時、他者の権利を著しく害する時は、この限りではありません。

～感染対策～

学生相談室ではカウンセラーの手指消毒・マスク着用と、部屋の換気・テーブルマスクの設置・2メートル離れた席設定などの感染対策を行っております。相談にいらっしゃる方にも手指消毒・マスク着用をお願いしています。

