



NCU保健管理センターだより【第6号】




新年度を迎えて

令和3年度の新学期がいよいよ始まりました。新入生の皆さんの中には、早速名市大に溶け込んで日々の学生生活を謳歌している方もいると思います。

一方で新しい生活になかなか慣れずに不安や戸惑いを感じながら日々過ごしている方もいるかもしれません。また在学生の皆さんの中には、昨年度充実した学生生活を過ごし、新学期を順調に迎えている方もいると思います。一方で思うような学生生活を過ごすことができず不安を抱えながら新年度を迎えている方もいるかと思ひます。

このようにそれぞれ特別な思いを持って新年度をスタートさせているかと思ひます。新学期が始まり、皆さんはいろいろな課題に取り組むことになると思ひます。保健管理センターでは、少しでも皆さんの学生生活が意義あるものになるよう、さまざまなサービスを用意しています。学生生活の中で困ったことがあった時は、遠慮なく保健管理センターをご利用ください。

山中 亮 先生（人間文化研究科 教授）



保健管理センターの利用案内

保健管理センターは、皆さんの心身の健康増進を図るために設けられているものです。こころやからだの相談、病気の予防や早期発見、ケガなどの応急処置などを行っています。皆さんの大学生生活をよりよいものにするために、お気軽にご利用ください。

☆利用時間 平日9時～17時（夏季・冬季休業中も利用できます。）

看護師が常駐し、応急手当や健康相談等を行います。休養のためのベッドもあります。

ただし、**カウンセラー、医師による相談は、以下の時間帯での予約制**になりますので、保健管理センターに、来室、電話又はメールでまず予約してください。

○カウンセラーによるよろず相談(1回50分) ※令和3年度前期

曜日	時間		担当
	午前	午後	
月	10:00～12:00	13:00～14:00	柴田 はるか先生（市大病院）
火	10:00～12:00	12:00～13:00	山中 亮先生（人間文化研究科・教授）
	—	13:00～16:00	柴田 はるか先生（市大病院）
水	—	16:20～17:20	中川 敦子先生（人間文化研究科・教授）
木	9:00～12:00	—	伊藤 嘉規先生（市大病院）
	—	13:00～16:00	柴田 はるか先生（市大病院）
金	—	13:00～14:00	山中 亮先生（人間文化研究科・教授）

○精神科医によるこころの相談（白石 直先生（医学研究科））

木曜9:00～12:00（カウンセラーによる相談後、必要に応じて行います。）

○内科医によるからだの相談（杉浦 知範先生（医学研究科）） 予約により行います。

☆その他 内服薬はお渡ししません。

桜山、田辺通、北千種キャンパスには、保健管理センター分室を設置しています。



学生定期健康診断について

健康診断は、毎年度、全員が受検する必要があります！

令和3年 4月7日(水)～4月11日(日)に滝子キャンパスの学生会館で実施します。

混雑緩和のため、個人ごとに健康診断の受検日時を指定しています。できる限り指定された日時で受検できるよう、日程調整にご協力をお願いします。なお、指定された日時で受検できない場合や体調不良で別日を希望する場合は、あらかじめ保健管理センターへご連絡ください。

※ あらかじめ、検尿キットの受取、書類の印刷・記入が必要です。忘れずに！！



新型コロナウイルスの対応について

感染症拡大防止に
ご協力ください



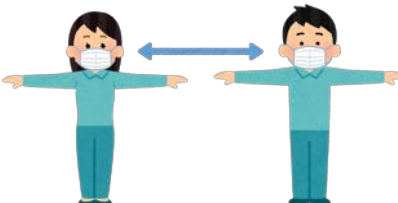


★ 新型コロナウイルス感染症とは

発熱や咳、強いだるさ(倦怠感)を訴える方が多いことが特徴です。一般的には、飛沫感染と接触感染で感染します。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。



厚生労働省
新型コロナウイルス
感染症について

★ 感染防止の3つの基本

<p>① 身体的距離の確保 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。</p> 	<p>② マスクの着用 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。</p> 	<p>③ 手洗い 家に帰ったらまず手や顔を洗う。人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替え、シャワーを浴びる。手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う(手指消毒薬の使用も可)。</p> 
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

★ 注意点

- ・ 毎朝、体温を測定して記録し、風邪の症状がないか確認をしてください。
- ・ 発熱、咳などの症状が見られるときは、学校を休んでください。その際は、所属の学部事務室へ連絡をしてください。

★ 相談・受診の目安 (これらに該当しない場合の相談も可能。)

少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐにかかりつけ医又は受診・相談センターへ電話で相談してください。

- ・ 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ・ 重症化しやすい方(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合(※ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)等の基礎疾患がある方や透析を受けている方等)
- ・ 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合(症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様。)

<名古屋市立大学保健管理センター(滝子キャンパス)>

HP:<https://www.nagoya-cu.ac.jp/education/healthcare/outline/>

電話:052-872-5881(内線:5881) メール:hoken@sec.nagoya-cu.ac.jp

* 相談の予約は、メール本文に氏名、所属学部・研究科・学年、学籍番号を記載してください。

* 公式Twitterから情報を発信しています。アカウント名:[@NCUHealthCenter](#) ぜひフォローしてね!

