

学生相談室便り（2024年4月）

新入生のみなさん、入学おめでとうございます。念願の大学生活が始まり期待にあふれているのではないかと思います。2、3、4年生のみなさんも、年度が変わり、新たな気持ちで新しいことにチャレンジしている人も多いのではないのでしょうか。

インフルエンザや Covid-19 のような感染症は未だ身近なものであることは変わりませんが、いわゆる「コロナ禍」が明けて「日常」が戻ってきた、そんな日々が続いています。コロナ禍では人との距離が物理的にも精神的にも離れがちで、そのことに心を悩ませる人も多くいたかと思えます。今日ではそうした対人距離も元に戻ってきたといえます。人との交流がこんなに素晴らしいものだったかと感じた人もいるかもしれません。

一方で、人と人が触れ合うということは、それに応じた悩みを引き起こすことも多々あります。新しい生活、新しい人間関係、そうした中でどうもうまくいかない、なんだか考えてしまう、そんなことがあるかと思えます。そんな時はやはり友人や先輩、あるいは保護者の方などに相談することがいいかもしれません。ですが、相談できる相手がない、誰に相談したらよいかわからないなんてこともあると思います。

大学での悩み、生活での悩み、部活での悩み…、なにか思い悩んで困ってしまった時は、学生相談室に来てみてください。ひとりで抱え込まず、一緒にどうすればよいか、考えていきましょう。