



## 学生相談室に関する Q&A

### 学生相談室って、どのようなところですか？

学生相談室は、各学科の教員、保健室の看護師、学外のカウンセラー・ソーシャルワーカーが相談員として、学生のみなさんの相談窓口となり、学校生活をサポートしています。相談を受ける以外にも、ピアサポーターの活動や、学校生活アンケート・いじめアンケートの実施と聞き取り等を行い、みなさんとつながりを持つことで、早い段階からサポートが出来るよう予防的なアプローチも行っています。

一人一人の困り事や悩みごとを聴き、解決に向けて一緒に考え、成長して行くことを目指しています。

また、学生相談室は、ハラスメントや合理的配慮の相談窓口でもあります。

### どんな相談ができますか？

相談内容に制限はありません。

例えば、

勉強のこと…授業についていけない、計画を立てられない

人間関係のこと…クラスに馴染めない、コミュニケーションが苦手、友達や後輩・先輩との関係で悩んでいる、恋愛のことで悩んでいる

体調のこと…体調が優れない、夜眠れない、食欲がない、気分の浮き沈みが激しい

生活習慣のこと…起きるのがつらい、ネットやゲームがやめられない、家庭の事情で悩んでいる

将来のこと…目標が見つからない、どういう進路があるか、進路変更をしたい など漠然と「毎日がつまらない。」といった相談でも構いません。気軽に利用してください。

### 話をした内容が、他の人に伝わることはありませんか？

原則、相談の秘密は守られます。但し、緊急の場合や法的に求められた場合を除きます。

また、教職員や保護者等、周囲の人たちの協力や理解を得ることが解決に繋がると判断した場合は、本人の同意を得たうえで、情報を共有することがあります。



### カウンセラーとソーシャルワーカーの違いは何ですか？

カウンセラーは、心理についての専門性を持ち、みなさんの気持ちにより添ってくれる存在です。しっかりと丁寧に話を聴き、気持ちの整理や、抱えている様々な課題について、解決のための方法を一緒に考えていきます。

ソーシャルワーカーは、わかりやすく言うと「福祉の専門家」です。医療、教育、福祉などの分野において、相談員として支援を行う職種です。学校生活での悩みを聞き、希望に応じて医療機関の紹介や、家庭生活での困り事に関しては福祉機関への橋渡し等を行います。

カウンセラー・ソーシャルワーカーともに、心理検査の相談もできます。

どちらに相談をしたらいいか迷う時には、保健室の看護師に聞いてみてください。



### カウンセラーやソーシャルワーカーには、どこで会えますか？

『学生相談室』にいます。学生相談室は保健室の中にあり、防音の個室を、安心して話ができます。

カウンセラー・ソーシャルワーカーへの相談は基本対面での面談で、メールや電話、Web 等での相談対応はしていません。

来校日は、保健室前の掲示板や[カウンセラー&ソーシャルワーカー来校予定](#)をご覧ください。



### カウンセリングの時間や回数は、どのくらいですか？

相談内容や希望によって異なりますが、30分～60分ほどです。

回数は、1回で終わる人もいれば、卒業まで継続する人もいます。

予約の間隔も、月に1回や2週間に1回等、希望に応じて調整できます。



### 医療機関を紹介してもらえますか？

希望や必要に応じて、医療機関や外部の相談機関等を紹介することができます。



### 学生以外の利用はできませんか？

学生に関する相談であれば、教職員や保護者等も利用できます。

卒業生で継続的なカウンセリングが必要な場合は、相談機関や医療機関等を紹介し  
ます。

