

## 学内相談窓口のご案内

### 健康相談・メンタルヘルス・カウンセリング・健康診断など

#### 総合健康安全センター・保健室

松本キャンパス	0263-37-2157
教育学部 保健室	026-238-4055
工学部 保健室	026-269-5077
農学部 保健室	0265-77-1312
繊維学部 保健室	0268-21-5312

### 履修・試験・成績など

#### 学務窓口

共通教育	0263-37-2978	人文学部	0263-37-2236
経法学部	0263-37-2304	理学部	0263-37-3320
医学部医学科	0263-37-2582	医学部保健学科	0263-37-2356
教育学部	026-238-4004	工学部	026-269-5051
農学部	0265-77-1339	繊維学部	0268-21-5311

### 奨学金・授業料免除など

学生総合支援センター 0263-37-2199

### 課外活動・学生保険・学生寮など

学生総合支援センター 0263-37-2187

### 進路やキャリア・就職活動など

キャリア教育・サポートセンター 0263-37-3164  
gakumu-syusyoku@shinshu-u.ac.jp

### 海外留学や外国人留学生の生活など

グローバル教育推進センター 0263-37-2429  
gec@shinshu-u.ac.jp

※■の相談については、教育学部、工学部、農学部、繊維学部の学務窓口でも受け付けています。

### ハラスメントに関する相談

ハラスメント相談員 10-ル・パートナーシップ委員会  
<http://www.shinshu-u.ac.jp/harassment/>  
epiinkai@shinshu-u.ac.jp

### 災害時・緊急時の対応(夜間または休日)

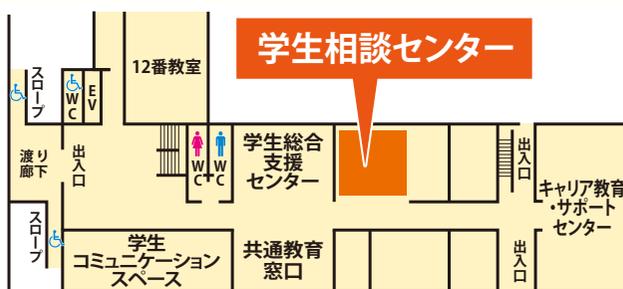
信大災害・緊急ダイヤル 0263-37-3333

## 学生相談センター

悩みや不安、困ったことがあった時、気軽にご利用ください。友人が困っている場合でも相談に応じます。

相談には専門のスタッフが対応します。障害学生支援の窓口である、「障害学生支援室」も置いています。

全学教育機構南校舎1階(松本キャンパス内)



窓口対応時間：平日 8:30~17:15  
相談は電話やメールでも受付けています。

連絡先

☎0263-37-3165

✉nandemo@shinshu-u.ac.jp

※メールは24時間受付けていますが、対応は平日の8:30~17:15になります。



学生相談センター ホームページトップ▶

### 各学部学生相談室

各学部にも学生相談室の先生や担当のカウンセラー、看護職員がいます。詳しくは学生相談センターか各学部学務窓口にお問い合わせください。

## 学生相談センター

Student Advisory Center

~充実したキャンパスライフのために~



☎：0263-37-3165

✉：nandemo@shinshu-u.ac.jp

[http://www.shinshu-u.ac.jp/campus\\_life/soudan/](http://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/soudan/)

# 大学生活の流れ

大学生活では大まかに下のような流れがあります。  
学生時代は、様々な体験を通して自己を確立していく時期です。



## 入学期

### 新しい環境へ慣れよう

高校までと違い、個別の履修計画、幅広い学修や友人関係、生活の自己管理など、自発性を基本とした環境へと変化します。

## 中間期

### 自分らしさを模索しよう

キャンパス移動、ゼミへの所属などにより専門性へ近づきます。専門的な学修や課外活動等、様々な体験や人との関わりを通して、自分について考えられる時期です。

## 卒業期

### 社会に出る準備をしよう

就職や進学など進路が決まることで、卒業が意識されます。学生生活を振り返り、自分自身や将来のビジョンを再構成する時期でもあります。

一人暮らし、課外活動、アルバイトなど、生活空間も広がり社会との接点も多くなります。  
地域に暮らす大学生としてのマナーやモラルを身につけ、身の安全を守ることも意識しましょう。

## 困った時は・・・

友だちや家族、先輩、教職員など周りの人に相談してみましよう。  
専門的な支援が必要な時は、各相談窓口をたずねてください。

\* 『どこで話していいかわからない』時は  
学生相談センターにおたずねください。

相談窓口・連絡先については裏へ

