

# 4月 保健室の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		《健康診断》 学部2・3年	《健康診断》 学部4年生 院2年、連2、3年	《健康診断》 3年次編入生 大学院1年、連1年	○学生相談○ 10:00～17:00	
7	8	9	10	11	12	13
	《ガイダンス》 《こころの健康セミナー》	○学生相談○ 10:00～17:00 つのだ不在		○学生相談○ 10:00～17:00 尿検査提出日～12時まで (健診時、未提出の人)	○学生相談○ 10:00～17:00	
14	15	16	17	18	19	20
	○学生相談○ 10:00～13:00	○学生相談○ 10:00～17:00		○学生相談○ 10:00～17:00 《留学生健康診断》	○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	精神科医相談	○学生相談○ 10:00～17:00	○学生相談○ 10:00～17:00	
28	29	30				
	昭和の日	退位の日				

## ◆ ◇ ◆ 今月は'健康診断'があります。必ず受けましょう!!! ◆ ◇ ◆

日程については、「農学部 学生健康診断日程」のポスターをご覧ください。

～ 健康診断を受診しない場合、健康診断証明書が発行できません ～

### ◇月1回、保健室で 健康相談 があります

- ・内科相談：須田 克幸医師（今月はお休み）
- ・歯科相談：池田 聡子医師（今月はお休み）

★友人と一緒にでもOK！気軽にいらしてください。

### ◇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）

### 2年生、新入生の皆さん、鶴岡キャンパスへようこそ！

農学部保健室は、学部と離れた農学部会館の横にあります。（食堂のとなり）

ケガの応急手当、体調不良、体重等測定したい時、相談がある時など気軽にいらしてください。

カウンセラーの先生もいらっしゃいます。心理検査、ストレスマネジメント、人間関係の悩み等、対応してまいりますので気軽にいらしてください。



### 呼吸を使ってリラックス

草木が芽吹き、色とりどりの花が開く春。

新年度の環境が変わる時期、ゆっくり深呼吸をして、気分を落ち着かせていきましょう。自分のこころもコントロールできるようになりますよ。

