

北大生のための お助けガイド

相談先

何か困ったことは
ない？

北大には君をサポートする
組織がいっぱいあるよ！

フローチャートを使って
どんなサポートがあるのか
のぞいてみよう！！



北大祭公式キャラクター
ふっとう君

©2018北海道大学大学祭全学実行委員会

北海道大学

- ・学生相談室
- ・アクセシビリティ支援室
- ・留学生相談室

©2018 Hokkaido University

自分の生活全般に関わること、よくわからないこと→ I のフローチャートへ
学修・進路等に関すること → II のフローチャートへ

ゴールの数字が君に最適な相談機関を
示しているよ。
数字については裏表紙をチェック！

生活全般など

A) 健康に関して
B) 大学生活について
C) カルト
D) 学業と子育ての両立
E) その他(よくわからない)

①/⑨

Q 具体的には？

A) 金銭トラブル

B) 奨学金について

総合教育棟4番窓口
／各学部窓口

Q どのようにみつきたい？

A) 先輩のアドバイスが欲しい

B) 情報が欲しい

B

アルバイト: 北大生協／部活・サークル: ②
／ボランティア: 学生ボランティア活動相談室⑧

学習面

・自分の所属先の教員に相談
・所属先の教務窓口又は学務部国際交流課(学生交流ステーション1階)に相談
※北大HP「北大生のための留学ガイド」参照

Q どのように解決したい？

A) 話を聞いてほしい

B) 情報が欲しい

Q 誰に聞いてほしい？

A) 教員

B) カウンセラー

C) 先輩

③／学部・学科等
紹介(9月、2月)



★ どの窓口が担当かわからない場合は⑨または⑩へ、友達が心配で相談したい場合は、①へ相談してみよう！

① 学生相談室

進路、修学、対人関係、精神的なこと、生活全般について相談してみよう！（個人情報や相談内容の秘密は守られます。）

学生相談室(全学生対象)

時間：平日9時～17時（予約制）
場所：学生交流ステーション2階
電話：011-706-7463(受付)
E-mail: yoyaku@sacc.hokudai.ac.jp



☆一部の学部・大学院にも相談室がある☆

学部生も大学院生も利用できます。
ただし、自分の所属先のみ利用できます。

文学部・文学院 学生相談室

時間：右のQRコードで確認
場所：文学部管理棟2階
E-mail: letsoudan@let.hokudai.ac.jp



法学部・法学研究科 学生相談室

時間：左のQRコードで確認
場所：文学部管理棟2階
E-mail: letsoudan@let.hokudai.ac.jp



理学院 学生生活相談室

時間：水・金曜日10時～14時
場所：理学部本館2階 N215
電話：011-706-3716
E-mail: nayami@sci.hokudai.ac.jp



工学系部局 なんでも相談室

時間：火（15時～19時）・金（12時～17時）
場所：工学部R棟2階 R-216室
電話：011-706-7297
E-mail: nandemo@eng.hokudai.ac.jp
※利用方法、開室日・時間帯等については、HP（左上QRコード）でご確認願います。



国際広報メディア・観光学院 学生相談室

時間：第1,3,5月曜日 第2,4水曜日 9時～14時
場所：メディア棟6階 607室
電話：011-706-8091
E-mail: soudanshitsu@imc.hokudai.ac.jp



函館キャンパス 学生相談室

受付時間：左のQRコードで確認
場所：函館キャンパス厚生会館2階
電話：0138-40-5647
E-mail: soudan@fish.hokudai.ac.jp



留学生相談室(日本語・英語による相談)

時間：平日9時～17時（予約制）
場所：学生交流ステーション2階
電話：011-706-8001(受付/英語対応可能)
E-mail: yoyaku@sacc.hokudai.ac.jp



北大の学生サポート組織の紹介

※名称・時間・場所等は2026年4月1日現在の予定です。
変更の場合がありますので、利用前に確認してください。



② ピアサポート

(学生による学生のためのサポート)

