

保健室・学生相談室便り



インフルエンザや咽頭結膜熱に要注意

2023年の9月頃からインフルエンザと咽頭結膜熱が流行しています。全国的に2023年11月下旬から警報レベルが続いています。手洗い・うがいを励行すると共に食事や睡眠をしっかりととりましょう。



ウォーキングチャレンジ2023 結果報告

参加団体39団体のうち**第2位**になりました。

また、参加大学の中では、**第1位**です。

月までの往復も達成しました!!



本学では、学生73名、教職員等56名が参加し、89名(69%)の方が1日平均8,000歩を達成しました。学生の参加が多く、大学生・大学院生・短大生と幅広く参加がありました。ウォーキングチャレンジを良い機会にウォーキングの習慣を今後も継続してください。

健康診断を受けましょう

2024年2月は、次年度最上学年になる学生を対象に健康診断を実施します。対象や健診の日時は以下の通りです。忘れずに受診しましょう。

【健診日時】

対象：大学現3年生、大学院現1年生(秋新入学者は除く)、短大現1年生
日程：2月14日(水)、15日(木) 予備日2/20(火)



2024年4月は次年度新2年・3年になる学生を対象に健康診断を行います。学内掲示板やmyFIT掲示板にて案内しますので、忘れずに健康診断を受けましょう。



保健室では、血圧測定や体組成測定を随時行っています。ご利用ください。

学生相談室だより



あなたが帰るところ～こころの居場所について～

あけましておめでとうございます。

年末年始は、どのように過ごされましたか。帰省して、家族と過ごされた方も多いと思います。

「あなたが帰るところ」とは「居場所」と言い換えると分かりやすいでしょうか。居場所と言っても意味は色々であり、物理的な場所だけを指すのではなく、心が帰っていく場所という意味も含まれているかもしれません。自分なりに「帰るところ」を見つけていく過程は成長でしょうか。

相談室に来室される学生の皆さんの中には、お気に入りのゲームやアニメ、漫画の登場人物と繋がりを感じて、自分らしくいられる様子を語ってくれる人もいます。いつもより言葉が増え、「自分らしくいられるのだな」と感じさせられる場面があります。心が帰っていく場所としての存在の大切さを、身近に実感させてくれる瞬間でもあります。

大人も昔見たアニメや漫画の中に自身の夢や願望を投影させて、現実には難しいけれど、作品を通して、願望を叶えた気になる経験をお持ちの方もいらっしゃると思います。心が帰る場所としての作品の存在があったのではないのでしょうか。辛い出来事を薄め、力をもらい、問題は解決していないけれど、しばしの癒しの場として、大切な存在であったのではないかと想像します。心の疲れを取り、明日に備えることができるゲームやアニメ・漫画は、こころが帰る場所の一つかもしれません。



皆さまの帰ところが、暖かく、明日の力になれることを願って。より良き一年となりますように。
学生相談室一同

学生相談室の詳細は大学HPをご覧ください <https://www.fit.ac.jp/>

相談希望の方は右記のQRコードよりお申込み下さい



【全てのお問い合わせ・連絡先】

B棟地下1階

保健室 092-606-7293 E-mail hoken@fit.ac.jp

学生相談室 092-606-7251 E-mail counsel@fit.ac.jp

開設時間 平日 9:00～17:00 (保健室は18:00まで)