

# 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	4	5
		●学生相談● 10:00～17:00 後期スタート		●学生相談● 10:00～17:00 院試	●学生相談● 10:00～17:00 つのだ不在 	山大農場フェス
6	7	8	9	10	11	12
	●学生相談● 10:00～13:00	●学生相談● 10:00～17:00		●学生相談● 10:00～17:00	●学生相談室会議●	
← つのだ出張のため 不在 →						
13	14	15	16	17	18	19
	体育の日 	開学記念日 (休講) フットサル大会	◇歯科相談◇ 13:30～15:00	●学生相談● 10:00～17:00	●学生相談● 10:00～17:00 防災訓練	
20	21	22	23	24	25	26
	●学生相談● 10:00～13:00	即位礼正殿の儀	精神科医相談	●学生相談● 10:00～17:00 留学生健康診断 13:30 会館2階	●学生相談● 10:00～17:00	
27	28	29	30	31		
	●学生相談● 10:00～13:00 つのだ不在	●学生相談● 10:00～17:00		●学生相談● 10:00～17:00		

## ◆◆◆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 ～

後期がスタートして、大学内も学生さんたちの活気が感じられ嬉しく思います。今年はだいぶ寒暖差が激しく、体調を崩しやすい気候ではありますが、皆さん、いかがでしょうか？  
これから農場フェスに始まり、フットサル大会、鶴寿祭とイベントが続きます。秋の味覚、秋の時間を楽しみながら過ごしていきたいですね。

大学時間に身体を戻しながら、体調管理に気をつけて生活しましょう。

## 《 10月10日は目の愛護デー 》

目は、ほんの小さな器官ですが、その人の心を表す窓であり、知識を吸収する窓であり、大切な役目をしています。目の疲れを少なくするためには姿勢に気を付け、パソコン作業時は1時間行ったら10分程休憩をとる、目の周囲にホットタオルをあてる等、自分の目をいたわる時間も作り、休ませてくださいね。

★お知らせ★ 定期健康診断の結果、0.7以下の方には再検査をお勧めしました ★お知らせ★

まだ再検査(または眼科受診)を行っていない方は、再検査をしましょう。

《 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 》

