

学生相談室のご案内

みなさんがよりよい学生生活を送れるようお手伝いします。困ったことがあればなんでも相談してください。

また、学生相談室には、個別相談以外にもさまざまな利用の仕方があります。

「心の悩みではないけど…」 「どこに相談したらよいかわからない…」 「静かな空間で少しだけ休みたい」 など

大学生活がスムーズに運ぶよう、みなさんのニーズに合わせて気軽にご活用ください。

1. 個別相談

★相談内容の秘密は、かたく守られます★

みなさんのお話をお聞きます。内容はなんでも大丈夫です。

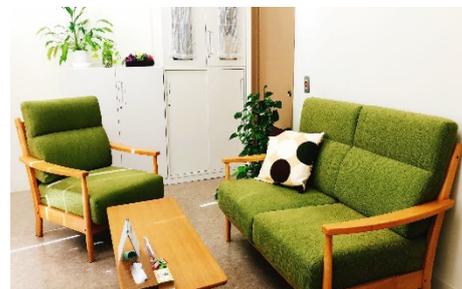
◎学生生活のこと…学業・スケジュール管理・大学になじめない など

◎対人関係のこと…友人関係・家族・恋愛 など

◎自分自身のこと…性格・将来・睡眠・食欲・やる気が出ない など

・年に6回、精神科の先生に無料で相談できる日があります。

・何からどう話せばよいか分からなくても大丈夫です。一緒に考え、解決をお手伝いします。



【個別相談スペース】

2. ラウンジ（休憩スペース）

学生相談室には、ちょっと腰かけてひと息つけるオープンソファや、静かに食事をとりたい時や少し休みたい時、ひとりになりたい時などに利用できる個別ソファスペースを用意しています。ドリンクでほっと一息つきながら、こころと体の調和を取り戻しましょう。



【ラウンジ】

3. コミュニケーションルーム

学生相談室ななめ向かいのお部屋に、様々な用途で利用できるよう、ソファやテーブル、勉強机を用意しています。修学に関して何らかの配慮が必要な学生の居場所として、また、おひとりでの利用はもちろん、複数のお友達と過ごすことも可能です。（ご利用の際は学生相談室にて受付を済ませてください）



【コミュニケーションルーム】

4. グループ活動

「いろんな人と話してみたい」「友達をつくりたい」という方のために、おしゃべりしながら過ごせるグループ活動を行っています。カウンセラーも参加しますので、初めましての方も安心です！

・リラクゼーション会 ・コミュニケーションランチ ・コミュニケーションお茶会など

5. イベント

季節行事（ハロウィン・クリスマスなど）、心理テスト 他

予約方法

① 電話 092-851-5341（直通）

② gakusou@nakamura-u.ac.jp

（メールには学籍番号・名前を忘れずに記載してください）

③ 直接、学生相談室または保健室のカウンターで予約

④ 指導主任、寮、各教科の先生を通じて予約を取ってもらう

～相談はゆっくりお話をお聞きするため、基本的に予約制です～

（随時でもカウンセラーが空いていればお受けできます）



場所

中央本館2階 保健室となり

開室時間

月～金曜日 10:00～18:00