

保健だより

平成28年7月 金沢美術工芸大学 事務局



当大学では、敷地内は**原則禁煙**で、校舎内はすべて禁煙です。
喫煙は校舎外の指定した場所のみ可能です。(平成28年度 学生便覧76ページ参照)

📌 たばこについて

たばこの煙にはニコチン、種々の発がん物質・発がん促進物質、一酸化炭素、種々の線毛障害性物質、その他多種類の有害物質が含まれています。喫煙により循環器系、呼吸器系などに対する急性影響がみられるほか、喫煙者では肺がんをはじめとする種々のがん、虚血性心疾患、慢性気管支炎、肺気腫などの閉塞性肺疾患、胃・十二指腸潰瘍などの消化器疾患、その他種々の疾患のリスクが増大します。

📌 主流煙と副流煙

たばこの煙は、喫煙時にたばこ自体やフィルターを通過して口腔内に達する「主流煙」と、これが吐き出された「呼出煙」、及び点火部から立ち昇る「副流煙」に分けられます。各種有害物質の発生は主流煙より副流煙の方が多く、主流煙は酸性ですが、副流煙はアルカリ性で、目や鼻の粘膜を刺激します。

📌 受動喫煙

喫煙者が自ら吸う喫煙でなく、周囲の者が意図せず吸わされてしまうのが受動喫煙です。受動喫煙は循環器疾患の原因となることが確認され、さらに近年、受動喫煙と急性心筋梗塞等の急性の循環器疾患との関連も認められています。

そのほか、妊娠・出産に関係し、低出生体重のほか、乳幼児突然死症候群(SIDS)の原因となることが明らかとなっています。

参考：厚生労働省の最新たばこ情報

喫煙マナーを守りましょう。

健康相談は保健室まで!!



健康診断受診状況まとめ

	学生総数	対象者数	受診者数	未受診者数
学部	638	627	626	1
大学院修士課程	71	66	64	2
大学院博士課程	14	13	13	0
特別科目・履修生等	7	7	6	1
計	730	713	709	4

未受診者 全員受診予定あり

■こんなことで…… 利用できるのが学生相談室です

- ・勉強にゆきづまった
- ・とにかく気力がでない
- ・食欲がない、眠れないなど体調がよくない
- ・気分が落ち込んでしまった……
- ・人づき合いがうまくいかない
- ・自分の生き方や将来のことについて
- ・休学を考えている……
- ・復学したがうまくやれるか不安……

悩みごと相談は
お気軽に……



いろいろな悩みや不安を抱え、困っている本学の学生に対して、それらが解消し、充実した学生生活を過ごすことができるよう、援助します。
相談室を利用したこと・そこで話した内容共に、秘密は守られます。
困ったときには、一人で悩まず一度たずねてみてください。

■利用時間

	時間	月	火	水	木	金
午前	11:00～13:00（相談受付）	○	○	○	○	○
午後	相談スタッフにより 異なります	学修 支援	学修 支援	学修 支援	心理 相談	学修 支援

○は開室日 午後は予約制です。受付でお申込みください。
変更する場合はドア前のプレートでお知らせします。

■相談スタッフ

箕輪恵美子（心理相談） 木曜日（13:00～18:00 ＊予約制）

小林 晃子（相談受付・インテーク） 月・火・水・木・金曜日（11:00～13:00）

＊インテークとは、はじめに話を伺って、相談者と一緒に確認しながら相談内容にあった予約や紹介の段取りをします。

芝山 昌也（学修支援） 月曜日（12:50～14:15 ＊予約制）

畝野 裕司（学修支援） 火曜日（14:00～16:00 ＊予約制）

水野 さや（学修支援） 水曜日（17:20～18:20 ＊予約制）

宮永 春香（学修支援） 水曜日（13:00～14:00 ＊予約制）

高橋 治希（学修支援） 金曜日（12:00～13:00 ＊予約制）

その他、連携先として保健室のほか、

服薬が回復に役立つと判断された場合、相談の上、医療機関を紹介します。

■場 所 学生相談室（本館2F中央階段上がって左）

■連絡先 TEL 076-262-3545（相談室直通）
e-mail soudan@kanazawa-bidai.ac.jp

大学HP（学生相談室ページ）に相談室専用メールがあります。

＊メールは24時間受け付けていますが、対応は平日の開室時間になります。
ご了承ください。