

O.S.G.B だより



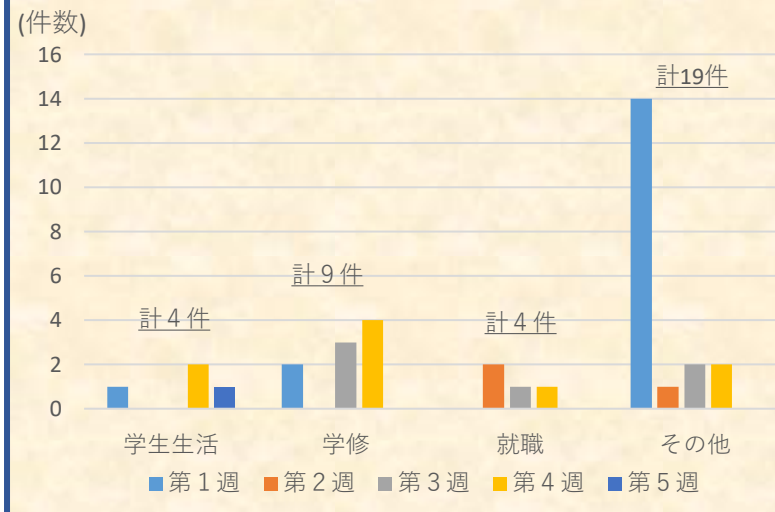
9月 号

まだまだ蒸し暑い日が続いていますが皆さまいかがお過ごしでしょうか。

こまめな水分補給で熱中症対策をするのと同じように、悩み相談も状況が深刻になる前に一歩踏み出してみてください。誰かと話をするだけでも気持ちが少し楽になるかもしれません。学生なんでも相談室でお待ちしています。



8月利用状況



8月の相談件数は36件でした。

相談内容別件数は、学生生活4件、学修9件、就職4件、その他19件でした。

ご来室ありがとうございました。



村上室長より

残暑厳しく、体調をくずしていませんか。

体の調子は心のありようにも影響します。反対に心が辛い状態になっていると、体に影響が出ることもあります。

寝ぐるしいとは思いますが、睡眠時間を確保し、食事にも気をくばって下さい。