

# 保健室だより

平成30年6月発行  
京都市立芸術大学  
保健室

6月に入り、梅雨の時期となりました。新入生は、大学生活にも慣れてこられたかと思います。気温の変化や、慣れない一人暮らしに、体調を崩される方もあるのではないのでしょうか？  
また、6月には大阪で地震が起こり、災害はいつ、どこで起こるかわからないことを実感しました。緊急時に対応できるよう、常日頃から備えを心がけましょう。

## 緊急時の対応

□学内で体調が不良となった場合  
保健室にはベッドが2台あり、御利用いただけます。

□学内でケガをした場合

ケガについては、応急手当のみ行います。薬は置いていません。念のため、病院を受診するようにしましょう。また、ケガをされた場合に、後援会医療費や学生教育研究災害傷害保険の適応となる場合がありますので、小さなケガでもまずは、下記まで申し出てください。ケガや病気に備え、健康保険証は、常時持ち歩くようにしましょう。

- 正課の授業中→担当教員, 教務学生課学生・国際担当, 保健室に申し出る
- 課外活動中→クラブ顧問, 教務学生課学生・国際担当, 保健室に申し出る

□通学途中にケガをした場合→教務学生課学生・国際担当, 保健室に申し出る

□交通事故にあった場合

すぐに警察に連絡し、救急車を呼び、救急病院へ行きましょう。事故直後は、気持ちが動転し、大丈夫と自己判断してしまうことがあります。後々症状がでてくることもあります。ケガの程度が軽傷でも、相手の免許証を見せてもらい、連絡先を聞いておきましょう。その場で示談しないようにしてください。

## 交通事故相談所

- 京都府交通事故相談所 075-414-4274
- 京都市交通事故相談 交通事故ご相談ダイヤル 075-256-2140

## 救急用品の備品の場所

- AED3台 ・教務学生課事務室前  
・体育館前  
・小ギャラリー前
- 担架 ・保健室  
・体育館
- 車いす 保健室前【自由にお使いください】
- 救急箱 保健室
- 松葉杖 保健室



## 総務省消防庁より「いざという時のために・・・」

WEB上でAEDの使用方法や心肺蘇生法，防災予防について学ぶことができます。スマホでも出来ますので，ぜひチャレンジしてみてください。

### □一般市民向け応急手当WEB講習


<http://www.fdma.go.jp/kyukyukikaku/oukyu/index.html>

### □e カレッジ 防災・危機管理

<http://open.fdma.go.jp/e-college/>

## 非常時の持ち出し品リスト（参考例）

もしもの災害に備えて，自分に必要な物をコンパクトにまとめておきましょう。

<b>情報収集用品</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・携帯電話（充電器を含む）</li><li>・携帯ラジオ（予備電池を含む）</li><li>・家族の写真</li><li>・緊急時の連絡先</li><li>・広域避難地図</li><li>・筆記用具</li></ul>	<b>清潔・健康など</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・救急セット</li><li>・常備薬</li><li>・タオル</li><li>・トイレットペーパー</li><li>・着替え</li><li>・ウエットティッシュ</li></ul>	<b>貴重品</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・現金</li><li>・車や家の予備の鍵</li><li>・予備のメガネ・コンタクトレンズ</li><li>・銀行口座・生命保険契約番号</li><li>・健康保険証</li><li>・印鑑</li><li>・母子手帳</li></ul>
<b>便利品など</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・防災ずきん・ヘルメット</li><li>・レジャーシート</li><li>・笛やブザー</li><li>・万能ナイフ</li><li>・ビニール袋</li><li>・軍手，手袋</li><li>・簡易トイレ</li><li>・マスク</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>・毛布</li><li>・懐中電灯</li><li>・雨具</li><li>・給水袋</li><li>・マッチカライター</li><li>・使い捨てカイロ</li><li>・スリッパ</li><li>・アルミ製保温シート</li></ul>	<b>食料など</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・非常食</li><li>・飲料水</li></ul> <b>その他</b> <ul style="list-style-type: none"><li>・紙おむつ</li><li>・生理用品</li><li>・粉ミルク，哺乳瓶</li></ul>	

## 防災に関する情報

お住まいの自治体の避難場所などを確認しておきましょう。下記の HP に情報が掲載されています。

☆京都市情報館 暮らしの情報防災

☆大阪防災ネット（大阪府）

☆ひょうご防災ネット（兵庫県）

## 大学近隣の救急対応病院

病院名	住所	電話（代表）
京都第二赤十字病院	〒602-8026 京都市上京区釜座通丸太町上ル春帯町 355-5	TEL. 075-231-5171
京都府立医科大学付属病院	〒602-8566 京都市上京区河原町通広小路上ル梶井町 465	TEL. 075-251-5111
京都市立病院	〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町 1-2	TEL. 075-311-5311
洛西シミズ病院	〒610-1106 京都市西京区大枝香掛町 13-107	TEL. 075-331-8778
洛西ニュータウン病院	〒610-1142 京都市西京区大枝東新林町 3-6	TEL. 075-332-0123
京都桂病院	〒615-8256 京都市西京区山田平尾町 17	TEL. 075-391-5811
西京都病院	〒615-8231 京都市西京区御陵溝浦町 24	TEL. 075-381-5166
三菱京都病院	〒615-8087 京都市西京区桂御所町 1	TEL. 075-381-2111