



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にお手伝いします。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。

「こころ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★

みなさんのお話やお困りのことをお聞きます。たとえば…

- ◎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）
- ◎自分自身のこと（性格・性・将来・睡眠・食欲・やる気が出ない など）
- ◎対人関係のこと（友人関係・家族・恋愛 など）
- ◎修学支援について（合理的配慮を受けたい）

※年に6回、精神科の先生に無料で相談できる日もあります（要予約）。

漠然とした不安でも、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、デスクスペースを用意
しています。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

様々な用途で利用できるよう、テーブル、勉強机を用意しています。
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。



【コミュニケーションルーム】

4. グループ活動・イベント

「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定期的に行っています。
スタッフも参加しますので、初めて参加する方も安心です。

- ・リラクゼーション会 ・心理テスト
- ・季節行事（ハロウィン・クリスマス・新年会など） 他



予約方法



- 1 電話：092-851-5341（直通）
- 2 メール：gakusou@nakamura-u.ac.jp（学籍番号と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、各教科の先生、事務職員、寮など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～
（随時でもスタッフが空いていればお受けできます）

場 所

1号館2階 図書館エントランス右 こころとからだのサポートセンター内

開室時間

月～金 10:00～18:00（行事等の都合により開室日時が変更になる場合もあります。UNIPA
でご確認をお願いいたします。）