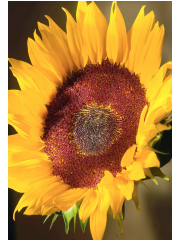


こんにちは！ 文学部学生相談室です

九州大学文学部
学生相談室便り
No. 4
H26.7.2 発行

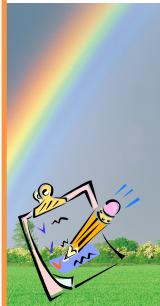


文学部の皆さんこんにちは！7月になりました。いかがお過ごしでしょうか？
今月末からは試験も始まります。そのあとは夏休みですね。2014年度前期の相談室開室は7月まで。10月
から再開します。就活に関する疑問や大学生活に関することなど、お気軽にご利用下さい。10月に皆さんに
再会するのを楽しみにしています。

ところで、「最近なんだか調子が悪い…」という声を耳にすることが増えました。季節柄とても体調管理が
難しく、一年の折り返し地点で疲れも溜まる頃です。今日は皆さんに心と体のセルフチェックをご案内します。
「けっこうあてはまるなあ…」と思われたら、相談室に来られませんか。また夏休み中に気になることがあれ
ば、九州大学全学の学生相談室の連絡先を載せますので、ご利用ください。

こころの調子

- 気分が沈む、憂うつである
- 興味や意欲がでない
- 不安、イライラ、落ち着かない
- 集中力・思考力の低下
- 死ぬことを考える など



からだの調子

- 疲れやすい、体がきつい
- 食欲がない、食事がおいしくない
- よく眠れない、朝早く目が覚める
- 頭痛・肩こり・めまい
- おなかの調子が悪い など

- ✦ 伊都地区 ウエストゾーン学生相談室 802-3297 センターゾーン学生相談室 802-5820
- ✦ 箱崎地区 記念講堂内 642-2287 国際ホール横 642-2287

就活応援ワークショップ 第3弾

業界・企業研究会社名で職場を選ばない！早期離職・ミスマッチをふせぐ

7月14日(月) 14:50~16:20 講師:高木奈穂氏(株式会社 NEAT 代表取締役)

丁寧な個別指導あり。定員5名(先着順 お早目にお申込みください)

文学部学生相談員には相談内容に関する守秘義務があります。安心してご相談ください。

○相談予約は学生相談室直通電話番号 092-642-3943 または sodan@lit.kyusyu-u.ac.jp にご連絡ください。学生相談室開室日に直接来室してもかまいません。(予約のない場合は当日利用もできます。)

*文学部学生相談室は文系合同図書室第二窓口のナナメ向かいにあります。グリーンの扉が目印です！



7月の学生相談室開室日 各開室時間：11時~17時
2日(水) 7日(月) 9日(水) 14日(月)
16日(水) 23日(水) 28日(月) 30日(水)
14日 14:50~16:20 第3回就活応援ワークショップ