先輩に学習・生活面について相談してみよう！

ピアサポートルーム(ピアサポーターが対応)

時間：平日12時～14時30分（予定）
場所：情報教育館2階



留学生サポート・デスク(多言語による相談)

時間：火・金 12時～14時（予定）
場所：学生交流ステーション1階
E-mail: supportdesk@sacc.hokudai.ac.jp



※休日及び学生の長期休業期間は閉室します。
2026年4月以降、名称や開室時間等が変わる可能性があります。

③ ラーニングサポート室

修学設計・学習サポートについて相談できるよ。

時間：平日12時～18時
電話：011-706-7526
E-mail: iso_office@high.hokudai.ac.jp
場所：情報教育館2階



④ アクセシビリティ支援室

障害のある学生への修学相談を行っているよ。

時間：平日9時～17時（予約制）
電話：011-706-7463(受付)
E-mail: aso@sacc.hokudai.ac.jp
場所：学生交流ステーション2階



⑤ ハラスメント相談室

ハラスメントや嫌がらせ等について相談を受け付けているよ。

時間：平日10時～17時
電話：011-706-2096, 2862
E-mail: soudan@general.hokudai.ac.jp



⑥ 保健センター

専門医による内科診療、精神衛生相談を行っているよ。

診療受付時間：平日13時～15時30分
応急対応時間：平日8時30分～17時
電話：011-706-5348



【精神衛生相談】

予約電話：011-706-5418(平日10時～16時)

カテゴリー

- 心の悩み：❤️
- 体の悩み：🟡
- 学修に関する相談：🟢
- 専門家への相談：🟡
- 先輩への相談：⭐️
- 情報提供：🔵

⑦ 図書館(附属図書館本館、北図書館、各学部図書館)

資料の探し方で困ったときは気軽に相談しよう！
（「レポートに必要な資料の探し方がわからない」等）
☆カウンターの職員さんに相談してみよう！
☆図書館のHPからオンライン上での相談も可能！
（「北大図書館 ask online」でネット検索）



☆レポートの書き方がわからないときは講習会を受けてみよう！
講習会の情報は図書館のHPやUnireで確認できるよ。

☆https://www.lib.hokudai.ac.jp/learning_and_teaching/learning_support/

⑧ 学生ボランティア活動相談室

時間：月・水・金 15時30分～18時30分
電話：011-706-2119
E-mail: hokubora@jimu.hokudai.ac.jp
場所：総合教育棟 N109



⑨ 総合教育棟 2番窓口(学務部学生支援課)

学生生活上の手続きに関すること全般。
どの窓口が担当か、わからない場合もこちらへ。
時間：

月・火・木・金：授業有 8:30～18:15 / 授業無 8:30～12:15・13:00～17:00
水：授業有 8:30～13:00 / 授業無 8:30～12:15
電話：011-706-7460 場所：総合教育棟1階

⑩ HOSSO(学務部学生支援課)

学生生活の悩みを「どこで」「どのように」解決できるかを案内するよ。
どの窓口が担当か、わからない場合もこちらへ。
時間：平日 9時00分～17時00分（昼休み13時00分～14時00分）
E-mail: hosso@academic.hokudai.ac.jp
場所：情報教育館1階



⑪ ダイバーシティ・インクルージョン推進本部

ダイバーシティに関すること、学業と子育ての両立、
女性のアカデミックキャリアなどについて情報が欲しい時
<https://www.dei.hokudai.ac.jp>
E-mail: office@dei.hokudai.ac.jp



※本パンフレットは、2018年学生参画プロジェクトとして学生相談室長の指導の下で北大生（内田志歩(法)、田中佑典(教)、平野未緒(教)、平山義規(農))が作成したものを毎年度更新しています。
※本パンフレットのキャラクター(ふっとう君)は、当時の北海道大学学祭全学実行委員会の許諾を得て使用しています。

