

健康管理センター（保健室・学生相談室）について

健康管理センターには、保健室と学生相談室があります。みなさんが心身ともに健康的な学生生活を送ることができるように、保健室では医師と保健師が健康相談・保健指導などを、学生相談室ではカウンセラー（臨床心理士・公認心理師）が修学や対人関係上の問題を含めた心理相談や、みなさんの心の成長につながる様々な企画を行っています。

【健康管理センター（保健室・学生相談室）での個人情報の取り扱いについて】

- 健康管理センターで得た個人情報は、「北里大学における個人情報の保護に関する基本規定」に基づいて学生生活が健康で安全に行われるように情報を取り扱っています。
- 授業や実習などの制限が必要な慢性疾患などがある場合、まず学部・研究科事務室にご相談ください。

保健室

1. 保健室の利用について

保健室は、一般的な健康・保健に関する相談、軽微なけがの応急処置や休養を希望する際に利用できます。また、医療機関の紹介も行っています。身体の事で気になることがあった時は、保健室へご相談ください。なお、医療機関ではないため、保険診療にあたいする診療（精密検査や診断や治療、点滴・薬の処方など）は受けられません。

北里大学の各キャンパスに保健室があります。相模原キャンパス以外へ主に通学している方は、各キャンパスの保健室へお問い合わせください。

【相模原キャンパス保健室の場 所】 IPE 棟（臨床教育研究棟）1 階

【相模原キャンパス保健室の電話番号】 042-778-7607

【相模原キャンパス保健室の受付時間】

保健室の受付は、受付時間内に随時行っています。昼休みも開室しています。

曜 日	受付時間	医師対応時間
月～金曜日	8：30～16：30	9：00～16：30

【利用にあたっての諸注意】

- 学内で体調不良を感じ、対応に迷う場合は、早めに保健室に相談しましょう。**学外で体調不良が生じた場合は、無理に登校せず、近隣の医療機関を受診してください。**受診の判断に迷う場合や、受診先がわからない場合は、電話で保健室へ相談することができます。急な体調不良に備えて、**常備薬・体温計は必ず各自で準備**しておきましょう。
- **学生証は常に携帯**してください。また症状により医療機関を受診する場合がありますので、**マイナ保険証または資格確認書を必ず携帯**してください。あわせて、かかりつけ医の診察券やおくすり手帳もお持ちください。
- **登下校時などに交通事故に遭った場合は、まずは負傷状況を確認し、必要な救護を行ってください。**次に警察に連絡し、保護者と学部・研究科事務室に連絡してください。その後、**必ず医療機関を受診**してください。受診時には、交通事故による負傷であることを伝えてください。なお、交通事故の場合、基本的に保健室への連絡は不要です。

2. 定期健康診断について

学校保健安全法に基づき、毎年4月に全学生を対象とした定期健康診断を実施しています。本健康診断は、健康のためだけでなく履修に必要な検査も含まれているため、必ず受診してください。健康診断の結果は5月中旬頃からオンラインで閲覧可能となります。結果を必ず確認し、精密検査や再検査が必要とされた場合は、保健室の指示に従って受診・再検査を受け、結果を報告してください。健康診断の結果は、健康診断証明書の発行、演習・宿泊を伴う課外活動の参加可否判断、実習に必要な免疫獲得状況の報告に使用されます。なお、定期健康診断を受診していない場合、履修の一部に支障をきたすことがあります。その際、保護者への連絡や学部長への報告を行うことがあります。

3. 課外活動等に関連した健康管理について

定期健康診断を受診していない場合、または健康診断結果に基づく再検査・治療を受けていない、もしくはその報告が確認できない場合は、学生の安全を考慮し、北里会所属団体による宿泊を伴う課外活動への参加は許可できません。医療機関の受診や医師の判断が必要となる場合があり、参加可否の決定までに時間を要することがあります。活動予定日までに十分な余裕を持って、事前に保健室へ相談してください。

4. 予防接種について

全ての学生に対して、麻しん・風しん・流行性耳下腺炎・水痘および季節性インフルエンザの予防接種を推奨しています。また、医療機関等で臨床実習を行う学生については、麻しん・風しん・流行性耳下腺炎・水痘に加えて、B型肝炎の免疫を獲得していることが求められます。

