

健康管理について

学生の健康管理のお手伝いや大学生活の中で生じる心と体の悩み相談に応じるための専門施設として山形大学保健管理センターがあります。

1. 入学までのチェックポイント

(1) 自分の体を知ろう、視力を適正にしましょう

これからは自分の健康は自分で管理しましょう。そのためには、まず自分の体をよく知ることが大切です。父母等（保証人）から母子手帳をみせてもらって、麻疹（はしか）や風疹等に幼い頃罹患したか、あるいは予防接種をいつ受けたかなどを確かめておきましょう。

最近の視力がC（0.3～0.6）あるいはD（0.2以下）の人はすぐに矯正しましょう。日頃の勉学はもちろん運転免許取得などにも差し支えます。入学後すぐに視力検査があります。

(2) 健康保険証、体温計、常備薬を用意しましょう

健康保険証は、常に携帯しておくようにしましょう。

体温は、健康状態のバロメーターです。体温計は、健康を守る必需品ですので、必ず体温計を準備してください。元気な時に「日中の平熱」を確認しておきましょう。体調に異変を感じた時は、まず体温測定をしてみて平熱と比較してみましょう。

生理痛がひどい場合や頭痛を生じやすい場合等、急に薬が必要になる恐れのある人は、いつも薬を携帯するようにしましょう。

(3) 持病がある人は今後の方針を決めましょう

父母等（保証人）と別居する人は、今までどおり地元で治療を続けるか、あるいは山形の医療機関に移るかを入学前に決めてください。

山形で治療したい場合には、今まで診てもらってきた医師にあなたの希望を伝えた上で、病気の経過や最近の治療内容などについて「紹介状」を書いていただきましょう。従来と同じ内容の治療を続けるために必須です。

地元で治療したい人も「紹介状」を書いていただき、保険証と一緒に持っていることを勧めます。山形にいる間に悪化した時などの備えになります。

2. 学内における感染症予防についてご協力のお願い

(1) 新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ感染対策について

学内での感染拡大防止のために、健康管理に徹するようお願いいたします。体調が悪い場合や不安を抱いている時は、必ず保健管理ナースセンター室（TEL：023-628-4154）へ連絡してください。また、新型コロナウイルス感染症等の感染症に感染した場合は、保健管理センターホームページに掲載されている「感染報告フォーム」（<https://www.yamagata-u.ac.jp/hoken/form/>）より速やかに報告してください。

(2) 麻疹（はしか）等の感染予防対策について

山形大学では、学内での集団感染予防のために入学後のWeb問診にて麻疹・風しん・水痘・流行性耳下腺炎（おたふく）の罹患歴及び予防接種歴を確認しております。その際に、これまでの予防接種歴が記載されている母子手帳または予防接種証明書のコピーを提出していただきますので、ご準備くださいますようお願いいたします。

また、麻疹は感染力が強いので、ワクチン接種を2回したことがない方や麻疹に罹患したことがない方は、感染するリスクがありますので、ワクチンを2回接種しましょう。

教員免許取得予定の学生については、入学後及び教育実習前の健康診断時に麻疹抗体価検査を実施いたします（検査料実費負担）。

なお、医学部学生については、入学時に麻疹・風しん・水痘・流行性耳下腺炎の4種抗体価検査を実施いたします（検査料実費負担）。また、B型肝炎についても予防接種歴を確認いたしますので、併せて母子手帳または予防接種証明書のコピーをご準備くださいますようお願いいたします。

3. 父母等（保証人）の皆様へのお願い

(1) 体の情報を本人にお伝えください

健康を守るのは自分だという自覚を持つべき時期です。

その第一歩として自分の体を知ることからご指導願います。ぜひ母子手帳を見せてあげてください。麻疹（はしか）や風疹等に幼い頃罹患したかあるいは予防接種をいつ受けたかなどをご一緒に再確認してください。

最近の視力がC（0.3～0.6）やD（0.2以下）の場合は早急に矯正させてください。入学後すぐに健康診断がありますので必ず受けるように指導願います。なお、健診結果については本人に直接通知します。

(2) 健康保険証を体温計と一緒に本人に持たせてください

(3) 紹介状を持たせてください

病気治療中の場合、定期的に経過観察している場合などには、今後の方針等を当地の医療機関に引き継ぐ場合に必要です。地元で治療等続ける場合にも、当地や出先での急変などの不測の事態への備えとなります。

保健管理センターのご案内

保健管理センターは、あなたの心と体の健康管理のお手伝いをする専門施設です。お気軽にご利用ください。医師，看護師，カウンセラーがご相談に応じます。

(1) からだの健康に関して

① 健康診断

毎年必ず受診しましょう。日時については、キャンパス内掲示板及び大学のホームページでお知らせします。

② 健康相談

自分の体や健康が心配な時や医者を紹介してほしい時など、日常的な健康上の問題について、医師と看護師が毎日相談に応じています。

③ 応急処置・休養

怪我をした時や急に具合が悪くなった時など、医師・看護師が応急処置をします。必要に応じて医療機関を紹介いたします。

④ 看護師による健康相談

風邪，食事，睡眠など一般的なことから，生理不順，生理痛など性に関する相談まで個人的な健康相談を毎日行っております。個人のプライバシーには十分に配慮していますので，お気軽にご利用ください。

⑤ 自己計測

自動身長体重計，自動血圧計，自動視力計，体組成計が当センター1階ロビーに設置されております。自由に測定していただき健康管理にお役立てください。

⑥ 健康診断証明書発行

定期健康診断を全項目受け基準に達した場合に，証明書自動発行機で受領できます。

(2) こころの健康に関して

悩みごとや問題に対して自分で解決できるように，学生相談室の専門のカウンセラーと一緒に考えてくれます。お気軽にご利用ください。

<保健管理センター（小白川キャンパス）>

利用時間：8時30分～17時（土・日曜日，祝日及び年末年始，夏季休業等，本学が定める休業日を除く）

T E L：(023) 628-4154（ナース室）

E-mail：yu-nsroom@jm.kj.yamagata-u.ac.jp

ホームページ：https://www.yamagata-u.ac.jp/hoken/

