

健康管理センターだより

2017年4月発行 保健室

4月を迎え、新年度が始まりました。

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。

大学生になり、また、親元を離れ一人暮らしを始めたりと、新しい環境への適応をしなければなりません。

在校生の方も新たな学年となります。

みなさん、いいスタートになりそうですか？

生活リズムを整え、自分のペースを崩さないようにして、大学生生活を心身共に健康で過ごしてほしいと思います。

体調不良などの時には、我慢せず、保健室に相談に来てくださいね。

さて、今回は、4月実施の健康診断についての特集です。



健康診断はなぜ受ける必要があるの？

自分では「健康だ」と思っている、自覚症状がほとんどないのに、気づかないうちに病気がじわじわと進行している場合があります。健康診断は、そんな自覚症状のない段階で早期に気づくことができますので、予防につながります。健康診断は、自分自身の体の状態を知るための大切な手がかりになります。

また、学校保健安全法により、学生全員が、健康診断を受ける義務があります。

健康診断を受けなかったらどうなるの？

大学で、指定日時に行われる健康診断は、費用が発生しません。指定日時以外、自己負担で受診していただくこととなりますので、大学の指定日時に、なるべく健康診断を受けましょう！

健康診断を受けない場合は、大学からの健康診断証明書を発行できません。

健康診断結果が郵送で届いたら？

結果を確認し、自分の健康管理につなげましょう。

要医療以上の所見がある場合は、医療機関受診、または、保健室へ相談に来てください。必要時、医療機関を紹介します。

健康診断結果からわかることは何かな？

- * 身体測定→身長と体重の比率(BMI)
- * 血圧検査→高血圧(140個/90個)の場合は、別の病気が隠れている可能性など
- * 血液検査→貧血や感染症の有無、造血異常などの病気の可能性など
- * 尿検査→腎臓病や糖尿病の有無など
- * 胸部X線検査→肺や心臓の状態や異常のチェック。結核の有無など
- * 診察→心雑音、貧血、甲状腺腫張の有無、皮膚の状態や四肢の動きなどに異常がないかなど
- * 心電図(新入生のみ)→心臓の働きを知る、不整脈の有無など



健康診断の結果で有所見の場合は、保健室に相談、または、医療機関を受診し、結果票と同封の再検査結果報告書を保健室に提出してください。(9月末まで)

～相談室から～

ランチタイム毎日開催中！月曜～金曜のお昼の時間にランチタイムを行っています。ひとりで食べている人、面談室をのぞいてみませんか？

一緒におしゃべりしたり、黙々とたべるのもOK！気分転換になったり、ホッと一息できるかも♪(食べ物はカップ麺以外なら何でも可)

曜日&時間：月曜～金曜日の12:20～13:20(出入りfree)

場所：1号館1階 学生相談室(面談室)・南側通用口に入って右側

