

◇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>



学生相談室だより No.97

「ルーエッセイ」 「夏の夜のさんぽ」

カウンセラー 松本 知香



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)



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)

金曜 Re アワー (定員10名) 4限(14:40～16:10)

<7月のご案内>



申し込みは学生相談室まで
Tel:078-411-4647

7月15日(金) バスボムを作ろう

お風呂に入るとシュワ～っと泡を出して、入浴を楽しくしてくれるバスボム。身近な材料で作ることができますよ！アロマの香りや色付けした手作りバスボムで、バスタイムを彩りませんか？



七夕の笹を飾っています。短冊に願いを書きに来てください。みなさんの願いが叶いますように...

7月22日(金) ミサंगाを作ろう

ミサंगाって知っていますか？南米などで古くからお守りとして腕に巻き付けている紐状のものです。紐を編み込んだ物から、ストーンを組み込んだものなど、その種類も様々です。七夕の季節に願いを込めてオリジナルミサंगाを作ってみませんか？



※前期のReアワーは、7月で一旦終了します。後期は9月30日から開始予定です。

学生相談室2022年度 夏期休室カレンダー

8月10日(水)～8月23日(火) 休室となります

夏の夜のさんぽ

学生相談室カウンセラー 松本知香

先日、ふと思立って久しぶりに夜中にさんぽに出かけました。夏が近づき、日中は日差しが強く蒸し暑い日も増えてきましたが、夜はちょうどよく過ごしやすい気温です。柔らかな風を肌を感じながら歩き始めました。街灯の灯があるとはいえ、夜なのであたりは真っ暗。歩きなれたはずの街並みも普段とは違ってみえて、まるで異世界に迷い込んだかのような感覚でした。さらに足をのばして入ったことのない小道を進んでみると、さらに異世界感が強まります。いつもよりも五感が敏感になっているような感じで、虫の声や川のせせらぎがよく聞こえたり、建物の不思議なシルエットに目が止まったりしました。大きくて立派な木は、日の光の下で見るのとはまた違った印象で、神秘的な雰囲気です。さらに進んだ先の川辺では、蛍を見つけるといっせよやかな幸運もありました。思いがけず遠くまで足をのびしたので家につくころには足の疲れを感じるほどでしたが、新しい発見や静かな感動がある小さな冒険に心はとてもしらックスすることができました。

7月というと定期試験の準備をしながら普段通りの授業や部活やバイトもこなさねばならず、なかなか気持ちの休まらない月だらうと思います。たまにはいったん目の前のことを忘れて夜のさんぽに出かけてみてはいかがでしょうか？ 静かな夜の街を歩きながら周りの音や景色に意識を向けてみると、自然と心も落ち着いてきて、新しい発見もあつたりして、リフレッシュできると思います。また、ゆっくり歩きながら深く呼吸をすることで副交感神経が活発になり、よく眠れるようにもなりますよ。よかったらぜひ、やってみてくださいね。

日	月	火	水	木	金	土
17	18 授業実施日 トークタイム	19	20 トークタイム	21	22 金曜Reアワー	23
24	25 前期試験 開始	26	27	28	29	30
31	8月1日 前期試験 予備日	2	3	4	5	6
7	8	9	10 学生相談室 夏期休室	11 山の日	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	9月1日	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 敬老の日	20	21	22	23 秋分の日	24
25	26 後期授業開始 トークタイム	27	28 トークタイム	29	30 金曜Reアワー	10月1日

☆金曜Reアワーは、9/30から開始予定です。

☆トークタイムは、前期は7/20(水)まで、後期は9/26(月)から開始予定です。

