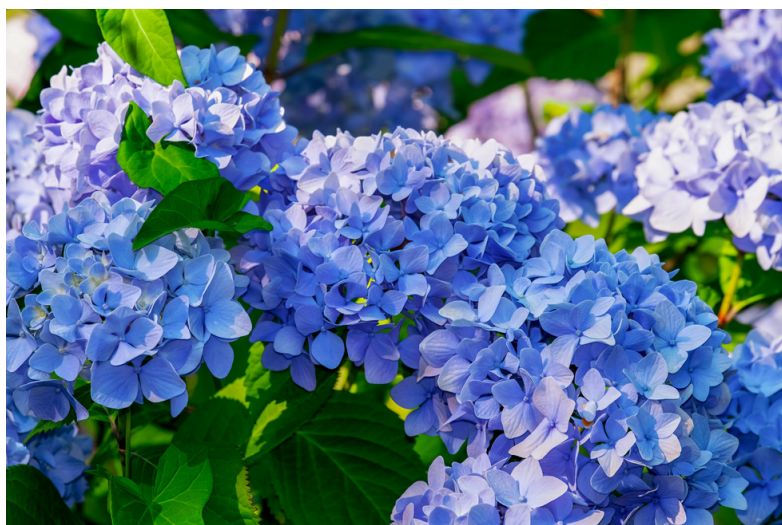


第50号
2025.6

長崎純心大学

学生相談室だより



梅雨入りし、雨の日が多い季節となりました。学内では色とりどりの紫陽花が咲いています。この時期は気温の変化も多いのでこまめに水分補給を行いましょう。

学生相談室では5月に純心セミナーAの授業でこころの健康とセルフケアについて話をさせていただきました。授業の前半ではこころの健康を保つセルフケアとして自分のストレスサインに気づくこと。ストレスへ対処することの大切さについてお話ししました。後半はこころの健康作りに役立つ相談力として、実際に自分の相談力がどのくらいあるのか、シートを使って確認しました。相談は早めにする、自分が相談しやすい相談先を増やしていくことの大切さについてお伝えしました。

学生生活の中で困ったこと、どこに相談したらいいかわからず悩んでいることなどお気軽に学生相談室をご利用ください。

こころの相談室

日時・担当

月曜日	ふかい 深井先生
木曜日	ふだもと 札本先生
金曜日	きしの 木住野先生

心理カウンセラー

場所：学生支援センター内
電話：095-846-0034(直通)

学生相談室の予約が
下記QRコードで
できます。



※学生専用の予約フォームと
なっております。
保護者の方は直通の電話を
ご利用ください。



キャンパスライフ支援室

日時 月曜～金曜

10時～16時

担当 松村
社会福祉士

場所：S526(S棟5階)

電話：095-846-4660(直通)