

目白大学新宿キャンパス

学生相談室だより



1号

(2020. 6)

遅ればせながら、
新入生のみなさん、入学おめでとうございます。
在学生のみなさん、進級おめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症の影響に、より予想外の形でのスタートとなりました。「新しい生活様式を」と言われますが、新しいことに適応するには、多くのエネルギーがいります。(=知らないうちに疲労してしまう)

しっかり睡眠と食事をとり、適度な運動や、ストレスを発散できる
楽しい活動を、家でやってみましょう♪

ちなみに、相談員たちのリフレッシュ方法は・・・

Amazon プライムビデオや Netflix で長編の海外ドラマを楽しんでいます。時間に余裕があると、ゆっくり楽しめて良いですよ！（元木相談員）

観葉植物への水やりが癒しタイム☆花の種を植えてみました～
(柴田相談員)

読書、オンラインお茶会、「あつまれ動物の森」にもはまっています♪
(原相談員)

学生相談室の予約方法

当面の間、目白大学新宿キャンパス学生相談室では、

以下のようにご相談を受け付けております。

★相談室の受付時間 10:00～16:00

★相談は、電話にてお受けします。(面接相談はお休み中)

★もし、緊急に来談される必要があると思われる場合には一度、電話にてご相談下さい。

(迷われたら、まず電話でご確認下さい)

学生相談室直通 ☎ 03-5996-3734

※今後の予定については大学のホームページをご参照下さい

学生相談室はこんなところ

2号館 2階

正面左手の入口からお入り下さい。



🍀 学生相談室は、あなたの学生生活をサポートします

学生時代は、いろいろと悩みごとの多い時期です。さまざまな悩みや問題を抱える可能性は誰にでもあります。しかし、悩みは成長へのサインであり、自分を見つめなおす大切なきっかけでもあります。学生相談室は、学生のみなさんが抱える問題や悩みを解決するお手伝いをしていきます。

🍀 相談の内容はどんなことでも結構です

- 人間関係に自信がもてない
- 家族との関係について
- 異性関係や恋愛のこと
- 自分自身について、性格など
- 気持ちが落ち込む、不安感や緊張
- ちょっとしたことが気になる
- 勉強に集中できない。
- 将来のこと
- その他



🍀 相談の内容はしっかりと守られます。

面接は、原則として予約制で無料です。もちろん、秘密厳守を義務としていますので、あなたのプライバシーは固く守られます。安心してご相談ください。なお、予約の時間を守り、キャンセルの場合は事前にご連絡ください。相談が混みあっている場合は、少しお待ちいただくことになるかもしれませんが、ご了承ください。