

# 医務室だよ

学生の皆さん、ご入学、ご進級おめでとうございます。看護師の鵜飼です。今年度も、皆さんの健康増進に役立つ情報やイベントを考えていきますので、どうぞよろしく願いいたします(^▽^)  
こんな情報知りたい！！こんなイベントして欲しい！！というリクエストがありましたら是非教えてくださいね。

さて、今年度最初の医務室だよりのテーマですが、せっかくなので医務室の宣伝を少々。

## 医務室について

皆さんの中で小学校に入学してから今まで、一度も保健室を利用した事がないという猛者はいますか??

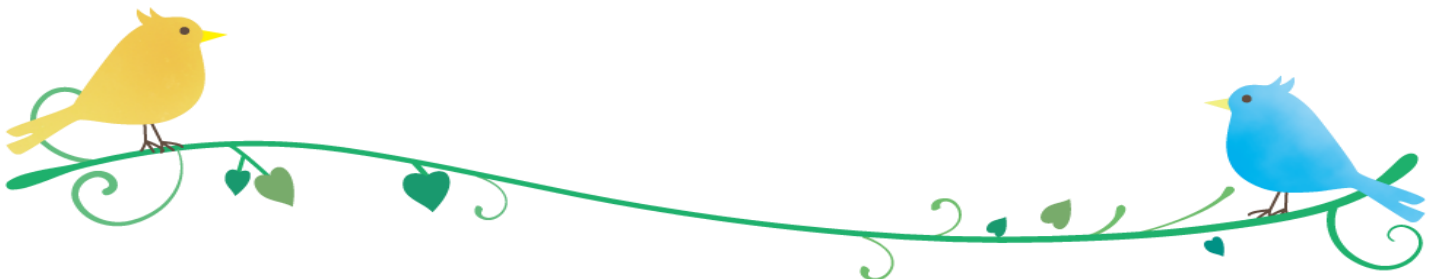
怪我や体調不良時はもちろん、優しい保健室の先生目当てで特に何もなくても保健室によく通っていたなんていう人もいるかもしれませんね。きっとほとんどの皆さんが一度は保健室に行った事があるのではないのでしょうか。

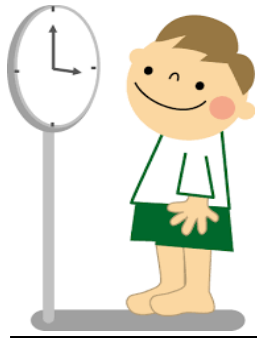
しかし、大学生になると途端に保健室の利用率は下がります。むしろ大学に保健室ってあるの??と思う人も多いのではないのでしょうか。

もちろん、大学にも小・中・高等学校と同じように怪我の応急手当や、体調不良時の休息ができる保健室があります。本学では保健室ではなく医務室と呼んでいます。

少し皆さんのイメージしている保健室と違う所は、例の優しい保健室の先生が常駐していない点になります。その代わりと言ってはなんですが、看護師・・(私です^^;)が火・水・金曜日に常駐しています。普段は教学課におりますが週に1度医務室に在室しています。在室の曜日は変動しますので、ポータルをチェックしてみてくださいね。

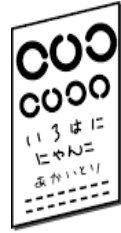
ところで、怪我や体調不良に縁のない方は大学在学中に1度も医務室を利用する事なく卒業していく可能性が高くなると思いますが医務室では、応急手当や休息以外にこんな事もできるのをご存知でしょうか??





### 身体測定

特に一人暮らしで家に体重計がない人におすすめ。



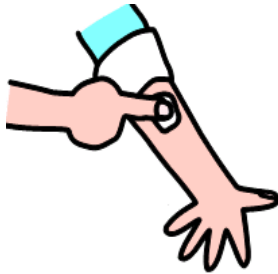
### 視力測定

最近視力が下がったような・・・と不安な人におすすめ。



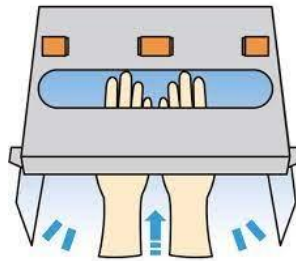
### 血圧測定

高血圧や低血圧が心配な人におすすめ



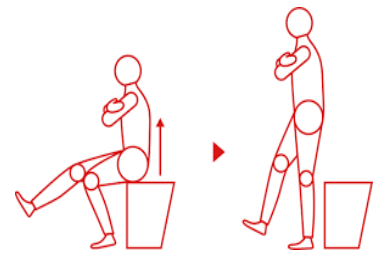
### アルコールパッチテスト

お酒に対する体質のチェック  
飲酒経験のない未成年の方は一度チェックを。



### 手洗いチェック

専用チェッカーを使用して  
手洗いの癖を見つけます。  
目指せ、手洗いマスター！！



### 運動機能チェック

あなたの将来寝たきり度を  
チェックしていきます。  
健康寿命を延ばすなら今。

このように、医務室は健康に関する様々な測定やチェックもできるんです！！  
また、もう一つの大事な役割として健康相談も受け付けています。  
身体的な相談はもちろん、精神的な相談も受け付けています。自分一人で抱え込む事なく、少しでも気持ちが楽になるよう何でもお話をしに来てください。  
健康相談という名の雑談に来てくれる学生さんもいらっしゃいます。  
いや、それはもう雑談じゃん！と雑談を侮るなかれ。雑談の中から見えてくる健康状態は実はたくさんあります。また、日頃から雑談をしておくことで少し異変があった時に早期に気付くきっかけにもなります。医務室は治療の場というよりは、病気の予防や早期発見、健康増進の場として利用していただきたい場所です。  
特に新入生の大学生活にまだ不慣れな皆さんにはこの時期積極的に医務室を利用する事をおススメしたいと思います。お暇な時間に一度来室してみてくださいね^^

