

## 井上室長よりメッセージ!

新入学の皆様、入学おめでとうございます。これから、楽しい大学生活を送っていただきたいと思います。一人暮らしも含めて、これから時間が自由になること、カリキュラムも自分の意向に沿って選べる幅が広がり、勉学においても生活においても自由度が増します。自由はとても心が解放される元ですので、楽しい気分になるとは思いますが、その分、「責任」が伴うということから、また、友人関係も新たに作っていくことから、心の負担感が増すこともあります。家族と暮らしていたのとは違って、周囲に気を遣うなど今までにない緊張場面等で気持ちが辛くなる時があるかと思えます。そんなとき、周囲のことを考えずに、「自分を大事にする」ことを第一に学生なんでも相談室を活用してください。

### 例えば、こんな時にご利用ください



#### 人間関係

- 友人がいやがらせを受けているようだ
- 授業もプライベートも友人と一緒に窮屈だ

#### 進路・就職・将来のこと

- 就活ってどうやればいいのか
- 卒業後のことが心配だ

#### 学生生活・学修

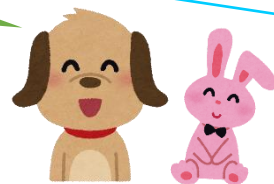
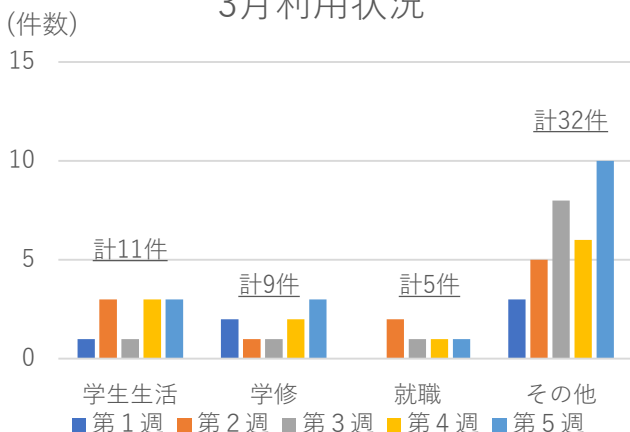
- 課題のやり方がわからない
- 授業の中で特別なサポートがほしい

#### 心理・性格・健康に関すること

- 病気ではなさそうだが、休み明けで身体がだるい
- なんとなく授業に出にくい

- 🍓 周りから見えないように、ロールカーテンを閉めることができます。
- 🍓 別室を用意することができます。(ご希望の方は、相談員に伝えてください。)
- 🍓 正面口から入りにくい方は、裏口からお入りください。

3月利用状況



3月の相談件数は57件でした。

#### 相談内容別件数

学生生活 11件

学修 9件

就職 5件

その他 32件



ご来室ありがとうございました。