



Student Advice and Counseling Center

[www.sacc.hokudai.ac.jp](http://www.sacc.hokudai.ac.jp)

北海道大学  
学生相談総合センター  
北海道大学 学生交流ステーション2F  
平日 9:00-17:00



Tel 011-706-7463 (学生相談室・アクセシビリティ支援室) 011-706-8001 (留学生相談室)[英語対応可能]

Mail yoyaku@sacc.hokudai.ac.jp aso@sacc.hokudai.ac.jp (学生相談室・留学生相談室) (アクセシビリティ支援室)



Student Advice and Counseling Center



北海道大学  
学生相談総合センター

相談は、人に頼る練習です。

## 相談は、 人に頼る練習です。

大学生活は、  
さまざまな変化にあふれています。  
これまで出会ったことのない困難や  
悩みが生まれることもあるでしょう。  
でも、大丈夫。  
大学生のうちに、相談する練習を始めましょう。  
社会に出たら、人と人は協力しあうのが当たり前。  
周囲の力を借りながら、  
できることを増やしていくことも  
「自立」の1つのかたちなのです。  
まずは人への頼りかたから、  
始めてみませんか。

## 学生相談室

北大生であれば、学年・学部に関わらずどなたでも利用することができます。学業、人間関係、性格、気分の落ち込み、進路など、大学生生活に関係する様々な悩みを、臨床心理士の資格を持った相談員と一緒に考えていきましょう。自分のことだけでなく「友人のことが心配」という相談でも気軽に利用してください。相談内容のプライバシーは尊重されます。安心してお越しください。



その他の悩みも、お気軽にご相談ください

## 留学生相談室

北大の留学生であれば、どなたでも利用できます。一人でも友人と複数でも、自分のことはもちろん、友人や家族のことでも相談してください。カウンセラーは、日本語、英語、中国語で対応ができる、留学経験のある臨床心理士です。留学生向けのカウンセリング、グループ、ワークショップ、また教職員向けのコンサルテーション(留学生対応に関する助言)や研修(FD・SD)も行なっています。



その他の悩みも、お気軽にご相談ください

## アクセシビリティ支援室

障害による学修や研究を行う上での制約や困難さの除去あるいは軽減するために必要な「合理的配慮」のサポートを行っています。合理的配慮は、個別のケース毎に変わってくるものであり、型にはまったルールがある、というわけではありません。相談はもちろん、支援機器等の貸し出し、障害のある学生のご家族の相談も受け付けています。相談員との対話を通して、学びの環境づくりをしていきましょう。



その他の悩みも、お気軽にご相談ください

## ピアサポート ユニットの紹介



学生相談部門(学生相談ピアサポート)



留学生相談部門(留学生サポート・デスク)



アクセシビリティ部門

## ピアサポーター募集中!

学生どうしの  
支え合いを行うピア  
サポーターを募集中!  
研修を受け、短時間  
勤務職員として給与  
が支給されます。授業  
の合間に活動に参加  
してみませんか?

