

11月 保健室の予定

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



山形大学農学部保健室 山形大学農学部保健室 山形大学農学部保健室 山形大学農学部保健室 山形大学農学部保健室 山形大学農学部保健室

く インフルエンザが流行期に入りました！ >

～山形県感染症 週報より～

10月中旬より、報告数が流行目安をされる数値を上回り、昨年より3週早く流行期に入りました。インフルエンザは例年11月頃から報告数が増え、12月～3月まで流行が続きます。感染力が非常に強く、流行期が始まると短期間に多くの人へ感染が広がるため、注意が必要です。

インフルエンザとは

感染後、1～3日間ほどの潜伏期を経て

- 発熱(38度以上)・頭痛・全身倦怠感・筋肉痛・関節痛等の症状が比較的急速に現れるのが特徴
- 普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳等もあり
- 抵抗力の弱い方が感染すると重症化することがあり、注意が必要

予防用法

- インフルエンザワクチンには重症化を防ぐ効果あり。接種を希望する場合は、早めに接種しよう。
- 場面や状況に応じて、適切にマスクを着用しよう
- 帰宅後や咳・くしゃみで口を押えた後などは、石けんで丁寧に手を洗おう。
- 室内は適度な湿度(50～60%)を保ち、こまめに換気を行おう。

かかったかなと思ったら

- 十分な水分補給と休養：こまめに水分をとり、安静に休養・睡眠をとりましょう
- ・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】



感染症報告フォーム 感染症報告フォーム 感染症報告フォーム 感染症報告フォーム

■ 学生相談室： 加藤早苗カウンセラー・奥田綾子カウンセラー(臨床心理士) 予約・問い合わせは 保健室 または 学務担当へ