長崎純心大学

第６２号
２０２６．１１

学生相談室だより



11月になりました。この季節夜が長いですね。そしてだんだん寒くなってくる。ついつい夜更かししてしまったり、朝は暖かいお布団からなかなか出られなかったり。これからの季節の『あるある』な日常ではないでしょうか。
夜が長い秋から冬、おひさまの光は貴重です。日中おひさまの光に当たることで夜の睡眠スイッチがセットされます。朝目が覚めたらまずはカーテンを開けてみましょう。

学生生活で困っていることなどありませんか？
相談事がある方はこころの相談室、キャンパスライフ支援室を利用してください。

こころの相談室

日時・担当

月曜日	深井（ふかい）先生
木曜日	札本（ふだもと）先生
金曜日	木住野（きしの）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)