

# 学生相談室だより

## 1年生の皆さん ご入学おめでとうございます！

はじめまして！学生相談室カウンセラー(臨床心理士/公認心理師)の鈴木優梨亜です。

1年生の皆さんは、これから始まる学生生活にワクワクする気持ちや、緊張・不安な気持ちなどいろんな思いがあるのではないのでしょうか？学生相談室は、学生の皆さんが**充実した大学生活**を送ることができるように一緒に考えたり、お話ししたり…少しでも**ホッとできる場所**になれば、と思っています。これからお会いできるのを楽しみにしています^^！

### ～ ちょこっと自己紹介 ～

- 出身/地元：広島/富山（大学進学の際に上京してきました！）
  - 好きなこと：美味しいごはんを食べること・旅行や絶景の本を見ること・旅行
- 本学学生相談室に勤務して5年目になります。よろしくお願いします♪



まさおにも  
会いに来てねっ！

## ● 学生相談室ってどんなところ？

普段気になっていることや悩んでいること、心配なことなど、**どんなことでもお話できる場所**です。相談だけでなく、おしゃべりしたい時やちょっと一息つきたい時にも、いつでも使うことができます。

- たとえば…
- ・学生生活のこと
  - ・自分自身のこと
  - ・将来のこと
  - ・家族のこと
  - ・友達や人間関係のこと



## ● 場所・開室時間

場 所：保健室

開室日時：火曜日 11時～17時30分

\* 急遽変更する場合があります。保健室前の掲示でご確認ください。

\* 長期休暇中は基本的には閉室です。

## ● 利用方法（予約優先）

【1】「行きたいな」「お話ししたいな」と思った時に学生相談室へ行ってみる

【2】学生相談室に**直接予約**をとる（カウンセラー対応）

…チャット or メールにて連絡（連絡先：[gakusei-soudan@tokyorissho.ac.jp](mailto:gakusei-soudan@tokyorissho.ac.jp)）

【3】**学生相談 受付窓口**を通して予約する（相談員 対応/@5階 実習指導室）

…申込フォーム(右 QR コード)にて予約受付を行う

\* 受付後、受付担当 相談員より学生へ連絡します



保健室前の掲示版・  
ポータルサイトにて  
**開室日**や**イベント**の  
お知らせをしています。  
ご確認くださいね！