

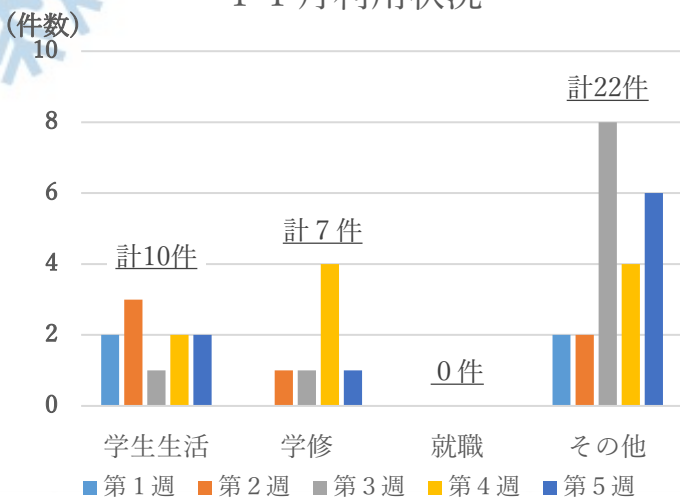
# O.S.G.B だより

12月号

寒さの厳しい日が続いています。急な気温の変化で風邪などひかないように気をつけましょう。睡眠と栄養のある食事をしっかりと、体調管理に努めてください。ゆっくりお風呂に浸かったり、温かい飲み物を飲んだりするのもおすすめです。

今年も残りあとわずか。新年を気持ちよくスタートできるよう、1人で行き詰まっている人は是非、学生なんでも相談室をご利用ください。誰かに話すだけでも気持ちが整理できるかもしれません。いつでもお待ちしております。

11月利用状況



11月の相談件数は39件でした。

相談内容別件数は、学生生活10件、学修7件、就職0件、その他22件でした。

ご来室ありがとうございました。

## 井上とも子室長からのメッセージ

秋の時期が短く、冬が早くきましたね。

お天気の様子は一人心にも影響します。

コロナは下火になったといってもまだまだ油断大敵、マスク着用は必ず！！

あまり大勢で会食せず、気をつけて下さい。

年の瀬にむけて、みなさま、よい年をおむかえ下さい。

