

6. 健康

学生生活を送るなかで最も大事なことは、心身ともに健康であることで、健康を維持増進するためには、積極的な自己の健康管理のほか、疾病の予防、早期発見が大切です。そのための制度、施設として、次のようなものがあります。

(1) 心身健康センター

日本に来て、言語、習慣及び食べ物等生活環境の変化から、健康を害する留学生は少なくありません。心身健康センターでは、次のような健康管理業務を行っていますので、これらのサービスを十分活用して健康の保持に努めてください。

① 定期健康診断

全学生を対象として、病気の早期発見と健康管理のため、毎年6月までに健康診断を行っています。必ず受診してください。

② 健康診断書

健康診断を受けると、必要に応じて健康診断書が発行されます。

ただし、本学が行う定期健康診断を受けていないと、健康診断書の発行ができませんので、注意してください。

③ 応急処置

頭痛、発熱、腹痛等の病気又はけがをした場合には、センターの医師に診察を申し出てください。

診察日及び診察時間については、土曜日、日曜日、祝日等を除き、次のとおりとなっています。

月曜日～金曜日	8：30～17：15
---------	------------

④ 学生相談（カウンセリング）

大学での学生生活を明るく、少しでも有意義に過ごしてもらうため、学生相談室をセンター内に設置しています。勉強又は生活面での心配事や悩みなど、どんな小さな問題でも相談することができます。

相談については、それぞれの専門家が対応しますが、相談内容の秘密は厳守されますので、気軽に相談してください。

詳しくは心身健康センター（TEL088-687-6631）に問い合せてください。

6. 健康

在度过学生生活的过程中最为重要的是要保持身心健康。为了维持健康，除了应积极对自己进行健康管理，预防疾病，早期发现也很重要。为此，本校制定和准备了以下制度和设施。

(1) 身心健康中心

由于语言、习惯、饮食等生活环境的改变，来到日本后不少留学生健康出现了问题。身心健康中心将实施以下健康管理业务，请大家充分利用这些服务，努力保持健康。

① 定期体检

为了早期发现病症和有助于健康管理，每年最晚 6 月底以全体学生为对象进行体检。请务必接受体检。

② 体检表

接受体检后根据需要发行体检表。

但是，如果未接受本校实施的定期体检，就不能发行体检表，敬请注意。

③ 应急处置

患有头痛、发烧、腹痛等疾病或者受伤时，向身心健康中心的医生提交诊察申请。

除了周六、周日、节假日以外，诊察日及诊察时间如下。

周一～周五	8：30～17：15
-------	------------

④ 学生咨询（咨询服务）

为了使大学生活过得精彩和有意义，本校在身心健康中心内设置了学生咨询室。学习和生活方面遇到烦心事和苦恼等任何微小的问题都可以进行咨询。

由各自领域的专家提供咨询服务，咨询内容将严格保密，敬请放心咨询。

详情请咨询身心健康中心（TEL：088-687-6631）。

(2) 国民健康保険

日本には医療費の負担を軽減するための医療保険制度があります。日本に1年以上在留するすべての留学生は「国民健康保険」に加入する義務があります。

国民健康保険に加入することにより、医療費は30%の負担ですむことになります。この保険に加入するには掛け金（年間約16,000円）が必要ですが、大きな病気やけがで入院した場合などは大変有利です。

加入の手続きは、鳴門市役所保険課で行ってください。

なお、住所を変更したときや、在留期間を延長したとき、留学期間を終了し、帰国するときは、市役所等に届け出てください。特に、帰国するときは、保険証の返却や保険料を精算する必要がありますので必ず届け出てください。

※保険料の軽減制度について

前年の所得が一定基準以下の世帯に対して保険料を減額する制度があります。対象者は、毎年1回3月中旬から4月中旬の間に必ず減額の手続きを行ってください。

(3) 学生教育研究災害傷害保険

この保険は、大学の正課中（講義、演習、実験・実習又は実技による授業を受けている間）、学校行事中（大学の主催する入学式、オリエンテーション、卒業式等教育活動の一環として各種学校行事に参加している間）及び課外活動中に起こった不慮の傷害、また通学中の事故、学校施設等相互間の移動中に発生した事故によって、身体に傷害を被った場合に対し、保険金が支払われます。正規生は、入学手続き時に全員が加入することになっていますが、研究生も希望者は加入できます。

