

◇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 http://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 10:00～10:30
(隔週) 12:30～14:00
金 10:30～14:30
(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.95

「ルーエッセイ 「ひとやすみとこころの栄養」

カウンセラー 長谷 雄太



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) 4限(14:40～16:10)

<5月～6月のご案内>

申し込みは学生相談室まで
Tel:078-411-4647

5月27日 (金) 新緑の川沿い散歩を楽しむ

大学から一歩踏み出すと、緑豊かな自然が広がっています。今回は住吉川を散策し、川のせせらぎに耳を傾けてみましょう。(雨天の場合、室内で別メニューを行います)

6月3日 (金) 七輪陶芸①「成型」

初回は、土をこねて形を作ります。ぐい飲みや小皿など、七輪に入る大きさのものなら何でもOKです。

6月10日 (金) ダーツに挑戦!

ダーツを知らない人はいないと思いますが、実際にルールに則ってやったことのある人は少ないでしょう。もともとは兵士が余興でワイン樽に矢を放ったのが始まりのようです。コロナ禍で運動不足の皆さん、一緒にやってみませんか?

6月17日 (金) 七輪陶芸②「彩色」

今回は、釉薬を溶いて作品に色を塗ります。焼き物はたいてい、つるつるに光っていますが、あれは釉薬が溶けてガラスのようになっているからです。

6月24日 (金) 七輪陶芸③「焼成」

陶芸もいよいよ最終日! 前回作った作品を、炭と一緒に七輪に入れて焼きます。風を送ると炭が黄色く燃え、焼きものがまぶしいくらいに輝きます。ついに自分だけのオリジナル作品の完成です!



ひとやすみとこころの栄養



学生相談室カウンセラー 長谷雄太

はじめまして。今年度から学生相談室のカウンセラーとして着任しました長谷と申します。これからどうぞよろしくお願いいたします。私はこの大学に来て1か月足らずなので、まだまだ新入生のような、ソワソワした感覚が残っています。

ちょうど4月に入る前、昨年度種から育て始めたサボテンを、少し大きい鉢に植え替えをすることにしました。まだ針も柔らかく、根を合わせても2センチくらいしかないサボテンだったので、傷つけないように神経を研ぎ澄ませて、ピンセットでサボテンを運んだのを覚えています。私としては上手く植え替えられたと思っていたのですが、次の日サボテンの様子を見ると、サボテン全体が赤紫色に染まっていました。慌ててサボテンの状態について調べてみると、サボテンは環境が変わると体の色を変えて「今苦しい！」というのをアピールするそうです。それからはしばらくむやみに触らず、適度に栄養を与えながら様子を見守っていると、ゆっくり根が土になじみ、綺麗な緑色に戻っていきました。

人間にも環境の変化があると、どれだけ良い変化であっても、サボテンが鉢替えされた時のような刺激や負担が生じるのではないかと思います。そして人間の場合、しんどさの表現方法が多様なうえにわかりづらいことも多く、周囲の人々も、場合によっては自分自身もその苦しさに気づいていないことがあるかもしれません。“五月病”とよく呼ばれますが、新入生も2回生以上も多かれ少なかれ体験した環境の変化によって、心身ともに疲れ始める時期なのではないかと思います。自分についても、自分の親しい人についても、「いつもとちょっと違う気がするな」と感じたときは、1年間を元気に過ごすためにも、少しゆっくりする時間を多めにとってみるのが大切かもしれません。そして、自分の趣味や大切な人との時間、おいしい食事など、自分にとっての“栄養”となるものを十分に得るようにしてくださいね。

学生相談室主催 2022年度 前期グループワーク

マーブリングで広がる世界 ～オリジナルポストカード・ブックマークを作っちゃおう～

日時：6月20日（月）14：40～16：10

場所：18号館 講演室（3階）

*新型コロナウイルス感染拡大状況により、オンラインで開催する場合があります。

マーブリング：
水面に落とした絵の具が広がり混ざりあてできる
マーブル模様を紙に写し取る技法

マーブリング技法を用いて、色鮮やかで幻想的なデザインを楽しみましょう。
このような時だからこそ、大切な人に想いを込めて手作りのポストカードで
お便りしてみませんか？
お気に入りの作品をミニ額に入れたり、ブックマークに仕立てることもできます。

～講師プロフィール～

引頭 真由美 (MAYUMI INDO)

ATELIER WINDOW (art&craft studio) 主宰

ARTIST

神戸大学教育学部 美術科 卒

2019年 甲南大学人間科学研究所 甲南アトリエ

「画面の夜空に花火を打ち上げよう」講師

定員は20名予約制です
申し込みは学生相談室まで
TEL:078-411-4647

<https://ssl.konan-u.ac.jp/gentry/counseling>



申し込みはこちらより
申し込みはこちらより
申し込みはこちらより
申し込みはこちらより

連絡事項に「前期グループワーク」と
入力してください

