

1 定期健康診断を受けましょう

学校保健安全法に基づき、毎年4月には定期健康診断を実施します。自分の健康管理の目的以外に実習や就職に必要な健康診断証明書を発行するために大切なので、必ず受診しましょう。

実施については、各学科・学年ごとの指定日をユニバーサルパスポートや掲示にてお知らせします。

健康診断の結果は、ユニバーサルパスポートにて確認できます。

2 応急手当

学内において、けがをしたり、体調が悪くなったりしたときは、看護師が常駐している保健室を訪ねてください。

保健室で処置できない場合は、医療機関への紹介も行います。また、気分の悪いときなどに休養するためのベッドもありますので、利用してください。

3 自分の健康保険証を手元におきましょう / 予防接種歴の確認も忘れずに

保護者の居住地から離れて、寮や一人暮らしをする学生は、万一の病気やケガに備え、健康保険証を手元におきましょう。健康保険証が1世帯1通の場合は、遠隔地被保険者証を発行してもらいましょう。その場合、健康保険証の発行元（市区町村役場又は保護者勤務先等）に在学証明書等を添えて申請が必要となります。なお、健康保険証が1人1枚の個人カード化となっている場合は、申請は不要です。

また、マイナンバーカードを取得し、マイナポータルアプリから利用登録を行うことで、マイナンバーカードを健康保険証として利用することもできます。

〈予防接種歴の確認〉

母子健康手帳には、予防接種歴が記載されており、各実習や留学の際に必要なことがありますので、母子健康手帳の予防接種歴のコピーを所持しておくことをお勧めします。

4 健康相談

対面、電話等での相談を受け付けています。

予約は必要ありませんが、しっかりと話を聞いてほしいといったときには事前にメールで予約しておいてもらえると時間をとりやすいです。

健康相談申込メールアドレス：hoken@h-bunkyo.ac.jp

保健室直通電話：082-814-9121

5 健康チェック

身長や体重の測定，血圧測定，体脂肪測定，視力測定ができます。
セルフチェックの場として積極的に活用してください。

6 AEDについて

AED（自動体外式除細動器）とは，心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態（心室細動）になった心臓に対して，電気ショックを与え，正常なリズムに戻すための医療機器です。2004年7月より医療従事者ではない一般市民でも使用できるようになり，本学では，大学事務局外（中庭側），体育館入口，総合グラウンド，寮の入口の4か所に設置しています。

もし，意識がない，息・せき・体の動きがない→このような人が倒れている場面に遭遇したら，すぐに119番通報すると同時にAEDを準備するよう，周りの人に伝えてください。

近くに緊急用電話（インターホン）がある場合は，受話器を取って呼び出してください。事務局と保健室につながり会話ができます（P.253～校舎配置図の★印に緊急連絡用電話があります。）

7 禁煙の取組について

本学では大学敷地内全面禁煙に加え，大学敷地外周辺も禁煙区域です

本学は「敷地内全面禁煙」です。喫煙は，喫煙者自身のみならず，受動喫煙等により非喫煙者の健康をも害するものです。このような喫煙に関わる被害の防止に努めることは，未成年の学生を含め，多くの人々が集まる公共性の高い場である大学として当然の責務です。

保健室では「禁煙したい！」と考えている学生を応援します。禁煙を考えられている方は，保健室へお越しください。禁煙するか迷っている方もお気軽に御相談ください。

8 感染症等に罹患した場合の取扱いについて

学校保健安全法（学校保健安全法施行規則第18条）で定めている表（学校感染症の種類及び出席停止期間）の感染症に罹患した場合には，学生サポート課又は保健室に，電話等で報告してください。

登校する場合は，診断書または治癒証明書（診断名，出席停止期間，登校許可月日が明記されていること）を欠席届と一緒に学生サポート課へ提出してください。また，証明書の写しを欠席した授業の担当教員に提出してください。

※新型コロナウイルス感染症・インフルエンザに関しては，別途ユニバーサルパスポートからの指示に従ってください。

※第三種，その他の感染症に罹患した場合は，主治医から感染のおそれがあるため，登校を控えるように指示された場合のみ届け出てください。

学校感染症の種類及び出席停止期間

分類	種類の考え方	疾患名	出席停止期間
第一種	感染症法の一類及び二類感染症	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群（SARS コロナウイルス）、中東呼吸器症候群（MERS コロナウイルス）、特定鳥インフルエンザ	医師の判断において、完全に治癒するまで
第二種	飛沫感染するもので、罹患が多く、学校において流行を広げる可能性が高い伝染病	インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
		百日咳	特有の咳が消失するまで、又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
		麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
		流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺または舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
		風疹（三日はしか）	発疹が消失するまで
		水痘（水ぼうそう）	全ての発疹が痂皮化するまで
		咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後2日を経過するまで
		新型コロナウイルス感染症	発症した後（発症の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで
		結核 髄膜炎菌性髄膜炎	症状により学校医その他の医師が感染の恐れがないと認めるまで
第三種	学校において流行を広げる可能性がある伝染病	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症（O157ほか）、腸チフス・パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎その他の感染症（流行性嘔吐下痢症、溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、手足口病、EBウイルス感染症など）	

（学校保健安全法施行規則より抜粋）