



## 休学したらどうなるの？

いしかわ まさのり  
石川 正憲 (医学医療系)

皆様の中には、休学を考えている方もいらっしゃると思います。「勉強はどうなるんだろう」「復学の時はどうしたらいいか」など分からないことだらけで不安になることも多いでしょう。実際国立大学では在校生の2.5%が休学しているといわれています。今回は休学について少しお話しします。

### いろいろな休学

休学にはさまざまな理由があります。最も多い理由は、“スチューデントアバシー”や“勉強への意欲がなくなった”“学業上の問題”などを含む消極的な理由が最も多く、これだけで全体の4割程度を占めるといわれています。次に多いのが、留学や研究調査、語学研修、インターンシップなどで積極的に休学するときです。その後は“経済的な理由”や“家族の介護”など自分以外の問題、さらに精神的な病気、身体の病気が原因となっているものが続きます。このように休学の原因はさまざまです。注意点は人によって異なります。

### 休学した方が良いのかな？

休学するかどうかに悩んだとき、いくつかポイントを押さえて判断しましょう。例えば積極的な理由で休学するときはそれ自体がメリットになります。勉強への意欲がなくなり、学業に消極的になっているときには、考える時間や学業以外のことができる時間ができます。心身の病気で通学出来ないときはゆっくり治療する時間ができます。

反対に、同学年の友人と学年が変わってしまい、友だち付き合いが減ることや焦りや重い目を感じるなどの心配、卒業が遅れる、就活で休学の理由を企業に説明しないといけないなどのマイナス面もあります。もちろん就業が遅れるので経済的にも負担が増えます。これらの点をよく考え、指導教官やクラス担任、両親とよく相談しましょう。初めて休学するときは誰もが手続きやルールについては知識がありませんので、各エリア支援室の職員に事前に手続きやルールについて質問に行くことも大事です。心身の病気がある場合は担当医や、学生相談のカウンセラーにも相談してよく考えて結論を出しましょう。

### 筑波大学における休学の手続きとルール

筑波大学では2ヶ月以上修学出来ないときは所属の学群長の許可を得て休学することができます。休学期間は1年以内ですが、休学可能な年限は合計3年までです。休学する期間は卒業に必要な年数や在学可能な年数に含まれませんので、在学出来る期間がどのようになるか、エリア支援室に確認しましょう。

休学を決めたら、所属のエリア支援室に行って「休学願い」の用紙をもらいます。事前にクラス担任または指導教官に承認を得ます。書類には担任の印が必要になります。また、心身の病気があれば診断書も必要になります。これらの必要な書類をもってエリア支援室に提出します。

復学もエリア支援室に書類を提出する必要があります。このため復学前にも同様に教官に相談しましょう。また、休学するときも復学するときも1ヶ月前(学類によっては2ヶ月前)に届け出る必要があるため、所属のエリア支援室に問い合わせてください。

### 休学中には何をすればいい？

留学や研究といった積極的な休学は問題ないでしょうが、そのほかの理由の場合はしばしば生活リズムを崩したり、周囲とのコミュニケーションが減りがちです。特に勉強などへの意欲がなくなり消極的に休学するときは、サークルやクラブなどを続けたり、大学内にある休学学生の居場所を利用するなどして、こもりがちにならないようにしましょう。心身の病気の場合は無理をせず、病気療養について保健管理センターに相談してください。

このほか学業に問題があるときは指導教官と相談し、休み中に取り組むと良い課題を相談すると良いでしょう。留学生が休学するときは、入国管理法上、3ヶ月以上休学するときは帰国する必要があるため、休学中のアルバイトができなかったりするので、留学生センターや各エリア支援室に在留資格について問い合わせてください。

休学といっても理由はさまざまです。分からないときは各エリア支援室に相談し、心身の問題が関係しているときは遠慮なく保健管理センターに相談にいらしてください。



ひとりで悩まず 保健管理センターへ

保健管理センター受付 029(853)2410  
学生相談室受付 029(853)2415