



## 新たな出会いを成長の糧に

学生の皆さんへ

新入生の皆さん、ご入学・ご進学おめでとうございます。在校生の皆さんも、新学期を迎えて新たな気持ちになっていることと思います。全ての学生の皆さんがこれから始まる生活への期待や希望に胸を膨らませていることでしょう。

皆さんは、これから新しい出会いを経験していくことと思います。既にある知識を吸収するだけではない、知識を生み出す学問・研究の世界に少しずつ進んでいくこととなります。人との対話や読書などを通じて、今まで知らなかったこと・価値観などに触れることもあるでしょう。また、課外活動やアルバイトに踏み出してみて、世界を広げる人もいるでしょう。そして、これらの新たな経験が、日々の生活を豊かにするとともに、大切な今後の財産になります。それまでしたことのなかった体験をすること、見た・聞いたことのなかったものを見る・聞くこと、考えたことがなかったことについて幅広く・深く考えてみること、こうした一つひとつのことが皆さんの成長につながると思います。進学・進級等、環境が大きく変わるということはそのような機会が多くなるということでもあります。皆さんにはこれからぜひ新しい出会いを受けとめ、それを味わい、日々の充実・成長の糧としてもらいたいと思います。新しく何かに出会ったときには戸惑うこともあることと思いますが、人には元々、変化に順応したり対処したりする力が備わっています。自力で変化に向き合い対処することにより、さらにその力が伸びることもあると思います。そして、自信がつく、自分をより誇らしく思えるということもあるでしょう。それはとても大切なことです。

しかし、大学生活の中には自力での対処が難しい変化もたくさんあると思います。自力で立ち向かうのが困難な状況にあるときは、誰かに相談したり誰かの力を借りたりするというやり方もぜひ取り入れてみてください。世の中には、自分のことは自分のことで解決しなければいけない、人の力を借りるのは恥ずかしいことであるといった価値観もあるようですが、人の力を適切に借りることや人の力になることが自立的な姿勢です。したがって、何かしらの相談が必要と感じたときは、学生相談・特別支援センターをご活用ください。スタッフ一同、学生の皆さんが充実した大学生活を送れるようにお手伝いをしたいと考えています。直接相談をしたい、話をしたいという方は下記まで遠慮なくご連絡ください。

また、東北大学学生相談・特別支援センターのホームページに、「充実した大学生活を送るためのヒント集」を掲載しています。大学生活を送る上での参考にいただければ幸いです。

学生相談・特別支援センター ホームページ：<https://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/>

学生相談所(学業、対人関係、心理面等、大学生活に関する様々な相談に対応しています)

TEL:022-795-7833 E-Mail(受付): [gakuso@ihe.tohoku.ac.jp](mailto:gakuso@ihe.tohoku.ac.jp)

特別支援室(障害のある学生の修学や学生生活上の困り事等について支援を行っています)

TEL:022-795-7696 E-Mail(受付): [t-sien@ihe.tohoku.ac.jp](mailto:t-sien@ihe.tohoku.ac.jp)

2025年4月1日

学生相談・特別支援センター スタッフ一同

