



学生相談室だより

2025.6.20 発行

前期号

みなさん、こんにちは。茨城高専学生相談室です。4月に新年度がスタートし、前期もあっという間に折り返しに入りましたね。忙しい日々が続くかと思いますが、健康に留意してお過ごしください。



さて、5月に「こころと体の健康調査」を実施した際には、ご協力ありがとうございました。健康調査の結果をもとに、高ストレスが認められた方と、判定結果に関わらず面談を希望された方に、先日、学生相談室へのご案内のメールをお送りいたしました。メールは確認していただけたでしょうか？

学生相談室では、本校の学生や保護者からの相談に、非常勤の相談員（心理カウンセラー、ソーシャルワーカー）が対応します。学校生活や社会生活を送る中で生じる悩みや不安、その他さまざまな問題について相談可能です。学生の皆さんがより充実した学生生活を送ることができるよう一緒に考えていきます。

健康調査の結果に関わらず、相談をご希望の方は、お気軽にホームページよりご予約ください。

相談員紹介

月曜日
5～8時限

あさひ はなこ
ソーシャルワーカー 朝日 華子

社会福祉士・精神保健福祉士の朝日です。ソーシャルワーカーは、学生やその家族が抱えている生活上の問題について相談にのったり、情報提供したり、適切な機関につないだりします。相談しても何も変わらない…と思っていることはありませんか？もしかしたら、必要な情報や相談先をお伝えすることが出来るかもしれません。相談したいことがまとまっていなくても大丈夫です。気軽にご利用ください。

火曜日
3～8時限

なかざわ ゆきえ
心理カウンセラー 中澤 幸恵

臨床心理士の中澤です。頭のなかを整理したい、困っていることを解決したい、話してスッキリしたい、自分の気持ちを誰かに聴いてもらいたいなど、みなさんが「話したい」と思ったタイミングで、気軽に学生相談を活用していただけたら嬉しいです。継続相談も可能です。対話を通して、相談に来られた方が主体的に考えていけるようサポートしていけたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

水・木曜日
3～8時限

ふかや けいこ
心理カウンセラー 深谷 佳子

臨床心理士の深谷です。私は相談室で『禍福は糾える縄の如し』という言葉の意味を実感する場面にたびたび出会います。『災いと幸福はまるでより合わせた縄のように交互にやってくるもの』…みなさんの学生生活は、まさにめまぐるしく「失敗と成功」、「悲しみと喜び」が訪れ、さまざま感情が入り混じりこころも身体も本当に忙しそうに見えるのです。また、そのようなさまざまな経験を通して、人は少しずつ強くなったり、成長したりしていくものだということも感じます。悲しみや辛さを抱えたとしても、その方なりのやり方やペースで、少しずつ前に進んでいけば、必ず光が見えてくるようです。一人で抱えずに誰かに話ししてみると変わることもあるかもしれません。是非「相談」も試してみてください。



学生相談室 ご予約方法

ホームページ（学生健康センター/学生相談室）からご予約フォームをお願いします。

<https://www.ibaraki-ct.ac.jp/facility/health/counseling/index.html>

🖱️click

お急ぎの方は、直接またはお電話で保健室にお問い合わせください。

（来室またはお電話：029-271-2846）

