

「こころの休憩室（談話室）」ってどんな場所？

学生相談室には、心を落ち着かせるための場所として、「こころの休憩室（談話室）」が設置されています。いそがしい学生生活の中で、「ちょっと疲れたな。静かに休みたいな」と思ったら、ぜひ立ち寄ってみてください。お茶を飲んだり、昼食をとることもできます。学生相談室の中にあるため、安心して休むことができます。

～例えばこんなときに利用してみてください～

- ほっとひと息つきたい
- 落ち着いて読書がしたい
- 静かにお昼を食べたい



・・・だけど一人になれる場所が見つからないというときに、訪ねてみてください。



Q1. 「こころの休憩室」ってどこにあるの？

A1. 本キャンパスの 1号館1階 学生相談室にあります。

Q2. 休憩室の開放時間は？

A2. 授業期間中の 9:00～18:00 です（※ 授業期間外は 9:00～17:00 です）。

Q3. 利用方法は？

A3. 予約の必要はありません。利用する際は、学生相談室受付に声をかけてください。

Q4. モヤモヤして心が落ち着かないとき、相談できますか…？

A4. そんなときは、カウンセラーと面談ができます。気軽に声をかけてください。

Q5. こころの休憩室にルールはありますか？

A5. 休憩室は学生のみなさんであれば誰でも利用できる、共同のスペースになるため、席を独り占めすることや、ソファに寝転ぶこと、ゴミを散らかすなど、周りに迷惑をかける行為を禁止しています。周りの人の気持ちを考えながらすごしてみてください。

