

学生相談室だより

2024年12月号

今年も残すところ1か月となりました。空気が冷たくなり、本格的な冬の到来を感じます。気持ちよく新年を迎えるために12月は大掃除をする方も多いと思います。大掃除をしなくても新年にはなりますが、掃除好きなわたしが掃除をすることで得られる良いと思っていることを挙げてみたいと思います。

- そのとき抱えている問題からいったん離れて、黙々と目の前の作業に取り組める
- 体を動かすことによって体だけでなく気持ちもすっきりする
- 清潔で片づいた部屋にできたことに達成感を得られる
- ごみや埃、不要な物のない部屋で過ごせることで心身の健康につながる



掃除や片づけをすること自体がストレスになってしまっは本末転倒ですが、大掃除しよう！と思える方は、ぜひすっきりして新年を迎えましょう。

それでは、良いお年をお迎えください。



学生相談室の利用について

- 相談内容：学生生活のこと、人間関係のこと、進路のこと、なんでもOKです。
- 開室日：12月10日（火）・12月19日（木）
2025年1月9日（木）・1月21日（火）
2月13日（木）・2月25日（火） 3月6日（木）・3月18日（火）

開室時間：

- ① 12:00-12:50 ② 13:00-13:50 ③ 14:00-14:50
- ④ 15:00-15:50 ⑤ 16:00-16:50

場所：G棟3階東側奥

申し込み方法：

学生支援課または保健室に電話かメールで予約をお願いします。

メールで予約するときは件名に「学生相談の予約」と記載してください。

学生支援課 メール：gakuseika@ikuei-g.ac.jp 電話：027-329-8140・8141

保健室 [メール hokenshitsu@ikuei-g.ac.jp](mailto:hokenshitsu@ikuei-g.ac.jp) 電話：027-329-8142

※事前予約制ですが、予約が入っていないときは相談できます。

面接開始時間にドアをノックしてください。

ご協力よろしくお願ひいたします。



おまちしています

