

健康管理センターだより



24号 2017年4月1日発行

健康管理センターの利用について

健康管理センターでは、職員の皆さんが安心して業務に従事できるよう、産業医、臨床心理士、保健師等が必要な機関と連携をとりながら、心身の健康面でサポートをしています。困った時には気軽にご利用ください。

<利用にあたって> たとえば こんなとき…

●体調不良・怪我

症状・怪我の具合を確認のうえ応急処置、常備薬(市販薬)の利用、ベッド休養受診コーディネート、医療機関情報提供などの対応をしています。必要に応じて松葉杖、車椅子の利用ができます。



●証明書の発行

健康診断やワクチン接種の結果について証明書を発行しています。出張先への提出や保険加入などで必要な際にご利用ください。発行には時間を要する場合がありますので、余裕を持って申請してください。



【針刺し及び粘膜曝露事故の対応】

事故当事者(受傷者)は、ただちに健康管理センターに連絡ください。休日、夜間は当直師長が対応の窓口になります。(本学の「針刺し及び粘膜曝露事故対応規程」に基づき)

●健康相談

「自分の病気の事で悩んでいる」「就業上の配慮が必要」などの相談ができます。必要に応じて産業医や所属長、人事職員課と連携しサポートしています。



●長時間労働者への産業医による面接指導

長時間労働による健康被害を防ぐため、産業医面接により支援を行っています。



●各種健康診断・検診結果の相談&事後指導

健康診断や検診結果の相談ができます。また、血圧、視力、聴力の測定や高血圧、肥満等の改善のための支援も行っています。

●各種ワクチン接種について

本学実施の各種ワクチン接種(インフルエンザ・B型肝炎など)について聞きたいことや心配なことがあればご相談ください。



●心の健康問題により休業した職員への職場復帰支援

心の健康問題により病気休暇を取得し1か月を超える場合、職場復帰を円滑にできるよう支援しています。

相談室利用の詳細は裏面へ

●心理相談

メンタルヘルス不調、業務上トラブル、人間関係、家族・家庭での問題、DV、自分の性格、ハラスメントなどの相談に臨床心理士が対応しています。



セルフケアにご活用ください（健康管理センター相談室）


新しい1年が始まり、生活や環境面で様々な変化が生じる時期です。変化に慣れる（適応する）までには、何かとストレスを抱えることがあり、日々のセルフケアが重要です!!

健康管理センター相談室では、職員の皆さんのセルフケアのサポートとして、専門のカウンセラー（臨床心理士）が様々な相談に対応しています。相談室は内丸・矢巾の各キャンパスで開設しており、岩手医科大学の職員であればどなたでも、無料で利用できます。また、相談内容は秘密を厳守しますので、安心してご利用ください。



相談の予約方法は？

以下の3つの方法を使ってお申し込みください。
対応中のときもありますので、事前予約をおすすめします。

電話	大学代表電話 019-651-5111 【内丸キャンパス】内線 3816 / 3818 【矢巾キャンパス】内線 5022 / 5023
メール	shinrisoudan@j.iwate-med.ac.jp <<携帯用 QR コード>> メールに「所属、職名、名前、相談希望日時」をお知らせください。 QRコードからアクセスし、メールフォーマットを活用して予約することも可能です。 ※上記メールはカウンセラーしか閲覧できないものですので、ご安心ください。 
直接来室	開室時間に相談室にお越しください。

開室日時と相談室の場所は？

原則としては、**8:30~17:00**

○の曜日 10:30~19:00

●の曜日 8:30~12:30

(第1,4土曜日のみ)

※時間外予約は応相談

	月	火	水	木	金	土
内丸	畠山	畠山	畠山 ○	氏家	畠山	畠山 ●
矢巾	氏家	氏家 ○	氏家	畠山	氏家	氏家 ●

<担当カウンセラー（臨床心理士）>

畠山秀樹（主に**内丸**担当）

氏家真梨子（主に**矢巾**担当）

<内丸キャンパス相談室>

創立60周年記念館（循環器センター8階）
※エレベーターを降りて正面に案内図がありますのでご参照ください

<矢巾キャンパス相談室>

東研究棟1階 104・105・106室
※キャリア支援センターの奥に進んで右側

TEL : 019-651-5111 (代表)

【内丸キャンパス】内線 3816・3818

【矢巾キャンパス】内線 5022・5019

E-mail : kenkou@j.iwate-med.ac.jp

ホームページ : <http://w3j.iwate-med.ac.jp/kenkou/index.html>

場所・スタッフはホームページ参照

発行 岩手医科大学 健康管理センター

<<ホームページ QR コード>>

