

学生相談室だより 4月号

札幌学院大学学生相談室 2026年4月吉日

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。在学生のみなさんにとっても新しい一年がスタートしました。春は生活環境などの変化と共に心身のバランスを崩しやすい季節です。学生のみなさんにとっては慣れないことも多く、不安や困りごとを抱えてしまったり、想定外のことが起こり心や身体が疲れてしまい調子を崩してしまったりすることがあるかもしれません。学生生活において気になることや困ったことが出てきたら、ささいな事でも構いませんので学生相談室に相談してみてください。

学生相談室では、皆さんの学生生活が充実したものになるようサポートします。

ぜひ、学生相談室でお話ししてみませんか？

セラピードッグブラザーズの
エースとオルです！
よろしくね！



◎相談内容はどんなことでも結構です

- 学業について…授業に出席しづらい。課題が仕上げられない。休学・退学を考えている。
- 将来について…将来何がしたいかわからない。就職活動が行き詰っている。自分の適性がわからない。
- 心身の健康について…眠れない日が続いている。落ち込みがひどく気力がない。不安で落ち着かない。
- 性格について…完璧を求めて疲れてしまう。自信がもてない。自分のことが好きになれない。
- 生活について…物忘れが多い。片づけられない。遅刻が多い。
- 対人関係…人間関係に困っている。恋愛関係に悩んでいる。家族が理解してくれない。



◎相談の内容はしっかりと守られます

- 相談は、原則として予約制で無料です。もちろん、秘密厳守を義務としていますので、あなたのプライバシーは固く守られます。安心してご相談ください。なお、予約の時間を守り、キャンセルの場合は事前にご連絡下さい。
- 相談が混みあっている場合は、少しお待ちいただくことになるかもしれませんが、ご了承下さい。

～予約方法～

メールと電話での予約は可能ですが、面接中で電話にでれないこともあるため、できれば、メールでの予約をお願い致します。

✉ メールアドレス⇒ soudan@sgu.ac.jp

(メールは予約のみになります。学籍番号、名前、電話番号、希望キャンパスの記載をお願い致します)



◎開室曜日と時間:月～金(9時～17時)、**土、日、祝は休み**

👉こちらの QR コードからも学生相談室のHP がご覧になれます。➡



☆こちらの QR コードからメンタルヘルス講座の動画がご覧になれます。➡



●江別キャンパス:011-387-1993 ●新札幌キャンパス: 011-802-8634