

保健管理センターのしおり

Health Support Center Guidebook



東京工業大学保健管理センター Tokyo Institute of Technology Health Support Center

大岡山 Ookayama 03 (5734) 2057・2065

すずかけ台 Suzukakedai 045 (924) 5107

●保健管理センター概要

本学では、皆さんが学業に励み、健康で明るい学生生活を送ることができるように、専門的立場で支援をする施設として、保健管理センターを設置しています。

保健管理センターには、医師・カウンセラー・看護職の専門職がおり、皆さんの健康サポートを行っています。

受付日時：月曜から金曜日（祝日・年末年始を除く）8時30分から17時15分まで

e-mail: hokenkanri@jim.titech.ac.jp

●こんなときご利用ください

■＜学生一般定期健康診断＞

以下の健康診断受診日時等詳細については、保健管理センターホームページ及び掲示板等で案内します。

- ・毎年春に、全学対象に一般定期健康診断を行っています。この健康診断は、定期健康診断実施期間内のみ行います。
- ・在校学生は健康診断時に学生証（ICカード）等指示されたものを持参してください。
- ・疾病の早期発見・早期治療のためにも、健康診断は毎年必ず受診してください。
- ・奨学金、就職、入寮、進学等で健康診断証明書が必要な方は、必ず健康診断を受診してください。

■＜学生特殊健康診断＞

学士課程4年生以上の研究室に所属している学生で、電離放射線や有機溶剤取扱者、その他特殊業務従事者には、春と秋に特殊健康診断が行われます。

受診にあたっては必ず指導教員とご相談ください。

■健康について相談したいとき

心身の不調や病気、薬についての疑問、また、健康診断等で高血圧・肥満などを指摘された方について、医師・看護職が相談に応じています。

医師の診察日程についてはホームページをご覧ください。保健管理センターまでお問い合わせください。

■カウンセリングを受けたいとき

- ・学生生活や職場における不安、悩み、その他性格やメンタルヘルスに関する事柄について、医師、カウンセラー等が相談に応じています。（英語対応可）
- ・精神医学的なものについては、専門医が相談診療に応じます。
- ・カウンセラーは、心理的、教育的な立場から、幅広い内容について相談を受け付けています。1回の相談時間は原則30分程度取り、ゆっくり、じっくりと話し合っていきます。
- ・相談の内容については、秘密が厳守されます。
- ・医師/カウンセラー待機表は、ホームページからご確認ください：

■怪我をしたり、急病になったりしたとき

- ・正課中・課外活動中、あるいは職場等で起きた怪我や急病に対して、応急処置を行っています。
- ・必要に応じ、診察及び医療機関の紹介を行います。
- ・体の具合が悪いときには、休養ができるようにベッドを備えています。

● About Us

The Health Support Center is committed to promoting health, wellness, and safety for the students of Tokyo Institute of Technology by providing medical and psychological care. There are a number of very capable staff including medical doctors, counselors, nurses, and a pharmacist at the Health Support Center.

Hours of Operation: From Monday through Friday: 8:30am-5:15pm. Closed on holidays.

e-mail: hokenkanri@jim.titech.ac.jp

● Service Offered

■ Annual Medical Checkup

- Please refer to our website for information on the annual medical checkup.
- We offer the annual medical checkup to all students in spring in order to find and prevent any health problems. Please do not forget to take the medical checkup on one of the days announced by the Health Support Center.
- Bring your student ID card and other specified things on the day of your medical checkup.
- Students who plan to apply for scholarship, dormitory, job, etc. are recommended to take the medical checkup as you may be asked to submit a copy of your medical report.

■ Special Medical Screening

Students over senior year and others who are exposed to ionized radiation and organic solvent in lab are recommended to take the special medical screening which takes place in spring and fall. Please note that this medical screening is different from the annual medical checkup explained above. Please ask your advisor if you are eligible to take the special medical screening.

■ Medical Advice

We provide care of any condition which will be evaluated, treated, and followed by our staff. Please refer to our website and Twitter, or call ahead for the doctors' availability.

■ Counseling and Psychiatric Services

The Health Support Center offers psychological services to students to help them cope with personal problems so that they can successfully achieve their educational goals. Psychiatrists provide treatment for mental and physical concerns, and counselors help students to cope with wide variety of personal matters. You will have about 30 minutes to talk about your problem at your appointment. The services are also offered in English. See our HP For doctors' and counselors' schedule.

