

2025年3月開室日

5(水)
10(月)
13(木)
17(月)
19(水)
26(月)
27(木)

こころ、性格、学修意欲といった疑問・相談をお聞きします
うまく話せなくても大丈夫です。ゆっくり整理しながら安心
や解決に近づけましょう

* 授業期間外は週1~2日(曜日不定)17:00 閉室

* 交通事情や自然災害などにより予告なく日時変更する場合があります

受付時間 10:00~12:00 / 13:00~16:50 (閉室 17:00)

笑うことの効果



人間はよく笑う動物です。気分や場面に応じて使い分けていて、ある研究者は笑いの種類を50種類も挙げています。今回は代表的なものご効果をご紹介します。

- 快の感情表現・・・心地よい、楽しい、嬉しいといった時の笑顔や笑いです。最も自然でその人らしく健康にも良いものです。素直な笑顔を増やしたいですね。
- おかしさ・・・冷静で完璧な人が道でつまづくのを見ると妙におかしく感じます。予想と違う展開や、急激に親しみが湧いたことに対して面白さが生まれます。
- 不安解消・・・ちょっとミスをした、などストレスがかかったときに心の衝撃を和らげるために「すみません、へへ」と笑いをを用いることがあります。笑ってのんきにしているように見えて、実は心の中で大慌てしているのかもしれない。

素直で素朴な、あなたらしい笑顔の多い3月をお過ごしください。

厚木キャンパス在籍の学生向けにサポートを行います

学生生活の疑問／学修の意欲向上／困りごとなど相談を受け付けています

相談方法 (来室・電話・meet から選択できます)

来室相談

- 直接来室するか、電話・メールで予約をしてください

電話相談

- 046-242-9939(直通)
- 予約なしで相談できます
- つながらない場合には時間や日にちを変えてかけ直すか、メールで下記をお知らせください。こちらからかけ直します。

① 氏名 ② 学籍番号 ③ 電話番号

meet 相談

- まずは各自の大学メールアドレス(～@st.t-kougei.ac.jp)から下記を記載し送信してください

① 氏名 ② 学籍番号 ③ 電話番号 ④ 希望日と時間帯(3つ程度)

問い合わせ

場 所 厚木キャンパス 13 号館 1 階

開 室 日 HP／コウゲイ.net に掲出

問い合わせ ☎ 046-242-9939(直通) / 046-242-9625(学生課)

✉ gakuseishien@office.t-kougei.ac.jp

*返信に数日要することがあります

🌐 <https://www.t-kougei.ac.jp/campuslife/ssc/>

