

10月 保健室の予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
	●学生相談● 10:00~13:00 授業スタート	●学生相談● 10:00~17:00 ◇精神科相談◇ 15:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00	●学生相談● 10:00~17:00	
7	8	9	10	11	12	13
	体育の日 	●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00 つのだ研修	●学生相談室会議●	鶴寿祭 
14	15	16	17	18	19	20
鶴寿祭 		●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00 留学生健康診断 13:30 会館2階	●学生相談● 10:00~17:00	
21	22	23	24	25	26	27
	●学生相談● 10:00~13:00	●学生相談● 10:00~17:00 ◇歯科相談◇ 13:30~15:00		●学生相談● 10:00~17:00 ◇内科相談◇ 13:30~15:00	●学生相談● 10:00~17:00	
28	29	30	31			
	●学生相談● 10:00~13:00	●学生相談● 10:00~17:00				

◆◆◆月1回、保健室で学校医の健康相談があります。◆◆◆ 

～学校医紹介～

- ・内科学校医: 須田 克幸医師
- ・歯科学校医: 池田 聡子医師

◆◆◆ 週4回、保健室で 学生相談 を行っています ◆◆◆

- ・学生相談: 加藤早苗カウンセラー (臨床心理士)



～ 秋は、読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋、おいしく食べて豊かに健康に ～

後期が始まりました。カレンダーを見ると今年もあと2ヶ月・・・あと残りの2ヶ月をどのように過ごしたいですか？
年始めに立てた目標、計画はいかがでしょうか？

新年に向けて、皆さんの思いを形にしていけるといいですね、応援しています。

朝夕の冷え込みが本格的になってきました。空気が乾燥し、のどを痛めやすいので風邪にかかりやすくなります。
大学時間に身体を戻しながら、体調管理に気をつけて生活しましょう。

《 10月10日は目の愛護デー 》

目は、ほんの小さな器官ですが、その人の心を表す窓であり、知識を吸収する窓であり、大切な役目をして
います。目の疲れを少なくするためには姿勢に気を付け、パソコン作業時は1時間行ったら10分程休憩をとる、
目の周囲にホットタオルをあてる等、自分の目をいたわる時間も作り、休ませてくださいね。

★お知らせ★ 定期健康診断の結果、0.7以下の方には再検査をお勧めしました ★お知らせ★

まだ再検査(または眼科受診)を行っていない方がいますので、再検査をしにきてください。

《 学生相談等の問い合わせ、予約は保健室0235(28)2817 または 学務担当0235(28)2804 まで 》

