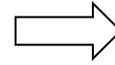


# 11月 保健室の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
鶴寿祭		●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00		
10	11	12	13	14	15	16
		●学生相談● 10:00~17:00		●学生相談● 10:00~17:00		推薦入試
17	18	19	20	21	22	23
		●学生相談● 10:00~17:00	◇精神科医相談◇	●学生相談● 10:00~17:00		勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
		●学生相談● 10:00~17:00	◇歯科相談◇ 13:30~15:00	●学生相談● 10:00~17:00		

## 健康診断証明書 について

視力検査で〈片目0.6以下〉、尿検査未提出の方は証明書の発行できません。



再検査が必要です。証明書が必要な方は早めに連絡をください。

今年度の健康診断を全く受検していない方は保健室では実施できません。医療機関で受けてください。

\* 健康診断は「学校保健安全法」に基づき、6月30日までとなっております。(再検査・特別な理由がある場合を除く)



## 健康相談： 歯科学校医：池田聡子医師 気になる症状がある方、ぜひ気軽にご利用ください。

### < マイコプラズマ肺炎に注意！ >

～山形県感染症 週報より～

全国的に報告数が増加しています。例年、秋冬に増加する傾向にありますが、今年は夏から急増！

- \* 感染経路：感染したひとの咳やくしゃみのしぶきによる飛沫感染、接触感染
- \* 潜伏期間：2～3週間と長く、家庭・学校・職場など
- \* 症状：発熱・全身倦怠感(だるさ)、頭痛  
乾いた咳(遅れてでることあり)、咳は熱が下がったあとも長く続くことが特徴  
ほとんどが軽症だがまれに重症化し、中耳炎・心筋炎など肺炎以外の病気が併発

### < 1月～3月にかけては… インフルエンザが流行のピークを迎えます！ >

#### 対策のポイント

- 手洗い：帰宅時、咳・くしゃみで口を押えた後、石鹸をよく泡立て、指先から手首まで。
- 適度な湿度・換気：空気が乾燥すると喉の防御機能が低下、罹患しやすい。湿度50～60%
- 十分な栄養・休養・睡眠を ■流行期の人混みは気を付けよう

■ワクチン接種を希望する場合は、早めに接種しよう。重症化予防！

#### かかったかなと思ったら

- 速やかに医療機関受診：発症2日以内に治療薬を処方(早期の抗ウイルス薬が有効)
- 無理せず休む  
・症状が軽くても無理をして登校・出勤することは禁物  
・発症5日を「経過し、かつ解熱後2日間は自宅療養しましょう。」
- インフルエンザ(その他の感染症含)に罹患した場合、大学に報告  
～状況把握のため、お願いします～

【感染症報告フォーム】



## 学生相談室： 加藤早苗カウンセラー(臨床心理士)

予約・問い合わせは 保健室 または 学務担当へ