■ First Aid Treatment

Medical practitioners offer first aid to students and faculties who are injured or become sick on campus. If necessary, referrals are made. Bed rest is also available.

■健康診断証明書が必要なとき

- ・原則として、学内に設置された証明書自動発行機から発行してください。
- ・健康診断証明書は、一般定期健康診断の記録に基づいて作成しますので、受診していない場合は発行することができません。

●普通救命講習会

消防署の協力で、普通救命講習会を開催しています。心肺蘇生・自動体外式除細動器（以後 AED と表記）の使用方法・応急手当の実習を含めた講習を行い、修了者には消防署から救命技能認定証または修了証が交付されます。開催については対象者にメール等でお知らせしますので、ぜひご参加ください。

●AED 講習会

大岡山キャンパスで年に数回 AED 講習会を開催しています。心肺蘇生・AED の使用方法について、保健管理センタースタッフが講義と実習を約 1 時間でコンパクトに実施します。

●健康・安全のための様々な企画

学生・教職員の皆さんのご要望をもとに、健康増進教室、安全ミニ研修など種々のプログラムを企画しています。

●健康関係器具・資料

病気の予防、健康度のチェック、健康づくり、救急処置等に役立てていただくための器具や資料を備えてありますので、ご利用ください。

■保健・救急関係器具

身長・体重・体脂肪・血圧・視力はいつでも計測できます（健康診断期間を除く）。
その他に握力計・聴力計を備えています。
担架・車椅子・松葉杖を貸し出していますので、必要時にご利用ください。

■保健関係資料（図書・雑誌等）

雑誌「きょうの健康」ほか

■アルコールパッチテスト

アルコールに対する簡易的な体質反応テストです。時間は 20 分程度要します。

●健康保険証について

- ・病気やけがをしたとき、学外の医療機関で診察を受けるには健康保険証が必要です。
- ・健康保険証又は遠隔地被扶養者証を必ず手元に用意しておいてください。
- ・遠隔地被扶養者証は、保護者を通じて関係健康保険組合に申請すると交付されます。

新入生のみなさまへ

麻疹・風疹をはじめとした感染症の流行を予防するために、麻疹（はしか）・風疹（三日はしか）・水痘（水ぼうそう）・おたふくかぜ・破傷風の罹患歴及び予防接種歴を入学前に母子手帳等で確認してください。

特に麻疹・風疹の罹患歴や予防接種歴がない、もしくは破傷風ワクチン接種後 10 年以上たっている場合は、お近くの医院等で相談のうえ、入学前に予防措置を必ず受けてください。健康で安全な大学生活のために病気の予防や健康の増進に心がけましょう。

■ Medical Certificate

Students can receive a copy of their medical certificate based on the results of the annual medical checkup from the printing machine. Please note that this does not apply to students who did not take their annual medical checkup in spring.

● First Aid Training Seminar

The Health Support Center offers first aid training seminars. The course includes on-site cardiopulmonary resuscitation(CPR), use of an automated external defibrillator(AED) and first aid training, which are instructed by professional firefighters and paramedics. Students will receive a first aid training certificate from the fire department. Please contact the Health Support Center for further information.

● AED Workshop

AED workshop is a short training course occasionally offered by the staff of Health Support Center. Students will learn about the methods of basic life support (BLS) and the use of AED using a training model.

● Events for Health and Safety Promotion

The Health Support Center offers a wide variety of health promotion events based on the requests from students and faculties.

● Facilities

- Students are welcome to visit the Health Support Center any time except during the annual medical checkup, to measure height, weight, body fat, blood pressure, and eyesight. We also have a grip dynamometer and audiometer for use. Stretchers, wheelchairs and crutches are available upon request.

■ Magazine

“Kyo no Kenko” and other magazines are available at the Health Support Center.

■ Patch Test for Alcohol

The Health Support Center offers an easy patch test to check how you react to alcohol. The test takes about 15 minutes.

● Medical Insurance Card

Please have your medical insurance with you in case of an emergency or a visit to a hospital outside of school.

Dear Freshmen,

Students who will be enrolled in Tokyo Institute of Technology in the coming April or September are advised to confirm their medical record for the immunization for measles, rubella, varicella, and mumps.

If you have not received the vaccinations for MMR, varicella, and tetanus (if taken more than 10 years ago), we recommend you to consult a doctor for advice on the vaccination prior to your admission. Taking actions to protect yourself from all kinds of diseases will certainly help you achieve your successful educational goals at Tokyo Institute of Technology.

