



## ～保健管理センターの紹介～

新入生の皆さんは新しい生活が始まりますね。ご入学おめでとうございます。  
大学生活の中で健康に過ごせるお手伝いが出来たらと思います。気軽に利用してくださいね。

### ☆どんなことで利用できるの？

在学生の皆さんは保健管理センターを利用したことがある方も多いかと思います。  
例年は4月に健康診断をしています。(2020年はコロナ感染症の流行で変更しましたが…)  
2021年は4月に在学生及び大学院新入生、6月に学域等新入生の皆さんの健康診断を実施します。  
それ以外でも、体調のこと、悩みごとの相談も受け付けています。また、身長体重・体脂肪測定  
視力・血圧測定などもできますので、自分の健康管理に役立ててくださいね。

### ☆例えば？(具体的には)



- ・学内で転んでケガをした ⇒ 応急処置を受けることができます。  
ケガの程度によっては病院を紹介します。
- ・お腹が痛くて休みたい ⇒ 医師の診察を受けることができます。  
必要時、ベットで休むこともできます。
- ・人間関係や学業のことで悩んでいる  
⇒ 保健管理センターの看護師・保健師が相談窓口になり、  
カウンセラーに悩みを相談することができます。

## ～保健管理センター学生相談室紹介～



### (カウンセラーの先生からの一言)

学生相談室は、本学の学生なら誰でも・どんな内容でも利用できます。  
「こんなことも相談していいのかな」「話してもどうにもならないのでは」と思われる場合も、まずは一度相談  
してみませんか？公認心理師が心理学の知見をふまえて、困りごとを整理するお手伝いをしたり、対処方  
法を一緒に考えたりします。

### ●相談申し込みの流れ●

\*相談は1回45分程度で、Zoom、Skypeを使った遠隔カウンセリングも行  
っています。予約して利用してください。秘密は厳守します。

- ・電話かメールで保健管理センターに相談希望を伝える(電話番号・メールアドレスは下記)。
- ・メールかポータルで利用案内と申込書を受け取る。
- ・利用案内を確認し、申込書に相談内容等を記入して返送する。
- ・相談方法、相談日時が決まる。



- 申込方法
- ①電話で:076-264-5255 月曜～金曜 8:30～17:00
  - ②メールで: [hokekan@kenroku.kanazawa-u.ac.jp](mailto:hokekan@kenroku.kanazawa-u.ac.jp)
  - ③直接来室(緊急性の高いとき) 月曜～金曜 8:30～17:00