

学生相談室だより

学生相談センター 学 生 相 談 室

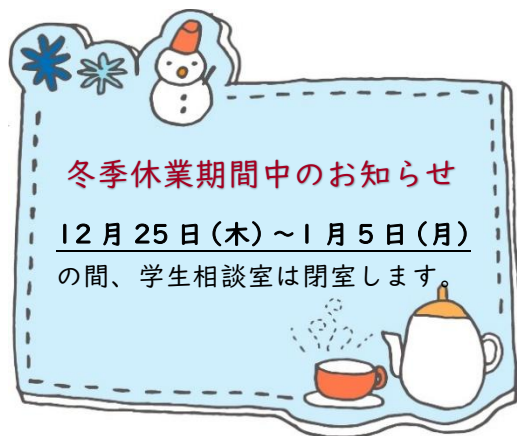
後期もあと 2 ヶ月ほどで終了しますね。最後まで無事乗り切れるよう、心も身体も労わりながらお過ごしください。

学生相談室の利用案内

開室時間

平日 9:00～17:00

*開室時間に変更になることがあります。ポータルサイト(n☆star)から「施設・学生支援」→「学生相談室」トップページ「学生相談室カレンダー」をご確認のうえ、ご利用ください。



冬季休業期間中のお知らせ

12月25日(木)～1月5日(月)
の間、学生相談室は閉室します。

オープンスペースあります

学生相談室には、誰でも利用できるオープンスペース（やすらぎルーム・りらルーム）があります。学生相談室開室時間中は出入り自由で、飲食も可能です。

原則お一人での利用をお願いしています。どうぞゆっくりお過ごしください。

精神科医による心の健康相談

学生相談室では、精神科医師の田辺先生による相談日を設けています。予約は、電話かメールで学生相談室にお申し込みください。

《 今後の予定 》

12/17(水)、1/21(水)、1/28(水)、2/4(水)

「ひとり時間の過ごし方」

寒さが厳しく、家に籠る時間が長くなりがちなこの季節。暖かな部屋で、特に何をするでもなくひとりゆったり過ごすのもいいものですね。でも、せっかくだからもう少し何かできることはないかなと思った時の参考に、学生相談室に置いてある本の中から何冊かご紹介します。

『ひとり暮らしを楽しむ お部屋図鑑』素敵な部屋の写真や部屋作りのアイデアが盛り込まれた本です。自分の“好き”が詰まった部屋を作って、より居心地の良い場所にしてみてもどうでしょうか。

『心に風が吹いてくる 青春文学アンソロジー』若者を主人公にした小説が、一部文章を掲載して紹介されています。普段あまり本を読まない方も、心に刺さる物語が見つかるかもしれません。

『大人のアクティビティ！ 日本でできる 28 の夢のような体験』日本各地の特別感あふれるアクティビティを知ることができる本です。体験を想像してみるだけでワクワクしますよ。

『自分とか、ないから 教養としての東洋哲学』東洋哲学について軽いタッチで書かれているので、時々笑いながら読めます。心に“本当の自分って何だろう？”という問いが浮かんだことのある方は、読んでみると面白いかも。

どうぞ豊かなひとり時間をお楽しみください。(相談員 安部)

〒004-8631

札幌市厚別区大谷地西 2-3-1

北星学園大学 北星学園大学短期大学部

学 生 相 談 室

相談室直通TEL: 011-891-3929

E mail: gakuseisoudan@hokusei.ac.jp