詳細は学生生活支援係に問い合わせてください。

保険料と保険期間（平成30年度）

大学院・・・1,750円 2年間

研究生・・・1,000円 1年間

(2) 国民健康保险

为了让国民减轻医疗费负担，日本政府制定了医疗保险制度。在日本的滞留时间超过1年的所有留学生都有义务参加“国民健康保险”。

参加国民健康保险后，个人只需负担30%的医疗费。参加国民健康保险需支付16,000日元/年的保险费，不过患病或受伤住院时将大为有利。

请到鸣门市政府保险课办理参保手续。

变更地址、延长滞留期限或者留学期满回国时，要向市政府等机关申报相关事宜。特别是在回国之际需要退还保险证和结清保险费，因此请务必进行申报。

※关于保险费的减轻制度

针对上一年度的所得未达到一定标准的家庭，国家制定了减轻保险费的制度。符合条件者须在每年的3月中旬到4月中旬期间办理一次减额手续。

(3) 学生教育研究灾害伤害保险

此项保险是因在大学上正课中（讲课、专题讨论、实验、实习、实际技巧等课程）、学校活动中（作为大学举办的入学仪式、新生指导、毕业仪式等教育活动的一环而参加的各种学校活动期间）及课外活动中引起的意外伤害，或者走读途中发生的事故、学校设施之间移动过程中发生的事故而导致身体伤害时支付相应的保险金。办理入学手续时全体正规生都要参加，研究生中有意向者也可以参加。

详情请咨询学生生活后勤办公室。

保险费和保险期限（2018年度）

研究生院	...	1750 日元	2 年期限
研究生	...	1000 日元	1 年期限

(4) 学生教育研究賠償責任保険

この保険は、大学の正課、学校行事、課外活動として認められたインターンシップ、介護体験活動、教育実習、ボランティア活動における活動中及びその往復途中に、学生が他人の身体に障害（障害に起因する死亡を含む。）を負わせ又は他人の財物を損壊（滅失、毀損もしくは汚損）させ、法律上の損害賠償責任を負った場合に対し、保険金が支払われます。正規生は、入学手続き時に全員が加入することになっていますが、研究生も希望者は加入できます。

詳細は学生生活支援係に問い合わせてください。

保険料と保険期間（平成30年度）

大学院・・・680円 2年間

研究生・・・340円 1年間

(5) 病院

大学近辺には、次の医療機関があります。

学外の医療機関を受診する場合は、健康保険証が必要です。

病院名	診療科	住 所	電 話 番 号
鳴門病院	総合病院	撫養町黒崎字小谷 32	088-683-0011
うずしお眼科	眼 科	撫養町大桑島湊岩浜 30-1	088-684-3311
だいたうレディースクリニック	産婦人科・内科	撫養町大桑島字北浜 71	088-683-1588
兼松小児科	小 児 内 科	撫養町斎田字岩崎 120	088-686-2606
吉田整形外科	整 形 外 科	大津町木津野字前の越 4-1	088-684-1550
岡崎循環器科	内科・循環器科・小児科	鳴門町高島字中島 1-1	088-687-2720
元木歯科	歯 科	撫養町黒崎字松島 399-1	088-686-8844
高麗耳鼻咽喉科	耳 鼻 咽 喉 科	撫養町斎田字北浜 205	088-685-1180
浜田皮ふ泌尿器科	皮膚科・泌尿器科	撫養町斎田字北浜 148	088-685-5101

(4) 学生教育研究赔偿责任保险

此项保险是被认定为大学的正课、学校活动、课外活动的实习活动，看护体验活动，教育实习，志愿者活动中及其往返过程中学生导致他人的身体伤害（包括起因于伤害的死亡）或者破坏他人财物（丢失、毁损、污损），因而在法律上承担损害赔偿 responsibility 时支付相应的保险金。办理入学手续时全体正规生都要参加，研究生中有意向者也可以参加。

详情请咨询学生生活支援办公室。

保险费和保险期限（2018 年度）

研究生院 …… 680 日元 2 年期限

研究生 …… 340 日元 1 年期限

(5) 医院

以下是大学附近医疗机构的一览表。

在校外的医疗机构就诊时需要携带国民健康保险证。

医院名称	诊疗科	地 址	电 话 号 码
鸣 门 医 院	综 合 医 院	抚养町黑崎字小谷 32	088-683-0011
涡 潮 眼 科	眼 科	抚养町大桑岛泞岩滨 30-1	088-684-3311
大东妇科医院	产 科 / 内 科	抚养町大桑岛字北滨 71	088-683-1588
兼松小儿科	小 儿 内 科	抚养町斋田字岩崎 120	088-686-2606
吉田整形外科	整 形 外 科	大津町木津野字前之越 4-1	088-684-1550
冈崎循环器官科	内科/循环器官科 / 小儿科	鸣门町高岛字中岛 1-1	088-687-2720
元 木 牙 科	牙 科	抚养町黑崎字松岛 399-1	088-686-8844
高丽耳鼻咽喉科	耳 鼻 咽 喉 科	抚养町斋田字北滨 205	088-685-1180
滨田皮肤·泌尿器科	皮肤科/泌尿器科	抚养町斋田字北滨 148	088-685-5101