- 2019年度以降入学者の予防接種歴は、入学後に提出した「予防接種歴申告書」に基づき、保健室で管理しています。ただし、医療機関等での実習・インターンシップ先への提出書類は各自で準備・提出する必要があります。速やかに対応できるよう、母子健康手帳等は各自で保管してください。
- 免疫獲得のため追加の接種が必要かどうかは、健康診断結果のオンライン閲覧と同時期に通知される「健康診断結果について」を確認してください。また、学部・研究科事務室からの予防接種に関する通知も必ず確認してください。
- 在学中に、外部医療機関で麻しん・風しん（MRワクチン）・流行性耳下腺炎・水痘・B型肝炎の予防接種を受けた場合は、自主的なものも含め必ず保健室へ報告してください。
- **大学が指定日する接種日に体調不良の場合は、必ず事前に保健室に連絡してください。**
- 事前に連絡がなく接種できなかった場合は、外部医療機関で接種を行い、保健室へ報告してください。なお、その際の費用は自己負担となります。

5. 証明書について

在学中に保健室で実施した健康診断等の結果をもとに、健康診断証明書および免疫獲得状況証明書などの各種証明書を発行しています。

- 健康診断証明書については、健康診断結果に特に異常がない場合は、パピルスメイトから発行できます。ただし、定期健康診断を未受診であったり、結果に所見などがあつたりすると、パピルスメイトでの発行ができません。以下の手続きを行ってください。
 - ① 学部・研究科事務室にて、証明書交付申請書等の必要書類を作成し、受付を行う。
 - ② 学生証および証明書交付申請書等の必要書類を持参のうえ、保健室へ申請する。
- 各種証明書の発行には、休日を除き5日間（英文の場合は約1か月）を要します。
- 証明書が必要な期限に間に合うよう、十分な余裕をもって申請してください。
- 提出先から指定の用紙や様式がある場合、または提出書類の内容に不明な点がある場合は、説明書類や指定用紙を持参のうえ、保健室へ相談してください。

6. 出席停止となる主な感染症について

- 学校保健安全法により出席停止が必要と定められている感染症に罹患した場合は、速やかに学部・研究科事務室に報告し指示を受けてください。出席停止期間中に欠席となった授業・実習・定期試験等については、学部・研究科事務室に確認してください。

★ただし、臨床実習中の学生は実習先の基準に従ってください。

- 医療機関や福祉施設等での実習における出席停止期間は、医師・校医の判断あるいは実習先施設の規則に準じて判断する場合があります。
- 下表に記載のない感染症については、保健室へ電話で相談してください。

感染症名	感染経路	登校基準	登校許可証等の取扱い
インフルエンザ	飛沫・接触	発症日を0日として5日経過し、かつ解熱後2日経過した翌日から登校再開	保健室にて登校許可証を交付（体調不良時、罹患時に学部・研究科事務室に報告が必要です）。講義・実習などの欠席届などの手続きは学部・研究科事務室で行う。
ノロウイルス腸炎（疑いを含む）	接触・飛沫・空気	嘔吐・下痢・発熱等の症状が消失した日の翌日から登校再開※	
感染性胃腸炎（疑いを含む）	接触		
新型コロナウイルス感染症	飛沫・接触	発症後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過した翌日から登校再開	学部・研究科事務室に連絡し登校再開日について確認する。
麻疹（はしか）	空気・飛沫・接触	解熱後3日を経過するまで	罹患や治癒を証明する診断書が必要かどうかは学部・研究科事務室に確認する。講義・実習などの欠席届などの手続きは学部・研究科事務室で行う。
水痘（みずぼうそう）	空気・飛沫・接触	全ての発しんが痂皮（かさぶた）化するまで（带状疱疹については、医師の指示を確認する）	
風しん	飛沫・接触	発しんが消失するまで	
流行性耳下腺炎（おたふく）	飛沫・接触	耳下腺、顎下腺、または舌下腺の腫脹が出現した後5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで	
流行性角結膜炎	接触	症状により医師が感染の恐れがないと認めるまで	
百日咳	飛沫・接触	特有の咳が消失するまで、または、5日間の適正な抗菌薬療法が終了するまで	
髄膜炎菌性髄膜炎	飛沫・接触	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められるまで	
結核	空気	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められるまで	
咽頭結膜炎	飛沫・接触	主要症状が消退した後2日を経過するまで	

