

# 大学健康管理センターだより

平成30年度 春号

## 大学健康管理センターご案内

新年度は入学や就職、異動など生活環境が大きく変わる季節。新しい環境に上手く適応できなかったり、適応しようと頑張り過ぎてしまうことで、知らず知らずの内に蓄積された心身の疲れが現れてきます。

大学健康管理センターは、学生、職員のみなさんが「からだ」や「こころ」に関してご相談頂ける場所です。ぜひ、お気軽にご利用ください。



大学健康管理センターの場所は  
**8号館の2階**です。

健康について相談  
したい

・心身の不調、健康診断結果、たばこに関する事などについて、医師、保健師、看護師、臨床心理士がご相談に応じます。

カウンセリングを  
受けたい

・臨床心理士が、生活や仕事・学業における悩みや不安などの相談に応じます。  
・精神科医によるカウンセリングも可能です。

急に体調が悪くなった、  
けがをした

・症状に応じて処置をおこない、必要な場合には医療機関を紹介します。  
・ベッドで休養することができます。

平成30年度より専任の精神科医師と臨床心理士が大学健康管理センターにおります  
＜支援体制の強化＞



\*\*\* 上記に限らず、気になること、困っていることがありましたら、  
お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。\*\*\*

今年度より、大学健康管理センター所長に  
板垣 俊太郎医師が  
就任しました。

### 大学健康管理センター所長より

平成30年4月1日付けでセンター長に就任しました板垣です。これまで大学病院の心身医療科や県内の児童思春期外来や地域療育センターなどで児童期から成人にかけての精神科医療に携わってきました。新年度は、学生さんも職員さんも、入学や進級、実習の開始、部署異動など環境の変化を経験します。新たな人間関係を結んだり、仕事や勉強を覚えたりすることは、楽しみである一方で、気が張ってしまう結果として、こころの負担になることもあります。どうか、疲れている自分に気が付いたらリラックスするように心がけてください。それでも本来の調子が出なかったり気分がふさぎ込んだりした時は身近な人に相談してください。もし、相談出来ないと言う場合は、気軽な気持ちでセンターまでいらっしゃってくださいと思います。

### < スタッフ紹介 >

大学健康管理センター所長 (精神科医師)	板垣 俊太郎
保健管理医	猪狩 次雄
臨床心理士	松本 貴智
	青木 俊太郎
保健師	白井 有紀子
看護師	渡辺 尚子
	齋藤 美代
事務	本田 江美



福島県立医科大学は「敷地内全面禁煙」です。また、職員は医科大学・附属病院に滞在している間、勤務時間中(休憩時間を除く)は、敷地の内外を問わず喫煙できません。大学健康管理センターでは、現在喫煙している教職員・学生を対象に禁煙サポートを行っております。

大学健康管理センター

・電話:024-547-1884/1822

・内線:5263/5260

・メール:kenkou@fmu.ac.jp

・場所:8号館 2階 東側

・開所時間:8:30~17:15(土日祝日及び12/29~1/3を除く)