

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
				●学生相談● 10:00~17:00 後期スタート	●学生相談● 10:00~17:00 つのだ不在	
4	5	6	7	8	9	10
	●学生相談● 10:00~13:00	●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00 院試	●学生相談● 10:00~17:00	
11	12	13	14	15	16	17
	●学生相談● 10:00~13:00 	●学生相談● 10:00~17:00		開学記念日 (休講)	●学生相談● 10:00~17:00	
18	19	20	21	22	23	24
	●学生相談● 10:00~13:00	●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00	●学生相談● 10:00~17:00	
			精神科医相談			
25	26	27	28	29	30	31
	●学生相談● 10:00~13:00	●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00	●学生相談● 10:00~17:00 ◇歯科相談◇ 13:30~15:00	

◆◆◆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。三密防止対策をとりながらの対面講義が始まり、今年は例年と違った緊張感があることと思います。

2年生は慣れない土地での生活に心細いこともあったのではないのでしょうか？

季節も過ごしやすい時期になりましたので、秋の味覚を味わい、紅葉してゆく景色を見ながら、鶴岡での生活が充実しますよう、願っております。

 《 10月10日は目の愛護デー 》 

今年度の健康診断では、視力低下の心配をする学生さんが多かったように思います。

目の疲れを少なくするには、姿勢に気を付け、パソコン作業は1時間たったら10分休憩をとる等、意識をして目を休ませてあげることが必要です。また目の瞬きの回数を多くして目を潤わせる、目を閉じる、遠くの景色を見る等、手軽にできることを日常に取り入れて実行してみましょう。

★お知らせ★

健康診断を受けていない方へ

★お知らせ★

日程調整をしたいと思いますので、メールまたは電話で連絡をください。

再検査(視力・尿検査)が必要な方も日程調整をしたいと思います。保健室から連絡があった際は、対応をお願いします。

《 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 》