

新型コロナウイルスの影響で、私たちの生活も変化してきていますね。この生活に疲れてしまったり、不自由に感じたりする部分もあるかと思いますが、あせらずに少しずつ慣れていけば大丈夫です。

授業も遠隔授業が増え、登校する機会も少なくなりましたが、生活リズムは乱れていませんか？不安なことや悩んでいることはありませんか？

現在は、なかなか対面で話を聞くことが難しくなっていますが、学生相談も受けつけています。カウンセラーの先生のご紹介、カウンセリングの申し込み方法と電話でのカウンセリング相談のお知らせをいたします。



学生生活の電話相談を 健康管理室で受け付けます！

スクールカウンセラーに、電話で個別相談（予約制）ができます。無料です。

（① 短大事務室 TEL 024-534-7137）

（② 「〇〇学科の〔名前〕です。健康管理室につないで頂けますか？」）

（③ ～内線で転送してもらいます～）

（④ 健康管理室につながったら・・・）

（⑤ 「〇〇学科の〔名前〕です。『電話相談』を申し込みたいんですが・・・」）

“最初はメールで健康管理室に連絡したい”という方は、以下のアドレスに送信してください。

佐藤 夏子 natsuko-s@ssjc.ac.jp もしくは、 加藤 茜 akane@ssjc.ac.jp

〔書き方 例〕

- ・タイトル：「電話相談申し込み」
- ・本文：1) 学籍番号、 2) 氏名、 3) 自分の電話番号

（少し時間が空いてしまうかもしれませんが…）健康管理室から「電話で」ご連絡をいれます。

☆心と体の健康について

☆学業に関する悩みや進路に関すること

☆友人関係の悩み

☆アルバイトについて

☆悩みはないけれど、興味があるので話をしてみたい

☆自分の性格の悩み

☆学校生活について

☆家庭・家族のこと



・・・など、日頃感じているささいなことでもなんでも大丈夫です♪

また、視覚・聴覚・身体・精神・発達等の心身の障がいに関するご相談も、
健康管理室障がい支援窓口にて受け付けています。

スマホから、お気軽にご相談ください

受付：健康管理室

お話をお聞かせください。
もう少し、じっくり相談
した方がよい場合は、右記
の先生をご紹介します。
す。

健康管理室で
電話相談の予約
日程を調整しま



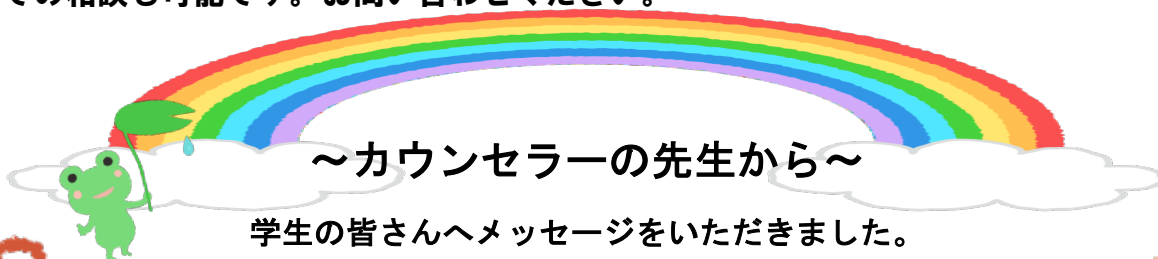
スクールカウンセラー

本学の教職員ではない、
非常勤カウンセラーです。

・池田 紀子 先生

・目黒 優香 先生

※ 対面での相談も可能です。お問い合わせください。



❀ 池田 紀子先生 ❀

学生のみなさんへ

スクールカウンセラーの池田と申します。これまで子ども家庭支援や医療の相談窓口で、支援にかかわってきました。

今は、コロナによる影響で、皆さんの生活も大きく変わってしまい、それぞれに思いを抱えられておられることと思います。皆さんの短大での生活が安心して過ごせるように一緒に考えていきたいと存じます。おしゃべりに行ってみようかな、と気軽にいらしてくださいっても大丈夫です。

どなたでもどうぞいらしてくださいね。お待ちしております！

❀ 目黒 優香先生 ❀

昨年10月からスクールカウンセラーとして勤務させていただいております
目黒優香と申します。よろしくお願ひします。

これまで、小・中・高、市町村の教育機関等でスクールカウンセラーとして勤務してきました。

社会へと旅立つ階段の最上階にいる皆さんは、今どのような気持ちでしょうか？
ウキウキワクワクでしょうか。それともちょっとシヨンボリした気持ちでしょうか。
もしかしたら、今自分がどんな気持ちかわからないという人もいるかもしれません。
そんなみなさんの心の交通整理をするお手伝いできればと思っています。

お話、たくさん聞かせてくださいね。お待ちしております。