（学校保健安全法における「出席停止が必要な感染症」より一部抜粋）

- その他の体調不良時の登校基準については以下の通りです。

主な症状	登校基準
発熱（37.5℃以上）	解熱剤を使用せずに解熱した翌日から登校再開
感冒症状（風邪）	発熱を伴わない軽度な症状（咳・鼻水・喉の痛み等）のみの場合は登校可能とする※ただし、手洗い・マスク着用など、感染拡大防止のための基本的な対策を行う。

※上記の登校基準は、2026年4月1日より変更しています。

7. 医療機関の受診について

■ 「かかりつけ医」を持ちましょう

遠方から転居した方や今健康な方も、ケガや急な病気に備え、
かかりつけ医を見つけておきましょう。



医療機関検索サイトは他にも多数存在します。サイト内のいわゆる口コミの中には誤った情報や事実と異なる情報など信頼できない情報も少なくありません。利用の際は、十分に注意してください。

- 休日や夜間に急病になったときは、まずかかりつけ医に連絡してください。連絡がとれないとき、または受傷したときは、以下を参考にしてください。

【重症で緊急を要する場合】

- 救急車（119番）を要請し、救急隊の指示に従ってください。

【学外にいる場合】

- 今いる場所の公共機関の案内電話へ連絡し指示を受けてください。
相模原市内：相模原救急医療情報センター（☎：042-756-9000）
横浜市内・東京都： 救急安心センター事業 #7119 など
- 今いる場所の公共機関の夜間や救急診療医療機関を受診する。
相模原市南区：相模原南メディカルセンター（相模女子大学グリーンホール内1階） など

【学内（相模原キャンパス）で北里大学病院 救命救急センター受診を希望する場合】

- 北里大学病院救命救急センターに電話をして指示を受けてください。
必ず北里大学の在学学生であることを告げ、学部・学科等も伝えてください。

- 北里大学病院の受診について ～北里大学病院ホームページから～

『当院は特定機能病院の承認医療機関です。受診には診療所・病院からの紹介による受診を原則としております。当院での診療の結果、ご紹介いただいた医療機関で治療を継続していただく場合や、他の医療機関への紹介をさせていただく場合もありますのでご了承ください。』

【学生相談室とは】※詳細は学生相談室ホームページもご覧ください。

- 学生相談室では、学業、課外活動、自分の性格、家族や友人・恋人との関係、性に関する悩み、教員との関係、ストレス、生活上の問題、自分を見つめ直したいなど様々な相談をカウンセラー（臨床心理士・公認心理師）がお受けします。
- カウンセリング以外にも、グループワークや各種体験、心理関係図書の貸し出しを行っています。自分や他の人をもっと理解したいという方などにお勧めです。また、入退室自由のホッと一息くつろぐための場所もあります。
- さらには、2025年度から、学生ボランティアとカウンセラーが協力して、学生の皆さんのニーズに合わせた場や企画を立案・提供する活動も始めています。
- 家族からの学生さんに関するご相談にも応じます。お電話、もしくはメールでご予約ください。なお、学生相談室を利用している学生のご家族の方であっても、情報開示に対する学生ご本人の同意をこちらで確認できていない場合には、学生相談室利用の有無を含めたご本人に関する情報をお話することはできません（守秘義務）ので、予めご了承ください。

