

# ヘルスケアニュース

平成 23 年 4 月 25 日

大学生生活のスタートは順調にいらっしゃいますか？ 人が新しい環境に慣れるのには時間がかかっても不思議はありません。でも、新しい人間関係やこれまでの生活との違いからストレスをため込んでしまうことも起こります。そのサインは心や体の不調となって出てくるでしょう。そんなときは保健室や学生相談室を気軽に利用してください。必要などときには自分の体も心もきちんとケアしながら、充実した大学生生活を送れるようにしたいものです。これって、これからの社会人に求められることの一つかもしれませんね。

## 保健室の利用案内

保健室は月曜日～土曜日の毎日、午前9時～午後6時の間、開室しています。

定期健康診断

- ・ケガをした際の応急手当て
- ・体調不良時の休養・・・ベッド・薬(痛み止め、風邪薬等)も準備しています。
- ・健康に関する相談
- ・校医による健康相談(水曜日 14:00～16:00 要事前予約)



みなびきますこ  
船曳倍子看護師

かわらたにすえこ  
瓦谷末子看護師

保健室では医療行為は行えませんので、応急手当の後の診察・治療は病院、医院などの紹介をします。

## 学生相談室の利用案内

学生相談室は月～金曜日の毎日、午前10時～午後4時の間、開室しています。連絡先は下記を参照。



なんぶ まりこ  
南部真理子カウンセラー



むらやまみつあき  
村山満明カウンセラー



たむら ゆきこ  
田村由紀子カウンセラー

## 学生相談室イベント

学生相談室について学生に皆さんに広く知ってためのイベントも開催しますので、興味ある方は気軽にご参加ください。

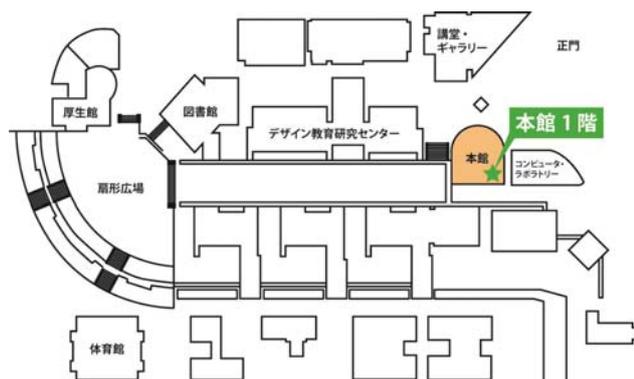
第1回 “パソコン・カラージュブレイ”をやってみよう 2011年4月26日(火) 11～15時

第2回 エゴグラムをやってみよう 2011年5月25日(水) 11～13時

第3回 箱庭を体験してみよう 2011年6月23日(木) 10～15時

※イベントについての詳細は、HP、ポスターをご覧ください。

## 保健室・学生相談室の場所・連絡先



保健室電話(078)794-3152(直通)

※学生相談室に関する問い合わせ等も保健室まで、学生相談室開室時間中はカウンセラーに取り次ぐこともできます。

学生相談室メールアドレス

student-counseling@kobe-du.ac.jp

