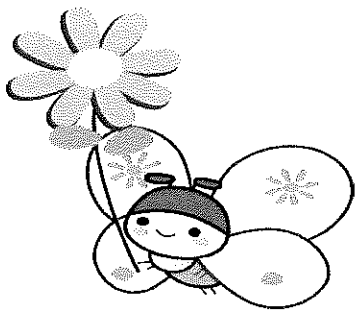
保健室のご案内

平成２６年４月

1　保健室

学生の皆さんの健康を保持し、増進させていくことを目的として、けがや疾病に対する応急措手当てや、定期健康診断の実施や健康管理のため指導・助言、救急時の病院の紹介などを行っています。 身体の調子がすぐれないときはもちろん、さまざまな相談にも応じていますので、遠慮なく来室してください。

皆さんが、有意義で充実した学生生活を送るためには、第一に“心身ともに健康である”ことが最も重要となります。「自分の身体は自分で守る」という自己管理の精神を養い、日頃からの健康管理に注意し、より良い学生生活を送りましょう。



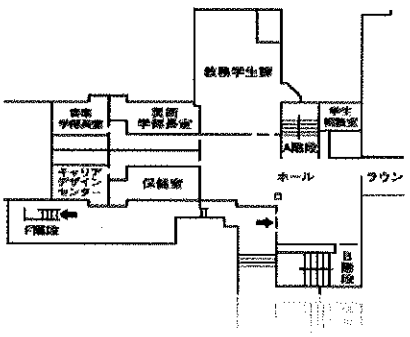
2　開室時間など

- ■　開室時間　　8:30～17:15（月～金）
  （土・日・祝日は閉室）
  原則として 13:15～14:15 は休室
- ■　スタッフ　　保健師
- ■　電話番号　　075－334－2212

3　保健室ではこんなことをしています

- ■　定期健康診断の実施
- ■　健康診断証明書の交付
- ■　身体計測・体脂肪率・血圧測定
- ■　アルコール体質テスト
- ■　応急処置や休養への対応
- ■　医療機関の紹介，健康・医療情報の提供
- ■　救急箱の貸し出し
- ■　保健室だよりの発行
- ■　禁煙サポート
- ■　こころやからだの健康相談（随時）
- ■　学生教育研究災害傷害保険・後援会医療費補助の請求
- ■　保菌検査の受付
- ■　学生相談室の受付　　など

場所　中央棟２Ｆ



保健室利用について・・・皆様の御協力お願いします！

☆救急時に病院へ受診していただく場合がありますので，保険証は常時携帯しておきましょう。
☆保健室内では，体調が悪い方が休養されている場合もあります。静かにお願いします。
☆保健室での休養は原則として１時間を目安にしています。状況を判断し、医療機関を受診していただく場合もあります。
☆保健室には，薬は置いていません。必要と思われる場合は，なるべく飲みなれた薬を持参してください。 特に生理痛がひどい，頭痛や腹痛をよく起こす，持病があるなど，普段飲んでいる薬がある人は常に持っておくようにしましょう。
☆おけがをされた場合，学内で起きたケガの応急処置のみとなります。継続的な手当が必要な場合，症状が続く場合は、医療機関を受診しましょう。

学生相談室のご案内

学生相談室は，メンタル面に関する相談だけでなく，大学生活全般に関する様々な問題・不安への対処や解決方法を一緒に考え，自分の力で乗り越えていけるようにサポートします。

一人でも，友達と一緒でも結構です。

相談内容の秘密は厳守しますので，安心してご相談してください。

☆相談したいときには☆

予約制になっています。保健室まで電話又は，直接お越しいただき予約を入れてください。

	開室時間	相談員
火曜日	１２時～１７時	谷口相談員（臨床心理士）
水曜日	１２時～１７時	山川相談員（臨床心理士）

※ 相談時間 ：１回　約５０分
※ 相 談 料 ：無　　料
※ ご相談の内容によっては継続した面接をします。
また，他機関を紹介する場合もあります。

予約・お問合せ先

保　健　室　TEL　０７５－３３４－２２１２
学生相談室　TEL　０７５－３３４－２１３０

こんなことで悩んでいませんか・・・

対人的なこと

◇ 友達・恋人との関係について　◇ 友達ができない
◇ 家族の問題　◇ 先生との関係について
◇ 対人トラブルにあっている　◇ いじめにあっている
◇ コミュニケーションが苦手　◇ 恋愛について
など

こころやからだのこと

◇ 体調が悪い　◇ 眠れない　◇ 気力ややる気がでない
◇ 不安や緊張が続く　◇ イライラする
◇ 性格について　◇ 頭痛・腹痛が続いている
など

学業・進路のこと

◇ 大学へ行きたくない　◇ 就職・進路への不安
◇ 休学・留年について　◇ 学生生活について
など

谷口相談員より

学生相談は『重おい悩みをもった特別な学生さん』専用ではありません。

気になることや困っていることについて気軽にお話しに来てください！

山川相談員より

学生相談は，「大学生活で感じていることを自由に話していい場所」です。

自分の思いを誰かに聞いてほしいという場合など，お気軽にご利用ください。お待ちしています！