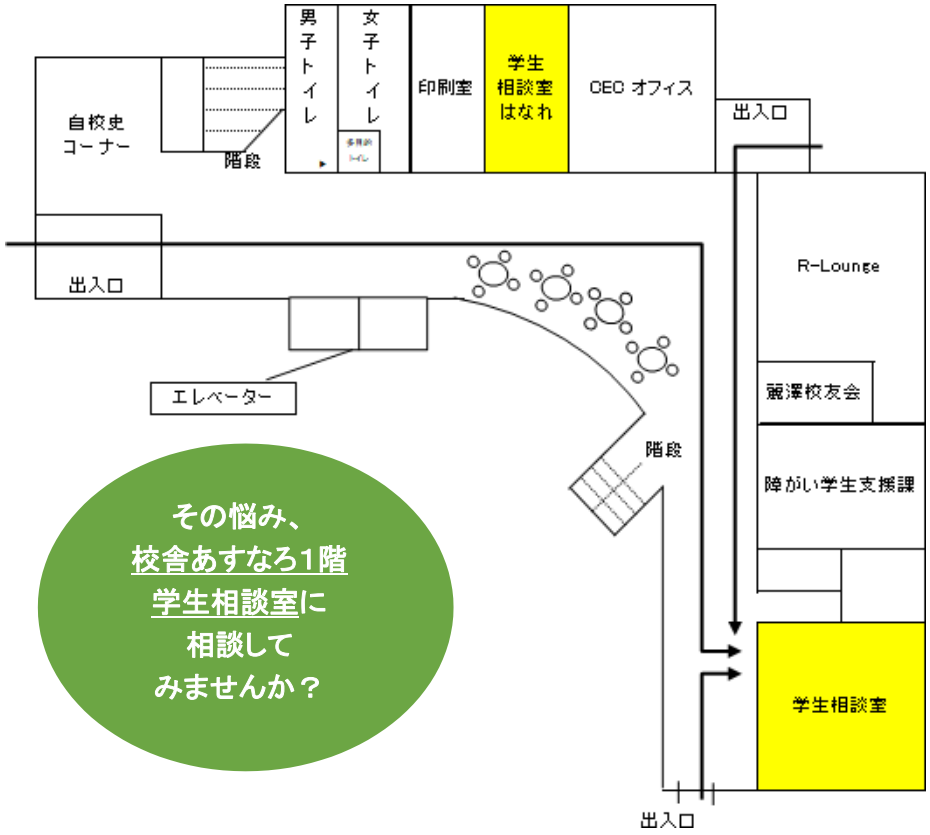
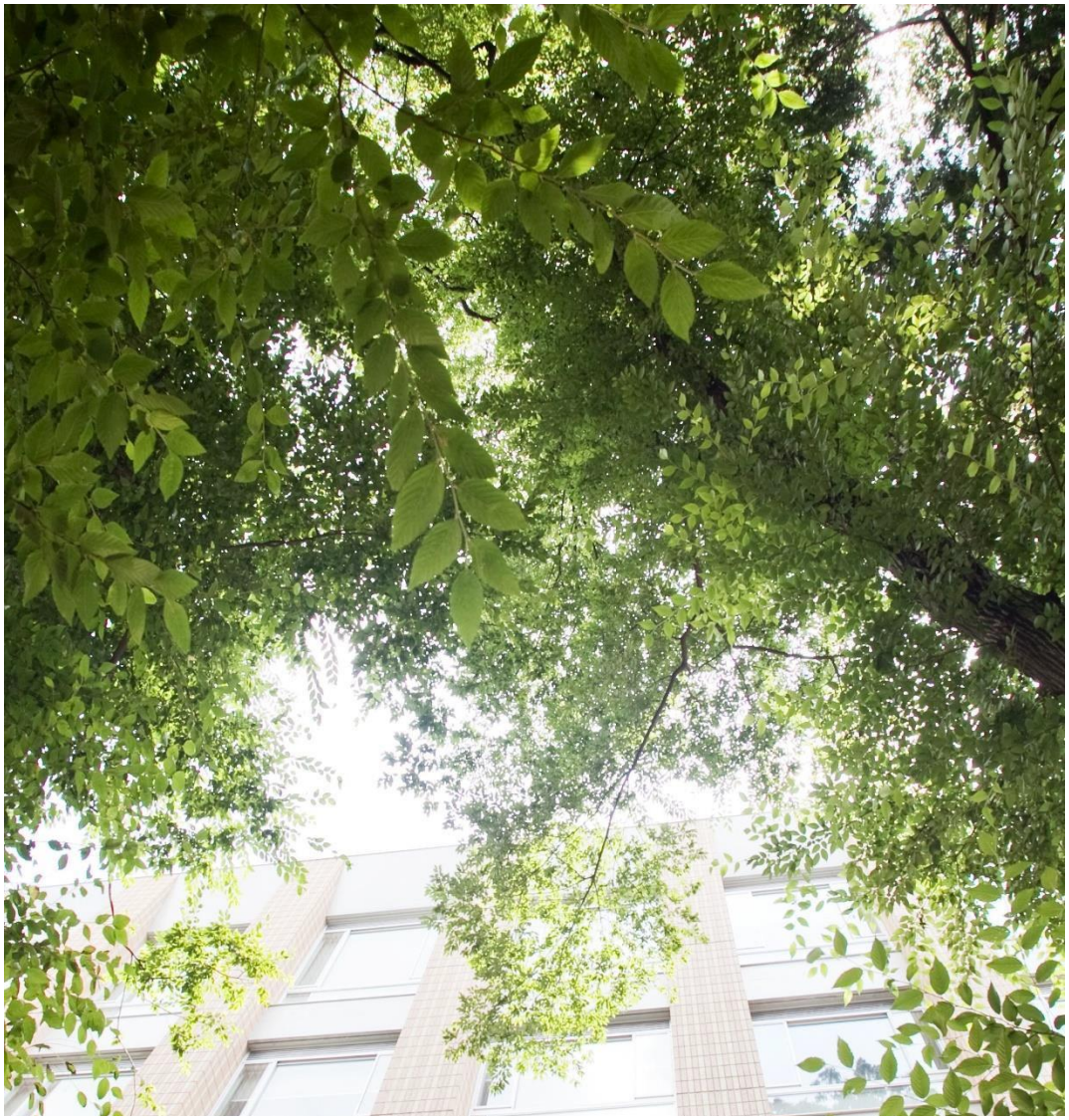


