

保健管理センターニュース

2024年3月

2024年度学生定期健康診断について

<学生のみなさんへ>

学生定期健康診断は、学校保健安全法に基づいて実施しています。全学生が受診してください。金沢八景キャンパスは学年ごとに受診日を指定しています。今から予定しておいてください。

4月9日（火）・10日（水）1年生（新入学1年生は時間を指定しています※）

11日（木）4年生・大学院生

12日（金）3年生・大学院生

15日（月）2年生・大学院生

※指定時間については、入学後に配布するスタートアップガイドに記載しています。

事前に YCU-Board で Web 問診を配信します。必ず「2024年度学生定期健康診断のお知らせ」に記載している、Web 問診回答締切日までに実施してください。なお、鶴見キャンパス、福浦キャンパスの日程を含めた詳細は、3月上旬に Web サイトに掲載しますので確認してください。



保健室での内服薬の取扱いについて

学生への内服薬授与を中止します

これまで、飲みなれた市販薬もしくは、かかりつけ医より処方された薬を常時携帯するよう伝えていましたが、持参し忘れた場合等に限り、普段内服しているものと同じ薬を渡すことがありました。しかし今後は、薬機法（「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保に関する法律」）に基づき、そうした場合も含めて授与はせず、近医の受診等を促していきます。

市販薬などの常備薬については、自分にあった一般用医薬品を安心して使用するために、専門家（薬剤師等）と自分自身で相談の上購入し、携行（携帯）してください。

通院・治療中の方は、緊急時に対応する薬について、かかりつけ医へご相談の上、携行（携帯）してください。急な発熱や頭痛・腹痛等の体調不良の時は、適切な医療機関への受診を案内します。引き続きケガ等の応急処置、ベッドでの休養、健康相談はこれまでどおり行っています。



できなかったことより、できたことに目を向ける

今年度もあと1か月たらずとなりました。学生にとっては公開された成績やこれまでの取り組みを振り返り、来年度の準備をはじめの時期かと思います。

真面目でなにごとも一生懸命にやろうとする人は、自分について振り返るとき、ついつい評価が厳しくなりがちです。よくあるのが「できなかったこと」を特に重要視したり、「失敗の原因は自分にある」と考えたり、物事を「100か0か」で見たり、といった傾向です。しかしこういった傾向が強くなりすぎると、評価が正確でなくなるばかりか、自己嫌悪に陥ったり、次のチャレンジが怖くなったりしてしまいます。

もし上記の傾向に心当たりがあるならば、「できたこと」に目を向けたり、「運や相性で失敗することもある」と考えたり、「7割ならまあまあ上出来」と思うようにしてみるとよいでしょう。ポジティブな自己評価が自信になり、結果としてよいパフォーマンスに繋がるかもしれません。

近づきつつある新年度、できるだけ気持ちを楽にして迎えたいですね。

キャンパス相談案内

学生・教職員からの相談を受けています

総合窓口【問い合わせ・申込】

Tel 045-787-2039

Mail soudan@yokohama-cu.ac.jp

（保健管理センター 金沢八景キャンパス）

<心理士相談対応時間>

| | | |
|--------------|------------------------|------------|
| 金沢八景キャンパス | 月～金 | 9時～17時 |
| 福浦キャンパス・附属病院 | 月・火・木・金 | 12時15分～17時 |
| 市民総合医療センター | 原則 火 or 水 | 13時～17時 |
| 鶴見キャンパス | 1～2日/月(月末に翌月の開室案内をします) | |
| 舞岡キャンパス | 随時 | |

*詳細はお問い合わせください