

# 学生相談室だより



東洋学園大学学生支援センター学生相談室 2023 年度春号 2023.4.17 発行

## 学生相談室ってどんなところ？ をご紹介します！



オリエンテーションの書類に、パンフレットが入っていたけれど  
どんなときに利用したらいいんだろう？



「こんなことで行ってもいいのかな？」と思わずに大丈夫、お待ちしております！

自分の性格や人間関係(友人や家族、恋人など)のこと、気分の落ち込みや不安があること、  
アルバイトや進路のこと、どんな小さなことでもお気軽にどうぞ。



どんな相談方法が選べるのかな？



対面、電話、メールから選べます！

対面相談では、右の写真のような落ち着いた個室で時間を取って、お話をうかがいます。電話は「スケジュールが合わなくて来室できない」「人目が気になる」等の場合におすすめです。  
対面や電話でのお話が緊張する人は、メール相談から始めてみましょう。2 回目以降は Zoom もご利用可能です。



人に相談するのが苦手でも、大丈夫だろうか…誰にも知られたくない…



カウンセラー(公認心理師・臨床心理士)がお話をうかがいます

なかなか言葉にならないときも、あせらないで大丈夫。専門のカウンセラーがゆっくりお話を聞きます。また、相談の秘密を守ります。



相談したいとき、突然行ってもいいの？予約はできますか？

空いていれば、その場で相談できます。予約がおすすめ！

2 ページ目の二次元コードを読み取って、申し込みフォームから簡単に予約できます。  
折り返し、カウンセラーからメールや電話でご連絡します。

相談することは弱いことではなく、とても勇気のいることです。  
「カウンセラーに話してみようかな」と思ったあなたの勇気を応援します。

## 《カウンセラー紹介》

2023年4月から着任



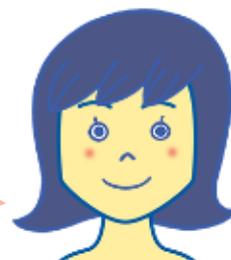
みうら あつこ  
三浦 貴子 在室日：木曜

一人で抱え込まず、まずは話してみませんか？  
相談室でお待ちしています。  
大き目の観葉植物を部屋におき大切に育てたいです！



なかがわ ちか  
中川 知佳 在室日：月曜～金曜

どんなことでも大丈夫です。一緒に考えませんか？  
皆さんのホッとする場所になったらいいなと思っています。  
腰痛防止のため一日5分の筋トレをがんばります…！



まえかわ きょうこ  
前川 暁子 在室日：火曜・水曜・金曜

うまく言葉に出来ないけれど…という時でも、ゆっくりお話を聞いて  
いきますので、どうぞお気軽にお越しください。  
三線（沖縄の楽器）で弾ける曲を増やしたいなあ。



さとう ふみこ  
佐藤 章子 在室日：月曜

授業のこと、友人・家族関係の悩み、就活・進路について、など  
どんなことでもお気軽に相談にいらしてください。  
週1～2日、8000歩歩くことが今年度の目標です。



## 学生相談室 ご利用案内

開室時間：月曜～金曜 9時～17時／土曜 9時～13時(不定期) 場所：1号館2階 保健室隣り

### 《申し込み方法》

- ①相談予約・申込みフォームから連絡する 下記のリンク、二次元コードをご使用ください。
- ②電話する(電話番号:03-3811-5497) 混み合っている場合は、日時を調整してかけ直します。
- ③メールする(アドレス:soudan@of.tyg.jp) 学生番号と名前をお書き添えください。

### 心の健康相談 今後の来校予定日：5/10(水)、6/14(水)、7/12(水)

原則第二水曜日 10～12時半に、精神科医の先生が来校しています。大学の中で、無料で相談することができます(お薬の処方ではできません。必要場合は学外の医療機関をご紹介します)。※お早めにお申し込みください。



学生相談室 Web サイト



相談予約・申込みフォーム

心の健康相談もこちらから申込みできます