鹿屋体育大学 2026年秋号

学生支援室だより vol.6



【「こんなことで相談してもいいのかな？」と思ったときに】

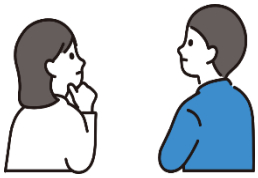
学生支援室について、「大きな悩みを抱えている人が利用するところ」「自分の困りごとは、誰かに相談するほどのことではない」と思っている人もいるかもしれません。

学生支援室では、授業や課題、進路、心身の調子、人間関係、競技や生活上の困りごとなど、大学生活に関するさまざまな相談を受け付けています。たとえば、「授業についていけない」「大学に行きづらい日が増えた」「人間関係で気になることがある」「進路について迷っている」「最近よく眠れない」「何となく気分が落ち込む」といったことも、ご相談いただけます。

相談したいことが、はっきりと決まっていなくても構いません。「何となくうまくいかない」「困ってはいるけれど、自分でも何が問題なのか分からない」という段階から、話をしながら状況を整理していくこともできます。また、相談では、すぐに答えや解決策を出すことだけを目的としているわけではありません。自分がどのようなことに困っているのか、これからどうしたいのかを一緒に考え、整理していきます。また、必要に応じて利用できる制度や学内外の相談窓口を案内することもあります。まずは話を聞いてほしい、誰かに話しながら考えたいという方のご利用もお待ちしています。

困りごとが大きくなる前に誰かに話してみることも、自分を支えるための一つの方法です。「こんなことで相談してもいいのかな」と迷ったときは、まずは学生支援室にご連絡ください。

予約優先



・専任職員：杉中（すぎなか）（臨床心理士）

・相　談　日：平日　月曜日～金曜日　9:00～17:00

（ただし、水曜日は 9:00～12:00 まで）

・相談方法：電話（0994-46-4881）か、

メール（g-support@nifs-k.ac.jp）にて、

お名前、希望日時などを連絡し、予約をしてください。

・電話・メールでのご相談も受け付けています。

※ご相談にあたって、氏名や内容等の秘密は原則守られます。

QR コードを読み込むと
メール画面が開きます。



ひとりより、ふたり。ふたりから、みんなへ。

学生支援室はあなたの歩みを応援します。

国立大学法人 鹿屋体育大学（かのや）
NIFS NATIONAL INSTITUTE of FITNESS and SPORTS in KANOYA