

学生相談室



だより

第23号 2021年 10月 1日発行 一橋大学学生支援センター 学生相談室

ぶらっと来てください。秘密守ります。

一橋大学の学生のみなさん、学生の関係者のみなさん、こんにちは。一橋大学学生相談室【いまここ】です。秋冬学期が始まりましたね。引き続き感染症対策に重きを置きながらではありますが、対面授業や課外活動の再開など、みなさんとキャンパスでお会いできる機会も各段に増えました。そのような変化に喜びを感じる方もいれば、昨年度との、あるいは周囲とのギャップに、戸惑いや不安を感じている方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。

みなさんもどこかで情報に触れておられるかもしれませんが、今般の社会情勢の中、メンタルヘルスに不調をきたす人々が急増しています。気分や身体面の不調以外にも、経済的な問題、学生であれば友達作りやオンライン授業への適応の難しさなど、これまでには予想もなかった壁の出現に、圧倒されてしまうことがあるかもしれません。

学生相談室は、そのような不調からの回復や、問題を解決するお役に立ちたいと思っています。また「何が問題かわからない」「なんとなく人と話したい」という時にも、ぜひ当室をご活用ください。ご家族やご友人ではない第三者として、みなさんのペースで、カウンセラーがお話をお伺いいたします。実際にどのようなご相談をお受けしているのかを次のページにまとめました。メニューとしてではなく、「誰でも、何でも相談できる」ことを汲み取っていただければ幸いです。

当然のことですが、当室の利用や相談内容が、ご本人の同意なく学部・研究科やご家族等に伝わることはありません（生命の危機など自他に危険が及ぶ緊急の場合は除きます）。

関係者の方からお問合せをいただくこともあるのですが、その際も大変心苦しく感じつつ、ご本人の同意が確認できない状況では、情報をお伝えすることが難しいことをご説明しています。

そうすることで学生のみなさんが安心して、気軽に、相談相手の選択肢の一つに加えてくださることを心から願っています。（関係者の方からは、対応に関するコンサルテーションとしてご相談を承ります。どうぞご利用ください。）

現在は、Zoomでのオンライン相談も行っています。ご質問などがあればお気軽にお問合せください。



2019年度ご利用状況

表1 学部・研究科別の来室者数と面接回数

所属		来室者数	面接回数
学部	商学部	24人	101回
	経済学部	34人	431回
	法学部	27人	301回
	社会学部	51人	479回
大学院	経営管理研究科	4人	35回
	経済学研究科	14人	199回
	法学研究科	11人	80回
	社会学研究科	18人	190回
	言語社会研究科	7人	167回
	国際・公共政策 大学院	2人	17回
他	卒業生・家族 ・教職員等	36人	84回
	その他	0人	0回
合計		228人	2084回

表2 学年別の来室者数と面接回数

学年		来室者数	面接回数
学部	1年	13人	96回
	2年	31人	350回
	3年	33人	310回
	4年～	58人	591回
大学院	修士1年	15人	119回
	修士2年～	29人	269回
	博士1年	0人	0回
	博士2年	2人	45回
	博士3年～	10人	217回
他	家族 (コンサルテーション)	20人	55回
	教職員 (コンサルテーション)	16人	30回
	卒業生 科目等履修生等	1人	2回
	その他	0人	0回
	合計	228人	2084回

表3 相談内容別の来室者数と面接回数

相談内容	来室者数	面接回数
学 業 (履修、単位、休学、退学など)	61人	464回
進 路 (進路選択、就職活動など)	28人	293回
対人関係 (友人関係、教職員との関係、家族との関係、恋愛など)	37人	264回
心身健康 (メンタルヘルス、気分の変化など)	57人	587回
心理・性格 (アイデンティティ、自分の性格など)	36人	410回
その他	9人	66回
合計	228人	2084回

2020 年度ご利用状況

表 1 学部・研究科別の来室者数と面接回数

所属		来室者数	面接回数
学部	商学部	11 人	125 回
	経済学部	21 人	321 回
	法学部	24 人	289 回
	社会学部	47 人	538 回
大学院	経営管理研究科	5 人	57 回
	経済学研究科	8 人	190 回
	法学研究科	10 人	77 回
	社会学研究科	14 人	174 回
	言語社会研究科	9 人	169 回
他	国際・公共政策 大学院	3 人	52 回
	卒業生・家族 ・教職員等	26 人	52 回
	その他	0 人	0 回
合計		178 人	2044 回

表 2 学年別の来室者数と面接回数

学年		来室者数	面接回数
学部	1 年	8 人	84 回
	2 年	16 人	226 回
	3 年	32 人	374 回
	4 年～	48 人	592 回
大学院	修士 1 年	11 人	177 回
	修士 2 年～	21 人	261 回
	博士 1 年	2 人	49 回
	博士 2 年	0 人	0 回
	博士 3 年～	13 人	226 回
他	家族 (コンサルテーション)	17 人	42 回
	教職員 (コンサルテーション)	9 人	10 回
	卒業生	1 人	3 回
	科目等履修生等		
	その他	0 人	0 回
合計		178 人	2044 回

表 3 相談内容別の来室者数と面接回数

相談内容	来室者数	面接回数
学 業 (履修、単位、休学、退学など)	36 人	400 回
進 路 (進路選択、就職活動など)	32 人	317 回
対人関係 (友人関係、教職員との関係、家族との関係、恋愛など)	24 人	284 回
心身健康 (メンタルヘルス、気分の変化など)	41 人	508 回
心理・性格 (アイデンティティ、自分の性格など)	37 人	484 回
その他	8 人	51 回
合計	178 人	2044 回

※2020 年度は COVID-19 の影響により学内への入構禁止・入構制限の期間がありました。

それに伴い、学生相談室でも Zoom や電話を用いたオンラインでの相談対応を開始しました。

ご利用方法

相談をご希望の方は、事前にご予約をお取りいただくとスムーズです。当日でもお受けできることもありますので、迷ったらまずご連絡ください。申し込みは来室、電話、E-mailのいずれからでも可能です。ご希望を伺い、ご予約日時を調整いたします。

※申し込み時、おおまかな相談内容をお尋ねいたします。もし話したくない（メールに書きたくない）という場合には、「人間関係」「学業」「体調」など項目でご回答ください。それも難しい場合にはその旨お伝えいただき、詳細は相談員に直接お話しください。

- 来室にてご予約の場合
場 所 西キャンパス 第二講義棟 1階
開室時間 10:00 ~ 17:00

- お電話にてご予約の場合
TEL 042 - 580 - 8147
受付時間 8:30 ~ 17:00

- E-mailにてご予約の場合
Address imakoko@ad.hit-u.ac.jp

①お名前、②ご所属、③学年、④ご連絡先（電話番号やE-mailアドレス）、
⑤相談希望日時（曜日・時間帯）、⑥おおまかな相談の内容をお知らせください。

※平日であれば一両日中にご返信を差し上げます。返信がない場合、不達の可能性があります。
再度メールいただくか、お手数ですが来室やお電話などでお問合せください。

- 1回の相談時間は約45分です。
- 月曜日～金曜日（祝日は閉室）[午前] 10:00 ~ 12:00 [午後] 13:00 ~ 17:00
上記の時間帯で相談をお受けしています。



学生相談室 **いまここ** だよ

第23号 2021年10月1日発行

発行・編集 一橋大学学生支援センター学生相談室

〒186-8601 東京都国立市中 2-1 西キャンパス第2講義棟 1F

TEL 042-580-8147 E-mail imakoko@ad.hit-u.ac.jp

Web サイト <http://www.hit-u.ac.jp/soudan/counseling/>

