

第一薬科大学
学生相談室だより
 2026年度 第1号

新年度が始まり、早くも1ヵ月が経とうとしています。新しい環境や学年には慣れてきたでしょうか？
 学生相談室では、心身の不調や人間関係、学業のこと、自分自身のことなど様々なお話を聞いて解決策と一緒に考えたり、雑談をしながら一緒に笑い、楽しく過ごしたりすることもあります。
 「友人や家族に話しづらいな・・・」ということを学生相談室で、ちょっと話してみませんか？
 さて、今年度のおたより第1号ということで、カウンセラーの自己紹介を兼ねて「カウンセラーの“今年度してみたい事”」という内容をお伝えしたいと思います。今年も1年、よろしくお願いします。



神 近

火曜日(午後)に在室している神近です。今年度はなるべく日々の日記をつけようと心掛けています。無理なく続けられるように、簡単な内容にしていますが、その日あった小さな幸せや嬉しかったことなども書き込んでいくと、振り返った時に少しところがあたたかくなりそうです。皆さんも良かった日記などつけてみてはどうでしょうか。



灰 塚

水曜日担当の灰塚です。今年もよろしくお願いします！今年度はライブの遠征に行ってみたいです。King Gnu や NiziU、HANA などが好きなので、福岡以外のライブにも参戦してみたいと思っています！みなさんが今年度してみたいことはなんですか？ぜひ、気軽に学生相談室に足を運んでくださいね。



荒 木

新学期ですね！心や体は快調ですか？
 木曜日担当の荒木です。今年度してみたい事、皆さんは何でしょう？ 私は、体幹を鍛える事です。デスクワーク中は猫背になっています。仕事の後は、体のそこそこがポキポキと音をたてるのでびっくりです。姿勢が悪いんです・・・
 体幹を鍛えて背筋を伸ばすのが今年の目標です。頑張ります！ でも、ほどほどに😊



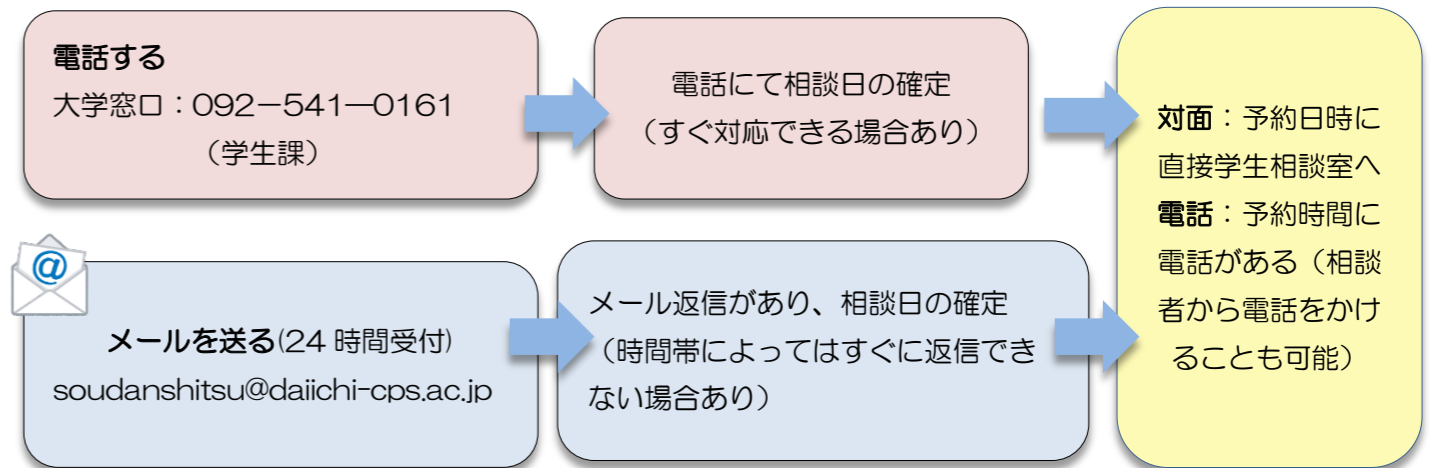
日 巻

今年度から金曜日に来ています。週の終わりにお話しして少しでも肩の荷をおろしていただけたらと思っています。今年度挑戦したいことは、自分なりの究極の美味しいカレーを作ることです。様々なレシピを試しつつ、具材や隠し味、作り方などアレンジしたりしながら、試行錯誤してみるつもりです。みなさんの自慢のカレーレシピがあれば教えてくださいね。

学生相談室の予約方法

第一薬科大学の学生なら誰でも無料で相談できます。話した内容は外に漏れることはありません、安心してご相談ください。対面カウンセリングの場合、感染予防に留意し、定期的な換気・消毒等を行っています(詳細は大学HP記載)。

☆臨床心理士(荒木、神近、灰塚、日巻)のカウンセリングは**予約制**です。以下の方法で予約をお願いします。
 ☆臨床心理士以外の相談員の面接は指定の曜日以外で、相談室以外の場所でも相談を受けることができます。詳細は各相談員にメールにてお問い合わせください。

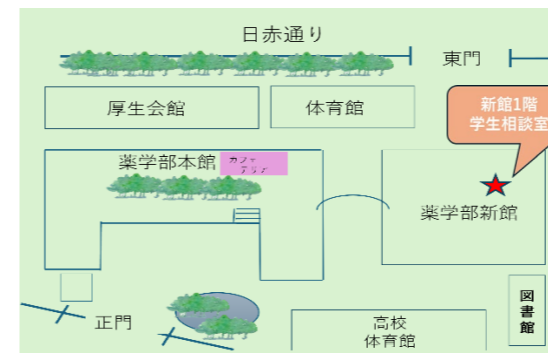


2026年度4月～9月 学生相談員の在室日時

曜日	9:30~12:00	12:00~18:00	備考
月	副田 (soeda※) 薬	栗原 (h-kurihara※) 看	17時まで
火	小山(s-koyama※) 薬	神近 (臨床心理士)	
水		灰塚 (臨床心理士)	
木	高口 (hiro-k※) 薬	荒木 (臨床心理士)	
金	藤井 (由) (yu-fujii※) 薬	日巻 (臨床心理士)	

各相談員へメール送信時には※部分に@マーク以下を貼り付けてください。@daiichi-cps.ac.jp
 また、開室時間以外の緊急な相談は、学生課にお問い合わせください。

****藤井(由)相談員は事前にメールで予約してください。その後日程を調節します****



発行：第一薬科大学 学生相談室
 〒815-8511 福岡県福岡市南区玉川町 22-1
 電話：092-541-0161
 Email:soudanshitsu@daiichi-cps.ac.jp
 発行日：令和8年4月30日