

相談しよう、
そうしよう！
学生何でも相談室

学生支援活動追跡隊！

輝く学生生活のために Vol.3



😊 学生たちの心強い味方、
「学生何でも相談室」

長崎大学ではこのような状況を踏まえ、既存の相談窓口に加え、学生

今、人とコミュニケーションをとるのがどうしたらよいかわからない苦手という若者たちが増えています。たとえば、大学生の場合では、近年、課外活動の加入率がたいへん低くなっており、授業を終えたあとと自分の部屋でひとりきりで過ごしているという人が増えています。中には、ひとりが好きだということもありますが、人とのコミュニケーションがうまくとれないばかりに、そのような状態が続き、ときに不安や悩みを長く抱え込む人も少なくありません。

😊 人とのつきあいが苦手な若者たちが増えている



長崎大学副学長(学生担当)
菅原 正志 教授
Sugawara Masashi

たちがより気軽に利用できる「学生何でも相談室」を5年前から開設しています。場所は大勢の学生が入りやすい文庫キャンパスの「学生支援センター」内に設けました。生協での食事や買い物ができることができています。窓口には、学校心理士・臨床心理士の資格を持つインテーカー（相談受付）が常駐し、親しみやすい雰囲気です。相談件数は開設した平成13年度は延べ55件。その後、年々増えて昨年度は511件にまで伸びています。

日常生活

経済的な問題について
アルバイトに関すること
一人暮らしの不安
悪徳商法で困っている

大学生の いろいろな 悩み

学 業

休学や退学を考えている
単位の取り方がわからない
他の大学に編入学したい
免許や資格を取得したい

対人関係

友人、異性、教職員、
家族との関係について
セクシャル・ハラスメント

心と身体

自分の性格について
気分が落ち込む
過食、拒食

就職や進路

就職活動について
進路の迷い
将来への不安

世界最高のヒマラヤ山脈と
多民族を擁した美しい国。

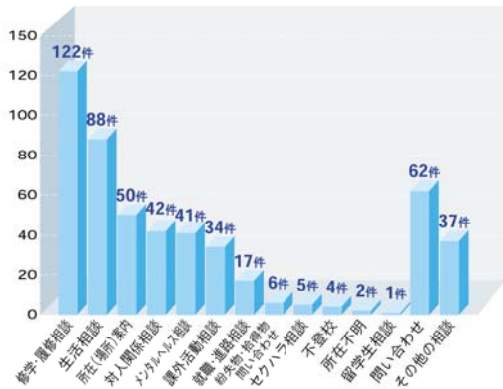
中国とインドにはさまれた内陸の国ネパール。国土は日本の3分の1ほどで、北にそびえる世界の屋根・ヒマラヤ山脈から、インドの平地へと南に下る斜面地帯に位置しています。「自慢は世界最高峰のエベレストをはじめ8,000メートル級の山が多いこと。世界各国から登山者が訪れます」。カドガさんは首都カトマンズから約250キロメートル離れたヒマラヤの麓にある「ポカラ」という街の近くのご出身。ここはネパール第2の街で、美しい湖やヒマラヤの高峰を見渡す景勝地で知られています。「私はこの街の国立大学で政治学を教えています。ネパールには国立大学がひとつあり、そのキャンパスが国中に点在し



ケーシー カドガ 巴ハドールさん
Khadga Bahadur K.C.

長崎大学大学院生産科学研究科(環境科学専攻)博士後期課程1年

留学生の
お国自慢



「学生何でも相談室」の相談内容と相談件数

学生支援センター内にある「学生何でも相談室」



これは、悩みを持つ人が増えたというより、利用しやすい相談室としての認知度が高まったと考えられます。「学生何でも相談室」は今後、益々、学生生活に欠かせない重要な場所になりつつあるようです。

※インターカー…相談を希望する人や関係者の話を最初に聞き、援助のしかたを判断する人。



「学生何でも相談室」の隣にあるピア・サポートルーム。サークルの部室のような気さくな雰囲気です。



「学生何でも相談室」の相談受付体制をさらにバックアップするスタッフとして、昨年度から学生ボランティアによる「ピア・サポーター」が配置されています。

「ピア・サポーター」とは、学生生活のちょっとした疑問や不安に対して、学生の目線で相談にのってくれる人たちです。

ピア・サポーターのひとり、山本清夏さん（歯学部2年）は、「自分の経験が相談者の力になって、うれしい」と言います。プライバシーを厳守する責任ある活動にやりがいを感じているようです。

相談するというより、同じ学生にちよつと話を聞いてもらえる、という気軽さからか、「ピア・サポーター」は設置からまだ2年目ですが、利用者は増加傾向にあります。

😊 学生ボランティア、ピア・サポーターの活躍

「大学生という時期は社会へ出る直前とあって、自分に何が向いているのかと、あせる気持ちを持つ人が多いようです。そういった思いを閉じ込めず、いろいろな人の話を聞いたり、体験をしたりして、少しずつ自分に合うものを見つけてほしいですね。」

（インターカー 富永ちはる）

【学生何でも相談室】

◎場所：文教キャンパス 学生支援センター内 ◎開設日と時間：月曜～金曜日の9:30～16:30 ◎相談の方法：インターカー（相談受付）まで直接相談に訪れるか、下記の電話・FAX、またはメールでご連絡ください。
TEL095-819-2106 FAX095-819-2107
Eメールアドレス nandemo@ml.nagasaki-u.ac.jp



「学生何でも相談室」のインターカー、富永ちはるさん（学校心理士・臨床心理士）は、「よくある履修についての相談のように見えて、実はそこにメンタル的な悩みがからんでいる場合もあります。だからひとりで抱え込まず、この相談窓口をどんな役立ててほしい」と言います。

相談に来た学生たちは、信頼できる相手に打ち明けたことで、安堵したり、前向きな気持ちになったり、解決の糸口が見つかるなどしています。相談方法は直接、窓口へ訪ねるだけでなく、電話やメールでも可能です。もちろん、相談内容などのプライバシーは厳守されます。気軽に利用して、健やかな学生生活をおくってほしいと思います。

😊 ひとりで悩み続けなくて、何でも相談しよう



中学校の落成式典に参列した日本の協力者たち。

ています。学生数は約30万人です。もうひとつの自慢は、ネパールの人柄です。「他人のために何かをした」という優しい心を持った人が多いと思います。実はカドガさん自身もそうの方。大学での学業のかたわら、ネパールに中学校を建設するための活動を続けました。「長崎西ライオンズクラブのみなさんをはじめ多くの日本人の協力で建物が完成し、この春から授業がはじまりました」とうれしそうです。

来日のきっかけは、ネパールの政治の研究で現地を訪れていた長崎大学の教授との出会いでした。「日本で学ぶことをすすめられ、4年前に長崎大学へ。今も政治を専門に母国の研究をしています」。

ネパールは多民族国家で、80くらいの民族が暮らしているとか。「公用語はネパール語ですが、言語は70以上あり、宗教もヒンズー教が多いとはいえ、仏教、イスラム教など複数。人々はお互いの宗教に寛容で、そういった面での問題はありません」。一方で、政治体制における混乱が続いていましたが、最近ひとまず落ち着きを見せ、新しい体制づくりに向かっていくそうです。

「将来は再びネパールの大学にもどる予定です」というカドガさん。もうしばらくは日本で、転機を迎えた故郷の政治を見守ります。