



学生・教職員

# 健康相談室だより



2018年4月  
学生・教職員健康相談室

新入生の皆さん、入学おめでとうございます。これからの大学生活でいろいろな経験を積みかさねていって下さい。大学では高校とは違い、履修手続きや掲示板の確認など自分で行う事が多く、戸惑う事があるかもしれません。一人で困ったり悩まず、出来るだけ早くに誰かに聞いたり相談する習慣をつけて下さい。

在学生や教職員の皆様は新年度をどのように迎えましたか？校舎や部署の異動があった方もいると思います。自分のペースを掴み、少しでも早く充実した毎日を送れるといいですね。

学生・教職員健康相談室では、皆さんの健康な学生生活や就労環境をサポートするために、既に起こっているけがや病気トラブルに対応するだけでなく、病気の予防や健康相談・メンタルヘルス相談にも取り組んでいます。気軽に相談に来てください！



## 学生・教職員健康相談室ってどんな事をしているのですか？

→主に3つの組織から構成され、それぞれが連携しながら皆さんの健康をサポートしていきます。

### <1> **保健室** (大宮キャンパス・豊洲キャンパス・芝浦キャンパス)

各キャンパス保健室には看護師が在籍しています。体調不良や突然のケガ、健康に対する心配や悩み事がある場合などは、遠慮せず保健室をご利用ください。

- 看護師が対応し、皆さんのからだについてご相談に乗ります。
- 必要時には応急手当をして、症状に合わせて医療機関の情報提供をします。  
※保健室にお薬は置いていません。
- 体調によってはベッドで休養する事もできます。
- 身長・体重や血圧、握力測定もできます
- 月1~2回学校医が来室し、健康相談を実施しています。身体面で気になる事があればぜひご相談ください。

- 毎年1回の健康診断(学生および教職員)の運営を行っています。
- 救急法や献血等各種イベントも実施しています。
- 健康情報の発信として定期的に「健康相談室だより」を発行しています。

今後も学内HPや掲示板等で皆さんに情報をお知らせしていきますので、ぜひご確認ください！

保健室スタッフは、学生・教職員の皆さんが健康的に学生生活を過ごせるよう、サポートして行きます。何か気になる事があればお気軽にご来室ください！



### <各キャンパス保健室の開室時間>

	場所	平日	土曜日	学校医来室日	電話番号
大宮	2号館1階	9:00~19:00	11:00~17:00	月2回(木)	048-687-5113
豊洲	研究棟2階	9:00~19:00	9:00~15:00	月2回(木)	03-5859-7400
芝浦	1階	11:00~19:00	9:00~15:00 (隔週)	月1回(木)	03-6722-2635

※学校医来室日時につきましては、各キャンパス掲示板で確認、または保健室へお問い合わせ下さい。

※休業期間中など授業期間外は保健室開室時間が変更されます。その他、時間変更等が生じる場合がありますので、ご確認ください。

## <2> 学生相談室 (大宮キャンパス・豊洲キャンパス・芝浦キャンパス)

学生相談室では、学生の皆さんが大学生活を送る中で悩んでいることについて、ご相談にのっています。

### たとえばこんな悩みはありませんか？

- 勉強しても単位が取れない…何で？
- 最近、眠れない…
- 夜、バイトばかりしていて朝起きられず、今日も授業をサボってしまった…
- なんとなく将来が不安で…
- 周りの人とうまくやっていけない…自分がいけないの？
- 自分の性格がどうしても許せなくてイライラする！



### まずは気軽に相談してください！

- カウンセラーがご相談にのります
- 相談の内容によっては大学の先生や学生課などへ相談したほうがいいこともあるので、まずはお話しを伺って、そのお手伝いをします
- 必要に応じて、学校医や学外の相談・医療機関のご紹介をします
- 来室することが難しい場合は、電話でも相談できます



### <各キャンパス学生相談室の開室時間> ★開室曜日が多くなりました！（変更点は赤字で記載）

	場所	月	火	水	木	金	土	予約専用ダイヤル
大宮	2号館1階	9:00 - 19:00					9:00 - 15:00 (隔週開室)	048-687-5112 受付時間 平日9~17時 休み期間中は 時間が異なります。
豊洲	研究棟2階	9:00 - 19:00					9:00 - 15:00 (隔週開室)	
芝浦	1階	閉室	閉室	11:00 - 19:00	11:00 - 19:00	閉室		

※休業期間中など授業期間外は開室時間に変更されます。その他、時間変更等が生じる場合がありますので、ご確認ください。

## <3> ピア・スペース (大宮キャンパス2号館1階) (豊洲キャンパス研究棟2階)

### ピア・スペースではこんなことができます

#### ①休憩場所として使えます！

- 静かな場所で休憩したいな
- みんなとお昼ご飯を食べるのが苦手…どこで食べようかな

#### ②気軽に話しかけてください！

- 相談ってほどでもないけど、とりあえず誰かと話したい…
- 困ってはいるけど、どこに相談したらわからない！誰か教えて！
- 学生相談室の面談予約をしたい

### 専任カウンセラーとインテーカー（初回相談を受け持つ人）が常駐し、お待ちしております！

大宮キャンパス



豊洲キャンパス



### <ピア・スペースの開室時間>

大宮	2号館1階	授業のある月～金曜日：9:00～19:00 ※夏・春休みは開室日時が異なります
豊洲	研究棟2階	

※お問い合わせ※ 学生・教職員健康相談室 ※お願い：電話番号は通知しておかけ下さい。  
\*保健室\* 豊洲：03-5859-7400 大宮：048-687-5113 芝浦：03-6722-2635