その悩み、
校舎あすなろ1階
学生相談室に
相談して
みませんか？

◇◇◇　カウンセリングについて　◇◇◇

学校生活のこと、性格や人間関係のこと、ココロやカラダのこと、生活やトラブルのこと、何でもどうぞ。対面・電話・オンライン・手紙で、カウンセラーに相談できます。 予約制ですから、受付カウンター、電話、メール、またはHP の申込フォームからご連絡ください。1回のカウンセリング時間は、約 50 分です。費用は無料です（予約優先ですが、予約なしでも利用できます）。
日本語、英語での利用が可能です。他言語の場合は、教職員に通訳をお願いすることがあります。

・受付時間 ／ 月～金 9:00～16:30。春休み、夏休みも利用できます。
・カウンセリング時間は次の開始時間の8枠（1回約 50 分）
　①9:40、②10:40、③11:40、④12:30、⑤13:30、⑥14:30、⑦15:30、⑧16:30
・スタッフ ／ 室長、カウンセラー（臨床心理士・公認心理師）、精神科医、受付



麗澤大学　学生相談室　*Reitaku University Student Counseling Center*

〒277-8686 千葉県柏市光ヶ丘 2-1-1

TEL＆FAX ： 04-7173-3653 ／ E-mail ： gakuso@reitaku-u.ac.jp（申込専用）

メールカウンセリングは、行っておりません。

HP ： https://www.reitaku-u.ac.jp/campuslife/support/counselling/

こころの休憩室

こころの休憩室の室内

こころの休憩室出入口

☆ ★ ☆ あなたの居場所に ☆ ★ ☆

学生相談室の隣りの一室を憩いの場“こころの休憩室”として提供しています。グループで過ごせるコーナーと一人で過ごせるコーナーがあり、平日の 9:00～17:30 までオープンしています。本やマンガ、ゲームが置いてあります。飲食も OK。

静かに考えごとをしたいとき、落ち着ける場所がほしいとき、人づきあいで疲れやすい人、人の多いところが苦手な人にお勧めです。

“こころの休憩室”の本は、背表紙のラベルが青い本（マンガ以外）は貸出もできます。借りたい人は、学生相談室の受付に申し出てください。

なお、壁には休憩室利用上のルールが貼りだしてあります。利用の際は、ルールを守って、お互い気持ちよく過ごしましょう。

ときどき、持参の昼食を一緒にとる「ランチアワー」も実施します。休憩室のドアに「ランチアワー」の貼紙を見つけたら、学生相談室のスタッフと気軽におしゃべりしましょう。

学生相談室は、みなさんの大学生活への適応やこころの成長を応援する機関です。専門家によるカウンセリングだけでなく、憩いの場や交流機会の提供、セミナー等の教育活動も行っています。心身の疾患や障がいを抱えた学生のサポートも行っています。

–家族カウンセリング–

ご家族や保証人からの学生に関する相談にも応じます。

–カウンセリング–

資格をもったカウンセラーや精神科医が、あなたの話をお聴きします。

相談に来たことや話の内容は許可なく他の人には話しません。匿名でも利用できます。

ただし、自他の心身に重大な危機があると判断した場合や法律に基づく要請があった場合は例外です。秘密は守ります。

–本の貸出–

学生生活や進路の参考になる本、こころについて知る本、小説や絵本などもあります。

–心理検査–

性格傾向や今の状態を知ることができます。知りたいことに合わせてテストを選びます。無料です。

–セミナー・ワークショップ–

自己発見やコミュニケーション、リラクゼーションなどのセミナーやワークショップを開催します。学生からの要望にも応じます。知りたいこと、興味のあることがあったたら申し出てください。

開催は HP 等でお知らせします。

–イベント・グループワーク–

学生同士やカウンセラー・教職員と交流する場を提供します。季節に合わせたイベント（七夕、クリスマス会、など）やグループワークを企画します。開催は HP で。