

April 5, 2016

Orientation Session for Incoming
International Students

For a Full Student Life at Tohoku University

Guide to Center for Counseling and Disability Services,
Counseling Services for Harassment, and Student Health
Care Center

東北大学での充実した学生生活に向けて

学生相談・特別支援センター，ハラスメント相談窓口，保健管理センター利用案内



Student life of international students : Stress and development

留学生の大学生活：ストレスと成長

- Every experiences in student life can be a good opportunity to grow yourself.
- Huge changes in values and communication can be stress.
- Develop skills to consult and to cope with stress.
- 学生生活のさまざまな経験は、自分が成長するチャンスに
- 価値観やコミュニケーションの大きな変化が、ストレスになることも
- 相談する力とストレスに対処する力を養っていこう

Worries and Troubles Which International Students Tend to Experience

留学生によくある悩みや問題

- Feeling Loneliness away from family and friends
 - Depression
 - Troubles with advisory professor or other students
 - Troubles about degree
 - Harassment
-
- 家族や友人と離れて暮らす寂しさ
 - 抑うつ気分
 - 指導教授や他の学生とのトラブル
 - 学位取得に関わるトラブル
 - ハラスメント

Communication with advisory professor is the most important

指導教員とのコミュニケーションは最も重要

- Because of **misunderstanding** and **lack of communication**, difficulties in course completion or degree can occur.
- It is important to **frequently discuss with advisory professor** to eliminate "ambiguity" .
- 誤解やコミュニケーション不足によって、修了や学位取得において困難が生じる場合がある
- 「あいまいさ」を解消するために、指導教員とよく話し合うことが大切

Feel Free to Consult When Something is Wrong

何か困ったことが生じたらお気軽にご相談ください

- If you feel stressed or worried about something, please feel free to consult with Counseling Office.
- Counseling sessions are free of charge.
- ストレスや心配事があったら、気軽に学生相談所にご相談ください。
- 相談は無料です。

1. Center for Counseling and Disability Services 学生相談・特別支援センター

The Center has two divisions.

- **Counseling Office** 学生相談所
- **Disability Services Office** 特別支援室

Website <http://www.ccds.ihe.tohoku.ac.jp/>

The screenshot shows the homepage of the Center for Counseling and Disability Services at Tohoku University. At the top left is the Tohoku University logo. To its right is the text '東北大学 学生相談・特別支援センター' and 'Center for Counseling and Disability Services'. On the top right, there are controls for text size (小, 中, 大) and contrast (A, AA). The main content area is split into two sections: a blue section for the Counseling Office (since 1956) and a green section for the Disability Services Office (since 2014). Each section has a 'HOME' button. Below the main sections are two columns of text describing the services. At the bottom, there are two rows of navigation buttons for '活動内容', '学生のみなさんへ', and '教職員のみなさんへ', along with '利用方法・アクセス', 'English', and 'リンク'.

TOHOKU UNIVERSITY

東北大学 学生相談・特別支援センター
Center for Counseling and Disability Services

文字の大きさ 小 中 大
コントラスト A AA

COUNSELING OFFICE
SINCE 1956
学生相談所
HOME

学生相談・特別支援センターは
こころ豊かな学生生活を
サポートしています。

特別支援室
HOME
DISABILITY SERVICES OFFICE
SINCE 2014

学生相談所では、学業、将来の進路、人間関係、性格、心の健康など、学生生活上のさまざまな悩みに関して相談に応じています。どうぞ気軽に利用してください。

特別支援室では、何らかの障害があることを理由に、修学・生活上のつまずきや問題点等を抱える方への支援を行っています。どうぞお気軽にご利用ください。

活動内容	学生のみなさんへ	教職員のみなさんへ
利用方法・アクセス	English	リンク

活動内容	学生のみなさんへ	教職員のみなさんへ
利用方法・アクセス	English	リンク

Counseling Office

学生相談所

- **Counseling Office** will take counseling appointments regarding all kinds of troubles in student life; study, career, interpersonal relationships, personality, mental health and so on.
- **学生相談所**では、学業、将来の進路、人間関係、性格、こころの健康など、学生生活上のさまざまな悩みについて、相談に応じています。



Disability Services Office 特別支援室

- **Disability Services Office** provides advice and support for students with visual, auditory, physical, internal and/or developmental handicaps.
- **特別支援室**では、視覚障害・聴覚障害・肢体不自由・内部障害・発達障害などの障害を有する学生のみなさんへの相談・支援を行っています。

