



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
機関がいっぱいあるよ！

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

北海道大学学生相談総合センター

- ・学生相談室
- ・アクセシビリティ支援室
- ・留学生相談室

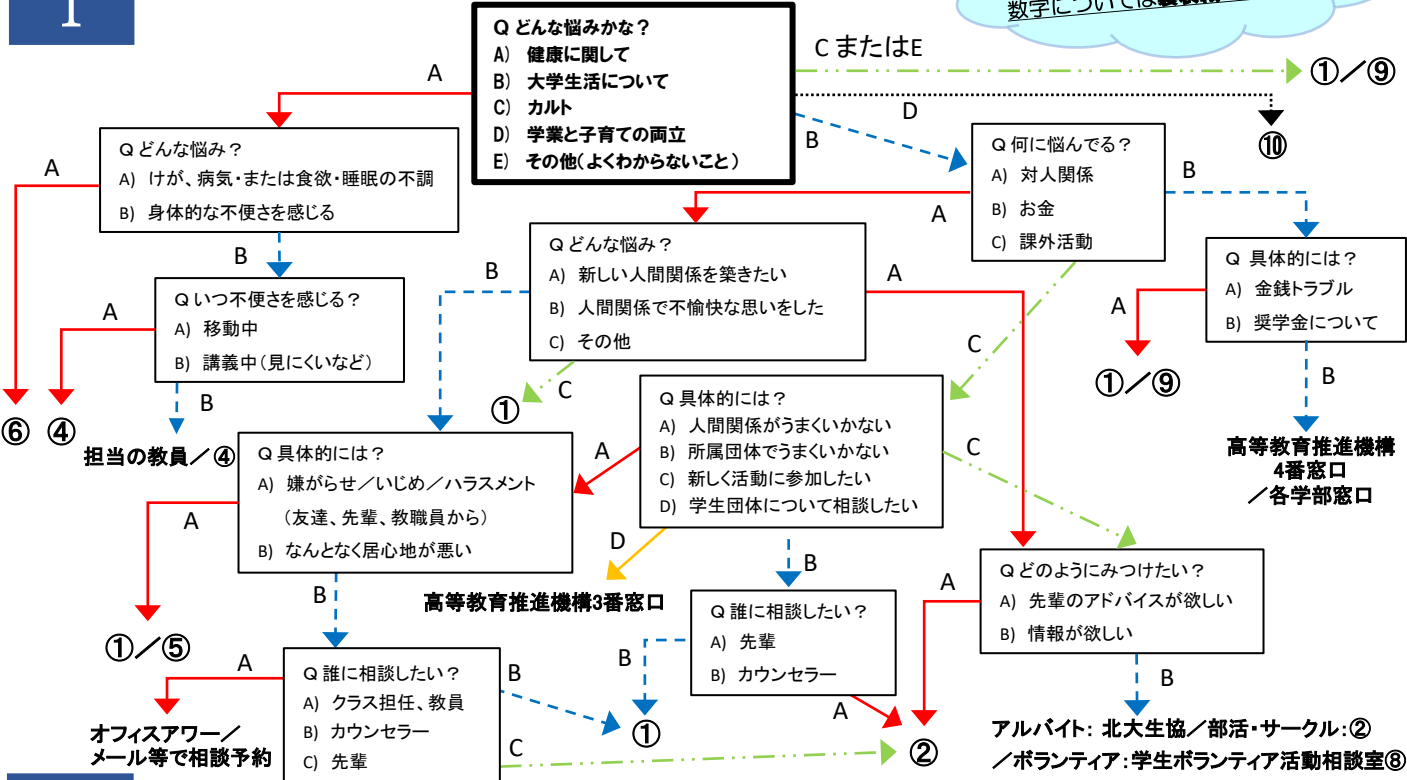
君は何について悩んでいるんだろう？

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・進路等に関する事 → 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！

