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 TEL 03-3407-5148 開室時間:月~金曜日 10:00~17:00 談話室:月~金曜日 10:30~16:30

新型コロナウィルス感染症が広がり始めて1年が過ぎました。終息まではまだしばらく時間がかかるかもしれません。感染にまつわる不安や疲労感、生活様式の変化に伴う窮屈感、思い描いていた大学生としての生活が送れていない事への焦燥感や不全感、経済的な不安など、様々な困難を抱えながらの生活が続いています。誰にとっても自分で自覚出来ないようなストレスが蓄積してきている可能性があります。どんな些細な事でも、誰かに話してみたい、相談してみたい事がありましたら、ぜひ学生相談室の門戸を叩いてみてください。学生相談室の臨床心理士が直接お会いしてお話をうかがいます。また、通学にご不安があったり遠方にいらっしゃる場合は、Google Meetか電話でのカウンセリングも実施しています。ぜひ活用してみてください。

個人的なことがらや気になること、心配なことなど、どんなささいなことでも相談できます。

性格

精神衛生

対人関係

学業

面接室

就職

家族

アルバイト

課外活動 サークル・部活

進路

性に関する 悩み(LGBT等)

宗教・思想

生活・経済的 なこと

≪相談申し込み方法≫

- USH-Cloud (学生向けページ) → 学生相談室→相談の申し込み
- ・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。

学生相談室 HP



ツイッター



≪ワークショップ情報≫

4月、5月に新入生交流ランチ会を オンラインで開催します。 知り合いの輪を広げませんか? ご参加お待ちしております!

お申込みはこちらから





斎藤直子

新たな1年がスタートしますね。人との距離を保ちながらの時だからこそ、大学では同級生との横のつながり、先輩後輩との縦のつながり、そして様々な教職員という大人達とのつながりを、いつもよりも少しだけ積極的に作ってみませんか。困った時に信頼できる誰かに話してみるのが一助になる事もあります。皆様の学生生活が豊かなものになるよう、学生相談室でもお手伝いいたします。

佐々木良子

ようこそ、聖心女子大学へ。大学生活は自分の軸を創っていく貴重な時です。自分は何をしたいのか、何を 感じているのか。自分に問いかけ、模索しながら軸ができあがっていきます。試行錯誤しながら、なりたい自 分になっていく時、希望や思いを言葉にすることが助けになります。学生相談室もどうぞご利用ください。

吾妻ゆかり

新入学・ご進級おめでとうございます。昨年度はコロナ禍で本当に大変でした。今年は大学内で過ごす時間が増えますよう心から願っています。学生相談室はゆっくり時間をとってお話できる場所です。また様々なワークショップも企画しています。一人でお弁当を食べたり、勉強したりして静かな時間を過ごすコーナーも用意しています。心の専門家一臨床心理士・公認心理師が待っています。

新井有紀子

ご入学、ご進級おめでとうございます。コロナ禍での新生活、新年度のスタート。新入生は大学生活。2年生は学科での学修。上級生は就職活動。ここまでの道のりも模索しながらの日々だったと思います。そして今もまだ先が見えず不安を抱えていることだろうと思います。学生相談室では、大学での学生生活が豊かで有意義なものとなるようお手伝いができたらと思っています。新入生には、お友達作りをサポートするワークショップを用意しています。ぜひ気軽に参加してみてください。

加藤薫

新入生の皆様、ご入学おめでとうございます。2年生、3年生、4年生の皆さま、ご進級おめでとうございます。コロナ禍でオンライン授業などもあり慣れないこともあるかもしれませんが、大学生らしい生活が少しずつ増えていくとよいなと思っています。大学生活での勉強や友達との関係、家族、心のことなど、なにか困ったことやお話したいことがありましたら、相談室に是非いらしてください。一緒に考えていきたいと思っています。

清水彩乃

ご入学、ご進級おめでとうございます。4月から、新しくカウンセラーとして勤務する事になりました清水彩乃(しみずあやの)です。大学生としての期間は、人生の中でも特別な時間であるように思います。特別さの質はきっとその方によって異なるのでしょうが、みなさん一人ひとりにとって、できる限り有意義な時間になる事を願います。そしてそのお手伝いができたらと思っています。どうぞお気軽に相談室に立ち寄ってくださいね。

齊藤友里加

新入生の皆様、ご入学おめでとうございます。今年度から学生相談室のカウンセラーとして入りました、齊藤友里加と申します。コロナ禍での受験勉強、入学準備は不安も大きかったのではないでしょうか。新生活は無意識のうちに気を張ってしまい、時に気持ちをぐったりとさせてしまうこともあるかと思います。そんな時はぜひ、学生相談室へ一息つきにいらっしゃって下さい。臨床心理士・公認心理師が皆様のお手伝いをさせて頂きます。



~面接室利用のお願い~

感染予防の観点からしばらくの間は以下のような形態 での開室になりますので、ご協力お願いいたします。

- 検温を1号館1階のサーマルカメラで行って下さい。
- 面接開始前に手洗い・手指アルコール消毒をお願いします。
- マスクは、必ず着用しましょう。
- ・面接室は 2m離れた席設定とテーブルマスクの設置をしています。
- 換気は通常よりもいたしますので、寒さ暑さ対策として はおるものを持参するなど、体温調整にお気をつけくだ さい。
- 発熱(37.5℃以上)や風邪症状がある場合は、ご利用を ご遠慮ください。
- 面接終了後、部屋の換気と消毒作業を行います。
- ・カウンセラーも手洗い・手指アルコール消毒、マスク着用、体調管理をしています。

~談話室利用のお願い~

感染予防の観点からしばらくの間は以下のような形態 での開室になりますので、ご協力お願いいたします。

- 検温を 1 号館 1 階のサーマルカメラで行って下さい。
- ・談話室に入ったら、手洗い・手指アルコール消毒をお願いしま す。
- マスクは、必ず着用しましょう。
- ・定員は2名までとし、2m程度離れてご利用ください。
- ・換気は通常よりもいたしますので、寒さ暑さ対策として はおるものを持参するなど、体温調整にお気をつけください。
- ・発熱(37.5℃以上)や風邪症状がある場合は、ご利用を ご遠慮<ださい。



学生相談室

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。