



4月号

尚絅大学・尚絅大学短期大学部 保健室

令和6年 4月12日 発行

ご入学・ご進学、おめでとうございます！

いよいよ新学期が始まりましたね。この時期は、新しい環境に慣れず緊張が続き、自分が思っているより疲れているかもしれません。行事続きで忙しい時期ですが、規則正しい生活を心がけ、適度にリフレッシュするなどし、体調管理に気を付けましょう。

保健室について

＜場所＞九品寺キャンパス 1号館2階
武蔵ヶ丘キャンパス 管理棟1階

＜利用時間＞平日 8:30～17:15

※休業期間中の利用時間は8:30～16:15です。

※保健室不在の場合は学生支援課までご連絡ください。

保健室は、怪我や体調不良のときはもちろん、体や心の相談でも気軽に利用することができます。



保健室利用上の注意点

☆保健室内や周辺では、騒がないようにしましょう。

保健室には休養や相談している人がいます。

☆保健室では継続的な手当てはできません。

保健室での処置は応急処置です。その後の治療は、病院か家庭で行ってください。

☆保健室では、内服薬はお渡しできません。

保健室から内服薬を渡すことは、法律で禁止されています。必要になる可能性がある薬は、かかりつけ医師や薬局等に相談の上、各自で持参・管理してください。

☆健康保険証を所持しましょう。

緊急で病院に行く場合に必要です。保険証は日ごろから持ち歩くようにしましょう。

カウンセリングについて



尚絅大学では、臨床心理士によるカウンセリングを実施しています。カウンセリング時間は1人約1時間で、予約制となります。

予約受付は保健室で行っていますので、希望する方は、まずは保健室までお越しください。

カウンセリング実施日時

【九品寺キャンパス】

毎週木曜日 11:00～13:00

隔週水曜日 11:00～13:00

【武蔵ヶ丘キャンパス】

隔週木曜日 11:00～13:00

大学生の近くに潜む 様々なリスク…！



～「何かおかしい」その違和感を大切に！～

大麻や薬物の使用、市販薬の過剰摂取、飲酒トラブル、「闇バイト」での犯罪への加担、消費者被害、投資詐欺、過激派・宗教団体などによる正体を隠して（サークルやボランティア活動等を装って）の勧誘…など、大学生の身近には危険が潜んでいます。

特に長期休暇明けや新年度の開始時期は、新しい環境で生活を始める学生が多くなり、様々なトラブルや悩みを抱えやすい時期と言われています。悩みは一人で抱え込まず、誰かに相談することが大切です。身近な相談先の一つとして、保健室での相談や、カウンセリングも利用してくださいね。