

## 新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます

2020年に入ってまもなく、だれもが想像できなかった状況になりました。

新入生のみなさんは、中学校3年間を締めくくる卒業式も思い描いていたものではなかったかもしれません。

このような状況の中、初めての高専生活そして寮生活にも期待と共に、さまざまな不安を感じていると思います。

高専生活で、困ったとき、なんとなく誰かと話したいとき、ほっと一息つきたいとき、気持ちをリセットしたいとき、どこに相談すればよいかわからない時など、気軽に学生相談室を利用してください。



月曜・火曜担当カウンセラー 榎谷亜由子

### 学生相談室ではどんなことを相談できるの？



#### 例えば

#### 学校生活について

- ・友人とうまくいかない。
- ・家族関係で悩んでいる。
- ・学校に行くのがいやになった。
- ・寮での生活がうまくいかない。
- ・部活のことで困っている。
- ・いじめで困っている。

#### 心身の不調

- ・集中できない。すぐにイライラする。
- ・なんとなく不安になる。
- ・なにもやる気が出ない などなど

カウンセラーには、  
友達関係で困ったことがある、  
なんとなくつらい、学校に行くのが  
いや等、どんなことでも相談してね。  
どうすればよいか一緒に考えたり  
アドバイスするよ。



### 学生相談室にどうやって行けばいいの？

まずは保健室で予約を取ってください



保健室で、  
「学生相談室の予約をお願いします」  
と声をかけてみてね。

