

## ◇学生相談室のご案内◇

学生相談室では、どんな小さな事でも専門のカウンセラーと話し合うことができます。相談したい場合は、直接来室するか、電話で予約をして下さい。来室できない場合は、電話・手紙・ビデオ通話による相談も受け付けているほか、家族や友人が代わりに来室することもできます。

●18号館1F エントランスより入って左へ。西側に専用通路もあります。

岡本キャンパス学生相談室

TEL: 078(411)4647

開室時間

月～金 10:00～17:00

土 10:00～12:00

学生相談室HP [https://www.konan-u.ac.jp/life/student\\_counseling/](https://www.konan-u.ac.jp/life/student_counseling/)

コロナ特設サイト <https://konan-gakuso.wixsite.com/tokusetsu>



## サロン室へ行ってみよう!



サロン室は開室時間中に自由に休憩できます。ちょっと疲れたとき、静かに休憩したいとき、友達とゆっくり話したいとき、自由に利用してください。湯茶のセルフサービス、図書の見覧・貸出し、CD・DVDの視聴などができます。



●西宮キャンパス  
(CUBE) 学生相談室  
TEL:0798(63)5743

開室時間 火 10:00～12:00  
(隔週) 12:00～14:00  
金 12:20～16:20  
(随時変更あり)



●ポートアイランドキャンパス  
(FIRST) 学生相談室  
TEL:078(303)1131

開室時間 水 10:00～14:00 (随時変更あり)

# 学生相談室だより No.92

## 「リレーエッセイ」 「扉にぶつかったコゲラ」

### カウンセラー 青柳 寛之



LINE公式アカウントはじめました。

◀◀「友だち」登録はこちらから!

ID(@788gwywq)



## 金曜 Re アワー (定員10名)



### <12-1月のご案内>

12月 3日 (金) トーンチャイム①

12月10日 (金) トーンチャイム②

トーンチャイムとは、ハンドベルのように数人で音を分担して演奏する楽器です。ハンマー付きの細長いアルミ製の筒で、振ると美しい音色が柔らかく響きます。初めてでも楽譜が読めなくても大丈夫!一つの曲を皆で奏でる一体感を楽しみましょう。

※後期Reアワーは1月14日で終了、  
来期は2022年4月から開始予定です。

12月17日 (金) エコクラフト

エコクラフトとは、米や野菜の梱包用に使われる紙バンドのことで、針や糸を使わずにカゴやカバンを編むことができます。今回は日常に使える小物入れを作りましょう。

12月24日 (金) クリスマス・アレンジメント

クリスマスに向けて、生花をアレンジしてみませんか?自分の部屋に飾るのもよし、この時期プレゼントにしても喜ばれます。



1月 7日 (金) 書き初めをしよう

久しく毛筆をにぎっていない人も多くは、墨の上で墨の匂いをかぎながら、書きたい文字を書いてみましょう。新年を迎えるこの時期、背すじがピンと伸びる感覚を味わってみて下さい。



1月14日 (金) マンダラ塗り絵

線画の曼荼羅(マンダラ)に自由に色を塗る「マンダラ塗り絵」。大切なのは気負わず塗ること。心と身体が知らぬ間に癒されます。

申し込みは学生相談室まで  
Tel:078-411-4647





## 扉にぶつかったコゲラ



学生相談室カウンセラー 青柳 寛之

先日、ガラスのドアに小さな鳥がぶつかったらしく、地面にうずくまっているというので、呼ばれて行きました。小さな鳥は目を開いて呼吸をしていましたが、動けないようでした。人が集まり、私が何か決めないといけなさそうな状況でした。もしひな鳥の場合は、近くに親鳥がいることが多いので、触れない方がいいと言われていました。調べると「コゲラ」の成鳥のようでした。身体の小さなキツツキで、公園などでも見かけることがあります。

コゲラとわかったものの、さてどうしたものか。拾って動物病院に届けるか・・・？しかし、手を出すと強いストレスになりそうです。周りにいる人間におびえているようにも見えます。困って見ていると、頭が少し動いたように見えました。衝突したショックで身体が動かないだけかもしれませんが、確信はありません。周りの人と何やかやと話をしながら見ていると、頭が動く範囲が少し大きくなっています。もうしばらくそのまま見ていると、溜めの動作もなく、コゲラはあっという間に飛び去りました。

やはり衝突のショックで動けなかったのでしょうか。手を出さなくてよかったと思いました。人間に触れられるストレスが害になったかもしれません。

ひと安心したところで、「見守る」ことについて考えました。相手は鳥でしたが、人とのことでも重なる部分があるでしょう。今回、結果的には自力での回復をあまり邪魔することなく「見守る」ことができました。しかしもし骨が折れていたりしたら、自力では回復できません。何かしないといけないのではないか、ということはずっと頭にあり、そのプレッシャーはかなりのものでした。結局は何もできなかったというのが正直なところなのですが、コゲラの頭の動きに目が行ったのは幸運でした。「ひょっとしたら自力回復するかも」と、もう少し様子を見る方に少しだけ傾いたからです。偶然の結果オーライとはいえ、ハラハラしながら相手の状態に注意を払ったことで、よい方向に至ったと思いたいところです。

この出来事があってから、木をつつくような音に、よく注意が向くようになりました。元気でいてくれることを願っています。

## 学生相談室冬期休室のご案内（2021年度）

学生相談室は2021年12月25日～2022年1月3日まで冬期休室とします。

| 日  | 月               | 火    | 水      | 木     | 金                       | 土             |
|----|-----------------|------|--------|-------|-------------------------|---------------|
| 12 | 13              | 14   | 15     | 16    | 17                      | 18            |
|    | トークタイム          |      | トークタイム |       | 金曜Reアワー                 |               |
| 19 | 20              | 21   | 22     | 23    | 24                      | 25            |
|    | トークタイム          |      | トークタイム |       | 金曜Reアワー<br>年内授業<br>一旦終了 | 学生相談室<br>冬期休室 |
| 26 | 27              | 28   | 29     | 30    | 31                      | 1月1日          |
|    |                 |      |        |       |                         |               |
| 2  | 3               | 4    | 5      | 6     | 7                       | 8             |
|    |                 | 授業再開 | トークタイム |       | 金曜Reアワー                 | 授業実施日         |
| 9  | 10<br>(成人の日)    | 11   | 12     | 13    | 14                      | 15            |
|    |                 |      | トークタイム |       | 金曜Reアワー                 |               |
| 16 | 17              | 18   | 19     | 20    | 21                      | 22            |
|    | トークタイム          |      | トークタイム | 授業予備日 | 授業予備日                   |               |
| 23 | 24              | 25   | 26     | 27    | 28                      | 29            |
|    | 後期定期試験<br>開始    |      |        |       |                         | 後期定期試験<br>終了  |
| 30 | 31              | 2月1日 | 2      | 3     | 4                       | 5             |
|    | 後期定期試験<br>(予備日) |      |        |       |                         |               |

 は休室日です。

学生相談室 ☎078-411-4647

