

# 健康管理室だより

vol.1

2021年7月

宝塚医療大学・和歌山保健医療学部 健康管理室



## ご挨拶

みなさん、こんにちは。

6月から健康管理室に看護師が勤務することとなりました。

これからは、定期的に「健康管理室だより」で情報発信をしていきますね。

今回は、健康管理室や職員の紹介をしていきたいと思えます。

1年生のみなさんは、入学して早3か月がたちましたね。大学生活にも慣れたでしょうか。

2年生のみなさんは、新たに先輩としての役割も増え、授業内容もより専門的なものとなり、いよいよ近づいてきた病院実習に向けて、毎日頑張っておられることと思います。

そんな毎日で、体調が悪くつらいときや、気持ちが落ち込んだりすることはないですか？

また、日常生活で「困った」「どうしよう」「誰に相談したらいいのかな？」と悩んでいることはないですか？

健康管理室は、休養したり、一緒に考えたりする、皆さんを支える場所の一つです。

相談内容が相談者本人に了承を得ずに他の人に伝わることはありません。



## 健康管理室の開館時間

平日(月曜日～金曜日) の 9:00～17:00

※ただし、以下の時間は看護師不在です。

月・水・木・金 の 16:00～17:00

火 の 9:00～17:00



## 健康管理室の入室方法

- ・1階研究室前の電話から、「121」へ。
- ・休養者がいる場合などは、ロビー等で対応することもあります。



## 健康管理室入室時のお願い

- ・来室時には、体調把握のため「来室カード」をご記入ください。
- ・マスクの着用、手指消毒などの感染対策にご協力ください。
- ・タオルやアイシング用品等を貸し出した際には、要返却です。



## 健康管理室でできること

- ・けがや打撲などの応急処置(消毒やアイシングなど)
- ・頭痛薬、風邪薬や胃腸薬などの市販薬のお渡し、生理用ナプキンのお渡し
- ・ベッドでの休養
- ・タオルなどの貸し出し
- ・病院受診相談(何科の病院に行ったらいいかわからない、など)
- ・体温、血圧、酸素飽和度の測定や、日々の体調管理の相談
- ・学校で実施する健康診断結果の返却、健康相談
- ・実習に向けたワクチン接種スケジュール等の相談  
などなど...

## 自己紹介

黒住 智子(くろずみ ともこ)

- ・和歌山市生まれ
- ・大学時代は京都で一人暮らしでした
- ・小学生の子どもが2人います
- ・趣味 物づくり、読書、車やバイク
- ・性格 大ざっぱ、妙なところにこだわる
- ・今まで住んだことがあるところ 京都府、大阪府、山口県
- ・今まで経験した仕事
  - 看護師 病院の病棟や外来、訪問看護、デイサービス
  - 保健師 地域包括支援センター
  - その他 空港でパスポートに出入国印を押す仕事をしていたことも
- ・大学で学んでよかったなあと思うこと
  - 専門科目だけでなく、教養科目も学んだことで視野が広がり、畑違いの職業へも挑戦できた。
- ・勤勉学生ではなかった私の後悔...
  - 「たくさん学べる大学時代って“とてもぜいたくな4年間”だったんだなあ」
  - 「もっと真剣に勉強しておけばよかった...」(後悔先に立たず...)
- ・健康管理室で働くにあたって
  - 学生のみなさんとたくさん話をして、応援団になりたいです。
  - 私は方向オンチなので、大学の中で迷っていたら教えてください。
  - 気軽に健康管理室に入ったり、メールしたりしてください。
  - [t-kurozumi@stud.tumh.ac.jp](mailto:t-kurozumi@stud.tumh.ac.jp)
  - (すぐに返信できないことが多いです。)