カウンセリング

※ご希望に応じて遠隔相談も選択できます。原則 Zoom を使用しますが、必要に応じて電話も使用します。

＜相談内容の一例＞

学業：「勉強やレポートが手につかない、自分のイメージしていた学科・専攻と違う…」

対人関係：「友人関係や恋愛関係で悩んでいる、人と話すときに緊張する…」

将来：「就職か進学か迷っている、就職活動が不安、向いている仕事かわからない…」

性格：「自分の長所や短所について整理したい、心配性なところがある…」

家族：「親との関係で困っている、友人には話せない家族のことを話したい…」

心身の健康：「やる気が出ない、イライラする、気分が落ち込む…」

※状況や希望に応じて、保健室医師との相談や近隣の医療機関へのご紹介もしています。

グループワーク

カウンセラーと複数の参加者が作業や話し合いを通して、自分自身や周囲との関係等をみつめ、お互いに成長できるようなグループワークがあります。

◇ コミュニケーション・スタディ・グループ

人付き合いが苦手だと感じている学生同士でコミュニケーションに関する様々なプログラムを体験することができます。

◇ ランチグループ

お昼休みに自由なテーマで話すなど、学部や学年を越えた交流の機会を作っています。

各種体験

自己理解を深めたり心身の調子を整えたりするための企画があります。

◇ マインドfulness体験（個別またはグループ）

ストレス対処や集中力 UP 等の効果が報告されているマインドfulnessを体験できます。

◇ 箱庭体験（個別またはグループ）

砂箱の中に様々なミニチュアを自由に置いて自己表現する体験ができます。

◇ ヨガ体験（個別またはグループ）

呼吸法やヨガのポーズにより、心身の緊張をほぐしリラックスします。

◇ 心理テスト体験（個別）

性格、ストレス対処、職業興味についての3種類の心理テストの中から選べます。

ホッと一息くつろぐための場所

自然の映像とともに、BGM が流れていて、落ち着きやすい空間を提供しています。

心理学に関連する図書なども置いてあり、自由にご覧いただけます。（貸し出しも可能）

お昼休みに1人または少数でゆっくりと過ごしたい時や、短い仮眠を取ってリフレッシュしたい時などにお気軽にお立ち寄りください。

学相コミュニティ BASE

すべての学生のこころの成長や回復を支えあうために、「くつろぐ」「リフレッシュする」「つながる」「出会う」「成長する」等をテーマに、学生ボランティアとカウンセラーが協力して、学生の皆さんのニーズに合わせて活用いただける場や機会を提供していきます。

【開室時間】	L2 号館	臨床教育研究棟（IPE 棟）
月～金曜日 平日	9:00 ～ 17:30 (受付は 17:00 迄)	ホッと一息くつろぐための場所(月,水,木,金) 12:00 ～ 13:00 (予約不要、入退出自由) 火曜日はランチグループを開催していますので、 興味ある方は下記からご連絡ください。

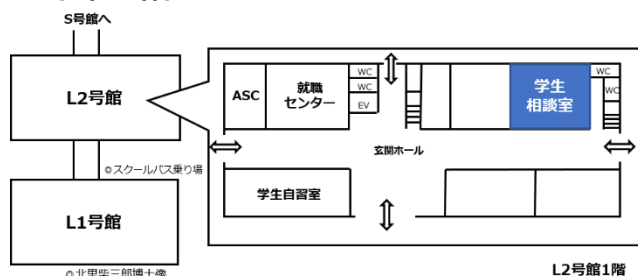
【申込方法】 原則、事前の予約をお願いしています。いずれかの方法でお申し込みください。



① WEB 予約 (予約希望フォーム)	学生相談室ホームページ内の予約希望フォームに必要な事項を入力後、送信してください。学生相談室から自動返信メールが送信された後、予約日程調整のメールが届きます。
②メール予約	『gakusou@kitasato-u.ac.jp』宛に「予約したい」というメッセージを入力したメールをお送りください。 学生相談室から予約日程調整に関する連絡があります。
③電話予約	開室時間内に学生相談室直通『042-778-9732』にお電話ください。

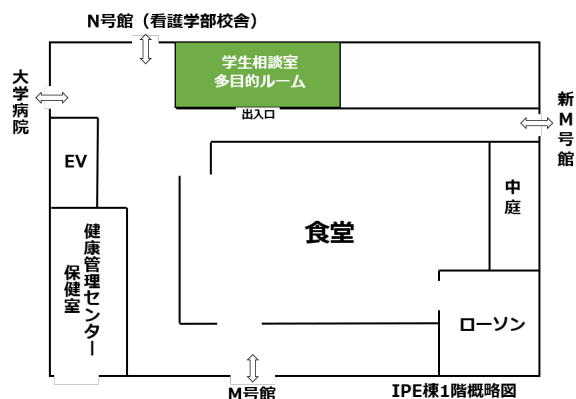
【場所】

L2 号館 1 階 カウンセリング・図書の貸し出し・心理テスト・箱庭



臨床教育研究棟（IPE 棟）1 階

グループワーク・各種体験・ホッと一息くつろぐための場所・学相コミュニティ BASE



※年度途中で内容が変更される可能性がありますので、詳細は学生相談室ホームページをご覧ください