

学生相談室だより・夏休み号

2026年 7 月 札幌学院大学学生相談室

7 月に入り、暑い日が続いていますが、皆さん元気に過ごしていますか。

前期末の課題やテストの準備などで、忙しい毎日を送っている人も多いと思います。勉強やさまざまな活動に取り組む中で、知らないうちに疲れがたまっているかもしれません。こまめに水分補給をしながら、エアコンや扇風機を上手に使って、熱中症対策と体調管理を心がけてください。また、暑さや勉強による疲れが続くと、心も少し疲れやすくなります。そんなときは無理をせず、しっかり休憩を取ったり、好きなことをしたりして、気分転換をしてみてください。自分なりのリフレッシュ方法を見つけることも大切です。もし、「一人ではうまく乗り切れそうにない」「誰かに話を聞いてほしいな」と感じる事があったら、学生相談室を利用してみてください。

学生相談室は夏休み中も開室しています。学生生活の中では、うれしいこともあれば、悩んだり迷ったりすることもあります。困ったことが起きたとき、誰に相談したらよいかわからないとき、あるいは誰かに話を聞いてもらいながらゆっくり考えたいときは、ぜひ学生相談室に来てください。皆さんが少しでも安心して学生生活を送れるよう、お手伝いできればと思っています。

夏休み中の開室日

8 月 August

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
10	11 (祝日)	12	13	14 (閉室)
17 (閉室)	18 (閉室)	19	20	21
24	25	26	27	28
31				

9 月 September

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21 (祝日)	22 (祝日)	23 (祝日)	24	25

新札幌キャンパス開室 江別キャンパス開室 両キャンパス開室

・キャンパスにより開室日が異なっておりますので、ご利用を希望の際は事前にお問い合わせください。

◎相談予約方法

相談をご希望の方は事前にご予約下さい。
電話やメールでの予約を受け付けています。

・メールアドレス → soudan@sgu.ac.jp メールは予約のみにになります。

※お名前、学籍番号、電話番号、相談希望キャンパス(江別または新札幌)の記載をお願い致します。

◎開室時間:月～金(9 時～17 時) ※土・日・祝日はお休み

● 江別キャンパス

TEL 011-387-1993(直通)

● 新札幌キャンパス

TEL 011-802-8634 (直通)

※QR コードから学生相談室の HP をご覧になれます。

9 月 24 日(木)から

後期開始です！
よろしくね！



セラピードッグブラザーズ
オル&エース

