

学生相談室たより



2022 年が始まってひと月ですね。みなさんにとって、新たなこの一年がよい年となりますように…☆彡
寒さも厳しくなり、コロナの感染状況もふたたび拡大して、からだもこころも、知らず知らずのうちに、なん
だかちょっと緊張していたり、気持ちが特に理由も分からないけど下がっている気がするなあと感じたりして
いる人もいるかもしれません。

学生相談室は、「相談中」の看板が出ていない時は、いつでも、ちょっと寄ってカウンセラーとおしゃべりし
たり、何もしゃべらなくても気持ちを立てなおす空間に利用したりするのもウエルカムです。また、自分一人
では、何となくもやもやとして形のみえない気持ちやしんどさも、相談室という日常とは一歩離れた空間で一
緒に感じたり考えたりすることで、すじみちや解決へのヒントが見えてくることもあるかもしれません。誰に
も話せないでいる苦しさや悩み、どんなことでも、一人じゃなく、一緒に悩む場所として、いつでも大切にお
待ちしていますね。一人一人、個性があり、誰とも違う。解決や取り組み方もまた一人一人違います。自分に
あった方法やみちのりを一緒に探していきましょう。

●学生相談室の利用案内

(申込方法：開室時間に直接来室。メール hoken@akashi.ac.jp。保健室で申し込む)

- ✿ 森脇カウンセラー（主に水・木曜日：14：00～18：00）
- ✿ 唐津カウンセラー（主に火曜日：15：00～18：00）
- ✿ 小野カウンセラー（主に金曜日：15：00～18：00）

●スタッフ（学生相談室相談員）の紹介

～Q『どこでもドアが今日の前にあったら、行きたいところは？』に答えていただきました♪～

松塚直樹（機械工学科）『アンテロープ・キャニオン』

周山大慶（電気情報工学科）『イエローストーン国立公園のような豊かな大自然にいきたい』

井上英俊（英語）『大学院の留学先、イギリス・ウォリック大学』

黒田秀教（国語）『梅田のヨドバシカメラ』

森脇雅子（カウンセラー）『JR の中吊り広告で観た富山県のお寿司屋さん。極上ネタのパレード！』

唐津尚子（カウンセラー）『ニューカレドニアに行きたいです』

小野はるな（カウンセラー）『誰もいない一面広がる海。海中でイルカの群に出会う（妄想）』

丸尾博司（学生課）『北アルプス「雲の平」』

岩本智裕（学生課）『ハワイに行きたいです』

川端宏果（保健室）『オーロラが見られる場所へ行きたい』

ほっとひとやすみ。



ココロと付き合うプチマメ知識①

諸説ありますが、『怒り』の感情のピークは6秒。
爆発しそうになったら、その場を即離れて6秒、
ピークアウトを待機（閉眼や6秒カウントでも！）