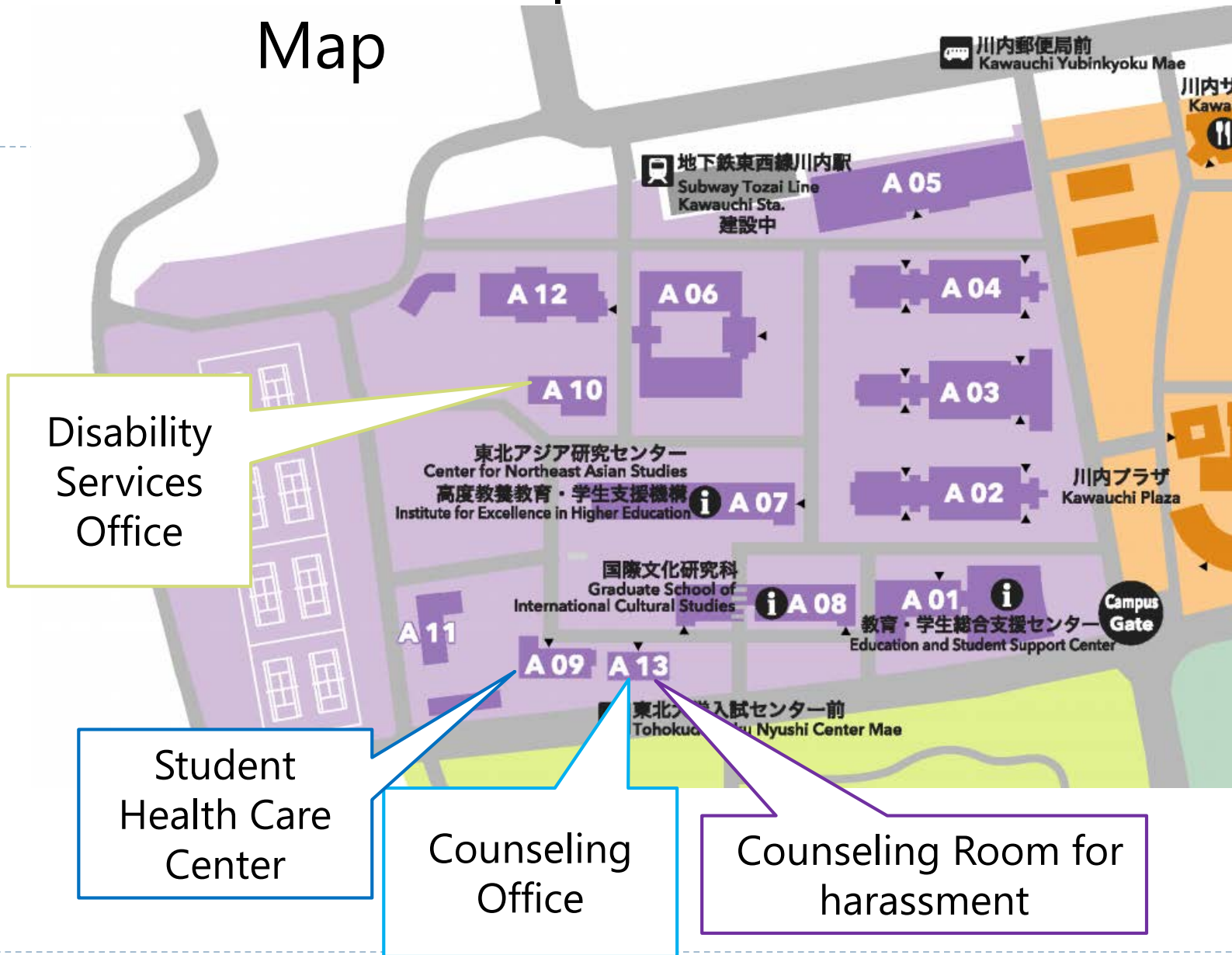


How to use Counseling and Disability Services

学生相談・特別支援センターの利用方法

- Make an appointment visit us directly or by phone or e-mail.
 - **Counseling Office**
 - **Tel: 022-795-7833 (only available in Japanese)**
 - **E-mail : gakuso@ihe.tohoku.ac.jp**
 - **Disability Services Office**
 - **Tel: 022-795-7696 (only available in Japanese)**
 - **E-mail : t-sien@ihe.tohoku.ac.jp**
- Open hours: Monday through Friday, 9:30 am to 5:00 pm, except for holidays

Kawauchi-Kita Campus Map



Interpreting Assistants 通訳支援

- If you want to consult in your native language or in English, you can ask “**interpreting assistants**” (Counseling office, Counseling Room for harassment).

- **Chinese, Korean, Spanish, German, English**

- 母語または英語での相談を希望する場合、「通訳支援」を依頼することができます。
- 中国語, 朝鮮語, スペイン語, ドイツ語, 英語

2. Counseling Services for Harassment ハラスメント相談窓口

What is Harassment ?

- “Harassment” means “bullying” or “abuse”.
For example,
 - “Some student in the laboratory says obscene words ,so I feel unpleasant...”
 - “Advisory professor repeatedly says words which deny my ability or personality, so I have troubles in mind and body...”

ハラスメントとは

- ハラスメントとは、いじめや嫌がらせに該当する言葉です。
 - 「研究室の学生で卑猥な発言をしている人がいて、不快に感じている」
 - 「指導教員から、能力や人格を否定するようなことを繰り返し言われて、心身に不調をきたしている」

2. Counseling Services for Harassment ハラスメント相談窓口

- If you are bothered by harassment, feel free to use our counseling services, immediately.
 - You will not be at a disadvantage by coming in for counseling, and we will strictly guard your privacy.
 - **Counseling Room for harassment**
ハラスメント全学学生相談窓口
 - Location: Next to Counseling Office
 - Tel: 022-795-7812 (only available in Japanese)
 - **Departmental Counseling Services**
部局相談窓口
 - Each faculty and graduate school has its own counseling services for harassment.
-

3. Student Health Care Center

保健管理センター

- Health consultation by Doctors
 - **Internal medicine** 内科
 - **Surgery** 外科
 - **Mental health** 精神科
 - **Dentistry** 歯科
 - Tel: 022-795-7829
 - Location: Next to Counseling Office
 - When necessary, the center recommend an appropriate hospital or clinic.
-
- 医師による診察が受けられます。
 - 場所：学生相談所隣
 - 必要があれば、適切な病院を紹介します。



Have a Fulfilling Student Life!



We hope your student life in Tohoku University will become an opportunity to your growth.

Thank you!