I

生活全般など

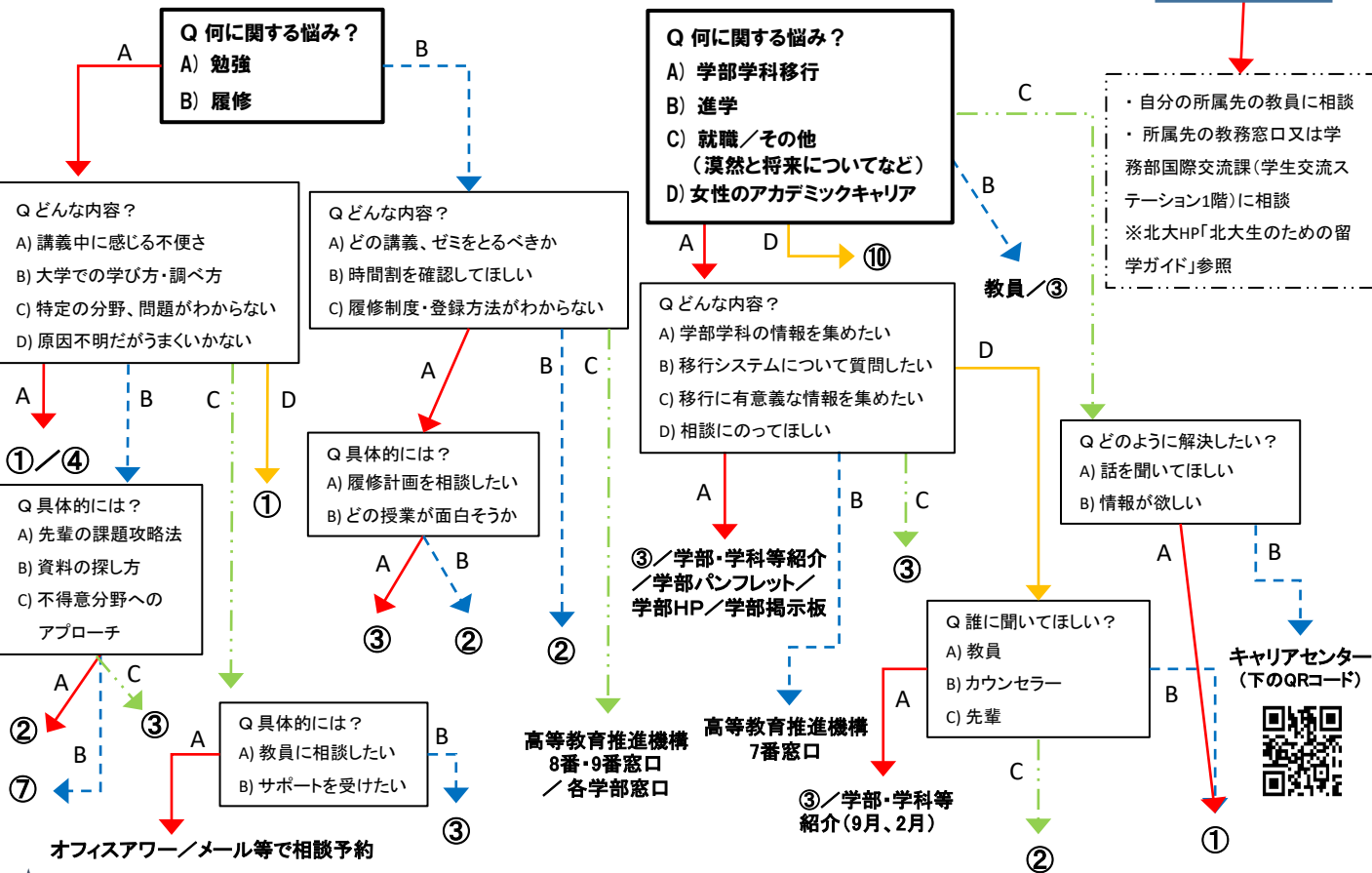


II

学習面

進路

留学



★ やっぱりよく分からない場合、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。)

学生相談総合センター 学生相談室

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



☆各学部にも相談室があるよ☆

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



理学部学生生活相談室

時間：火・木曜日13時～17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



(日本語・英語による相談)

学生相談総合センター 留学生相談室

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



北大のサポート機関の紹介

※名称・時間・場所等は2025年4月1日現在のものです。
変更場合がありますので、利用前に確認してください。



② 学生相談総合センター ピアサポートユニット

先輩に学習・生活面について相談してみよう！

学生相談ピアサポート

時間：平日12時～14時30分
場所：情報教育館2階「ピアサポートルーム」
電話：011-706-5350



(多言語による相談)留学生サポート・デスク

時間：平日12時～16時
場所：学生交流ステーション1階
電話：011-706-8071
E-mail：supportdesk@sacc.hokudai.ac.jp



※長期休業期間等は閉室します。また、閉室時間が変わることがあります。

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10時～18時15分(修学設計相談)
平日12時～18時15分(学習サポート)
電話：011-706-7526
E-mail：lso_office@high.hokudai.ac.jp
場所：高等教育推進機構2階
(修学設計相談E211、学習サポートE210)



④ 学生相談総合センター 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
電話：011-706-7463
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

セクシャル・ハラスメント、アカデミック・ハラスメント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

- 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、各学部図書室)

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ELMSで確認できるよ。

☆<https://www.lib.hokudai.ac.jp/>



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@jimuhokudai.ac.jp
場所：高等教育推進機構 N109



⑨ 高等教育推進機構 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：高等教育推進機構1階

⑩ 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)、田中佑典(教)、平野未綺(教)、平山義規(農))が作成しました。
※本パンフレットのふっとう君は、北海道大学大学祭全学実行委員会の許諾を得て使用しています。

