

学生の皆さんへ ～学生支援センター長からのメッセージ～

学生支援センター長 長屋佐和子

学生の皆さん、いかがお過ごしでしょうか。オンライン授業では慣れないことも多く、また課題をこなす時間もこれまで以上に必要となり、疲れる日々を送っているのではないのでしょうか。

本学では、皆さんご承知のとおり、6月8日より段階的に対面授業が再開されています。4月以降、約2か月間大学に通えませんでしたし、対面授業が再開されても感染に対する予防対策に気を配らなくてはいけない不安な状態が続いています。こうした不安や緊張は、一日の中では気にならない程度であっても、長期間持続すると様々な心身のトラブルを引き起こします。4月以降の慣れない授業形式、オンライン課題への戸惑い、経済的な不安、友達にも簡単に会うことができない環境などが続いていくことによって、気持ちの疲れ、体の不調などが積み重なっていきます。これは学生の皆さんばかりでなく、私たち教職員を含めて誰もが経験することです。

特に新入生のみなさんは、同級生や教職員の顔もわからず、授業の受け方もわからないままにオンライン授業が進んでしまい、とても不安になっていることと思います。対面授業が再開されてはいますが、大学生活をどのように過ごしたらよいのか、困った時、どこに（だれに）相談したらよいのか戸惑っているのではないのでしょうか？そんな時、学生支援センターを思い出してください。

学生支援センターでは、さまざまなサポートを行っています。

クラスに上手く入っていけない、経済的な不安（家庭の経済状況の変化、アルバイトができなくなったなど）、学内でひとりであることが辛い、オンライン課題が多すぎてパニックになっている、部活やサークルについて知りたい、とにかく元気が出ない、悩みがあるがどこに相談したらよいのかわからない……など、どんな小さい悩みの相談でも受け付ける「なんでもサポート窓口」が学生支援センターです。

困ったときや、ちょっとほっとしたいとき、安心できる居場所が欲しいとき、各キャンパスの学生支援センターを訪ねてみてください。皆さんの心が軽くなるようサポートいたします。詳しくは、各キャンパスの学生支援センターにご相談ください。

では、皆さん、暑くなってきました。熱中症にも注意しながら、無理をしない学生生活を送ってください。

【学生支援センターの連絡先】

|         |              |                             |
|---------|--------------|-----------------------------|
| 草薙キャンパス | 054-261-2305 | k-ssc@sz.tokoha-u.ac.jp     |
| 瀬名キャンパス | 054-263-1123 | slsc@sz.tokoha-u.ac.jp      |
| 水落キャンパス | 054-297-3216 | mz-ssc@sz.tokoha-u.ac.jp    |
| 浜松キャンパス | 053-428-7779 | gakushien@hm.tokoha-u.ac.jp |