



O.S.G.B だより

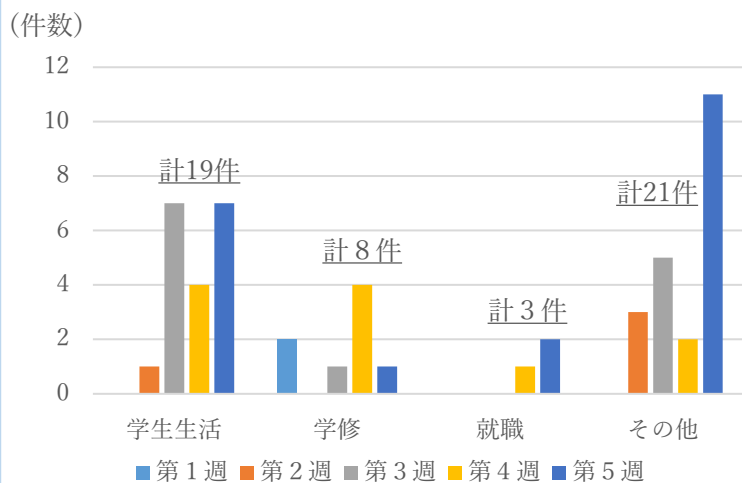


長い梅雨が明け、暑い日が続いています。

食事と睡眠をしっかりとり、規則正しい生活を心がけて、夏バテや熱中症に負けない強い体をつくりましょう。

心が疲れた時は、学生なんでも相談室で話してみませんか？夏休み中も通常通り開室しています。是非お気軽にお立ち寄りください。

7月利用状況



7月の相談件数は51件でした。
 相談内容別件数は、学生生活19件、学修8件、就職3件、その他21件でした。
 ご来室ありがとうございました。



井上とも子室長より

夜まで暑い日が続きます。寝苦しくて睡眠不足になっているのではありませんか？大きめの保冷剤等を活用するなど、健康の保持に気をつけてください。

昼間、暑いですが、気分がすぐれなかったり、不安になったりした場合は、なんでも相談室に立ち寄って、おしゃべりしてってください。

