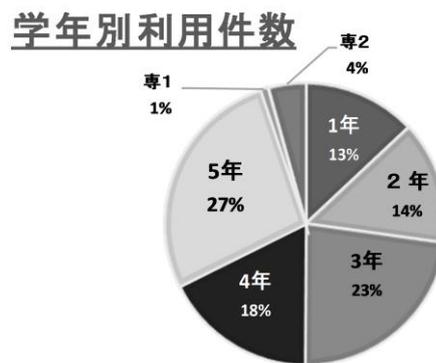


## DATA でみる相談室利用

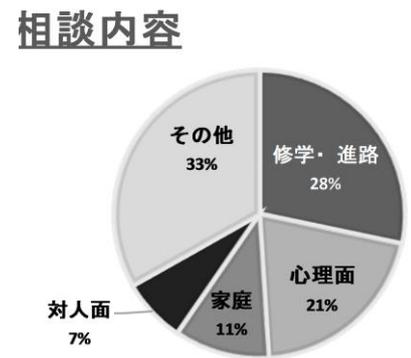
\* キャリア支援利用はのぞく、H30年度のデータ



中学までとは異なり、ほとんどの利用が自発的なものです。H29年度の66%からさらにUP



H30年度のべ利用数 445件  
H29年度 353件から約90件増  
5年生は後期増加傾向



「その他」は睡眠や体調のこと、休憩・何となくや時間が空いたためなど

## 何をする？できる？

### 考える・相談

勉強や進路、生活、気分や体調、対人関係、家庭や寮、性格のことなど、自分のことだけではなく、友達や家族の事でもOKです。1人でも友達とでも。漠然としたこと、小さな事に思われることこそどうぞ。

### 知る・心理テスト

進路選択や職業を考えるため、性格傾向や得意不得意を知るため、人との接し方を考えるためなど目的に応じたテストが受けられます。職業系や性格テストを受ける人が多いです。

### 気分転換-リラックス

ソファでゆっくり、読書、おしゃべり、絵を描く、テーブルゲームなどそれぞれに。今は将棋が人気です。『面接中』の札がない時は気軽にどうぞ。

### 講座-ワークショップ

就職・進学対策、リラクゼーション講座、自己理解のための講座、1年生向けWS、人気のカプラWSなど。掲示やメールで随時お知らせします。気軽に参加ください。  
→裏に今後の予定

### ランチルーム

#### 月・水・金の12-13時

相談室を開放しています。H30年度は平均1人/日の利用がありました。今年度は利用増加中。

### 学習-キャリア支援

竹岡教員の部屋(建築棟3F)で学習方法、小論文の書き方、面接対応方法などの相談に応じています。相談予約はウェブページからも可能です(部屋の扉に予約用QRコードを掲示しています)。

# 使 用には？

## ■場所

一般科棟 1F(保健室となり)

## ■開室時間

9:00-17:00

## ■担当カウンセラー (臨床心理士)

月 午前：本坊 / 午後：星野

火 - 金 終日：本坊

## ■利用方法

- ・ 開室中の相談室を訪ねる
- ・ 保健室で予約をとる
- ・ 相談室前の申し込み用紙を box に入れる
- ・ メールで申し込む (アドレスは HP に記載)

1人で悩みに悩むのも大切。それと同時に誰かへの相談は、小さくても力になると思います。友達や家族、先生など信頼できる誰かの他に、相談室も候補の1つに入れてもらえると嬉しく思います。**敷居は低く！**を学生相談室のモットーに今年度もよろしく申し上げます。

## 今後の講座・ワークショップ

### 【5月】

- 4・5年生対象 自己理解講座  
(強みと弱み/転換)
- 1年生対象 WS 先輩にキイテミヨウ
- 4年生対象 自己理解講座(職業レディ  
ネステストから考える)

### 【6月】

- 1・2年生対象 カプラ WS
- 3年生以上 カプラ WS



## 学生相談室

室長	穂本浩美	キャリア支援	竹岡篤永
カウンセラー	本坊さおり	看護師	川端宏果
カウンセラー	星野文弥	ソーシャルワーカー	飯塚由美子

\* カウンセラー以外の上記相談員へは随時メールや直接部屋を訪ねて相談が可能です。

