

学生相談室ニュース

発行：聖心女子大学・健康サービスセンター・学生相談室

場所：1号館3階

電話：03-3407-5811(内線 256)

開室時間：月～金曜日 10:00～17:00

談話室開室時間：月～金曜日 10:30～16:30

新入生の皆さま・在校生の皆さまへ

学生相談室長 柴田玲子

ご入学おめでとうございます。

聖心女子大学には、1号館3階に学生相談室があります。在校生の方もご存知でしょうか。

学生相談室には、専門の資格を持ったカウンセラーが、月曜日から金曜日まで毎日3人体制で相談を受けています。そして、使いやすくなるように今年度からは時間を前後30分ずつ伸ばして、10時から17時まで開室しています。

1年生向けには、①フレンドシップ・ワークショップ、②かんたん手料理・ワークショップ、③大学生の勉強法-入門などのワークショップを開いています。ぜひ参加してみてください。大学は門をたたいてくる学生には、とても親切だと思います。自分から一歩踏み出す勇気を持ってください。

学生相談室の中には、「談話室」もありますので、ほっと一息入れてください。

大学での生活が実り多いものになるようにサポートしたいと、カウンセラーがお待ちしています。



《相談申し込み方法》

USH-Cloud(学生向けページ)→学生相談室→カウンセリング→相談の申し込みはこちらから
公式ホームページ → 学生相談室 → 利用案内 → ご予約はこちらから でもアクセスできます。

相談室に直接来て頂いても
構いません。



主任カウンセラー 斎藤直子

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。これからの4年間をどんな風に過ごしていきたいでしょうか。期待と不安と入り混じったお気持ちでいらっしゃる事と思います。何かの時には学生相談室には臨床心理士がいます、良かったらお話しに来てください。一人でゆっくり出来る談話室もあります、ご活用ください。

常勤カウンセラー 石田さやか

新入生の皆様ご入学おめでとうございます。様々な気持ちを胸に今日を迎えられたことと思います。大学生活は自由で楽しいこともあれば、うまくいかないことや不安に思うこともあるかもしれません。しかしそれらもきっと意味のあること、卒業後の自分の支えになってくれるでしょう。学生相談室も一緒に考えるお手伝いをできればと思います。ワークショップや談話室もどうぞお気軽にご利用くださいね。

佐々木良子

「狭い門から入りなさい。滅びに通じる門は広く、その道も広々として、そこから入る者が多い。しかし、命に通じる門はなんと狭く、その道も細いことか。それを見いだす者は少ない。」これはマタイ福音書からのことばです。人の行く道は喜びも困難もありますが、本当に価値あるものを目指して歩いて行きたいですね。その門は狭く、苦労が多いように見えますが、真の幸せはその門の先にあります。ご一緒に幸せにつながる門を探していきましょう。

吾妻ゆかり

学生相談室には臨床心理士が在室しています。大学・大学院で臨床心理学を学び、その後専門的なトレーニングを積み資格認定を受けた専門家です。新年度の初めには新入生のため3つのワークショップを企画しています。どうぞ気軽に相談室に利用なさってください。

新井有紀子

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい一年のスタートです。新しい出会い、新しい課題に向き合う中、楽しい事、嬉しい事、反対に悲しい事や残念な事などに直面することもあるかと思いますが。みなさま一人一人がご自身の持つ輝く個性や力を発揮していけるよう一緒に考え、何かのお手伝いができたらと思っております。困った時にはぜひ気楽に相談室にいらしてください。談話室でゆっくりお茶を飲むこともできますので是非どうぞ。

加藤 薫

新入生の皆様、御入学おめでとうございます。在校生の皆様、ご進級おめでとうございます。新しい1年が始まりますね。ご自分が思い描いていた大学生って、どんな風ですか？少しでもご自分がそれに近づけそうですか？なりたい自分、なかなか思うようになれない自分、自分ってどんな人？分からなくなってしまうこともあるかもしれません。相談室では一緒に考え、皆様がより良く日々を過ごせるようお手伝いできればと思います。



談話室でゆっくり過ごしてみるのはいかがでしょうか？

学生相談室には、学生の皆さんが、ゆっくり静かに過ごすことができる談話室があります。授業の合間に休んだり、レクや学食に行く気分ではないお昼時などに、ぜひご利用下さい。レポートをまとめる時のホッチキス、のり等の文具もあります。コーヒーや紅茶など温かい飲み物も用意していますよ。



学生相談室のプライバシーの遵守について

<守秘義務>

学生相談室で相談者が話した内容についての秘密は守られます。

<関係者からの問い合わせ>

関係者からの相談者に関する問い合わせには原則として応じていません。

<例外>

生命、身体の安全に関わる時、他者の権利を著しく害する時は、この限りではありません。

新入生のためのワークショップのお知らせ

1. フレンドシップ・ワークショップ

新入生の皆さんには 500 人以上の同級生がいます。

せっかく出会った同級生、友達の幅を広げましょう。

楽しいゲームや語らいの場を企画しました。ぜひ参加してください。

開催日時：4月4日(木)11:15~12:45(昼食付き)

場 所：グリーンパーラー

2. かんたん手料理ワークショップ

一人暮らしの始まりは、自炊の始まりでもあります。

簡単に出来て美味しい料理を栄養士の先生から教わり、

皆で作って試食します。バランスのとれる、ヘルシーな食事を学びましょう。

開催日時：4月5日(金) 15:30~18:30

場 所：2号館4階・調理室

3. 大学生の勉強法—入門ワークショップ

大学での授業の受け方、ノートのとり方、レポートの書き方を知りたい、
もっと能率を上げて勉強したいと思っている方達のためのワークショップです。

毎年、大勢の一年生が参加しています。

大学生活の最も大切な部分を早い時期に自分のものにして、

新しい生活への適応を目指して企画されています。

開催日時：4月8日(月)~4月19日(金)(土日を除く全10回) 昼休み 12:30~13:20

場 所：1号館3階・学生相談室の談話室 (うち2回は一年次センターでの実施になります)

《お申し込み方法》

ホームページから参加したいワークショップの予約をとってください。

USH-Cloud(学生向けページ)の学生相談室→ワークショップのお知らせ→申し込みフォームが別枠で開きます。

公式ホームページ→学生相談室→ワークショップ案内→詳細はこちらから

でもアクセスできます。1号館3階にある学生相談室でも申し込みを受け付けています。

