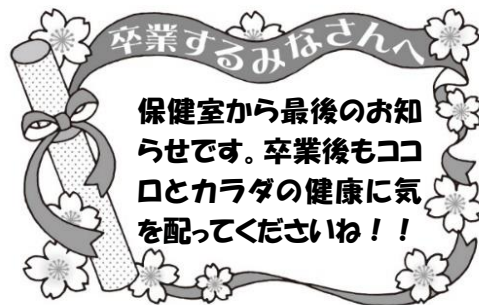


# 卒業後に活用できる保健サービス

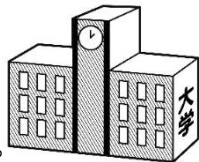
高校までは毎年健康診断があり、保健室もあり、皆さんの健康をサポートする体制が身近にありました。これから先は、進む道によって受けられる保健サービスが変わります。保健室の様に気軽に利用する事は難しいかもしれませんが、より専門的に対応してくれますので積極的に利用してください。



## 大学・短大の保健センター

大学・短大には、「保健管理センター」「診療室」「学生相談室」等の施設があります。健康診断から病気や怪我、また様々な悩み相談まで対応してくれる大学版保健室です。高校までの保健室とは違い、医師、看護師、心理カウンセラー、弁護士などがおり、より専門的に対応してくれます。専門学校では、「保健室」をもうけている所もあります。入学したら場所を確認しておきましょう。

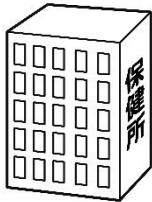
また一般の人が使える相談室（カウンセリング）もあるようです。近くの大学のHPをチェックしてみましょう。



## 地域の保健所・保健センター

一定の地区ごとに保健所・保健センターが設置されています。学校がある鶴ヶ島市は「坂戸保健所・総合保健センター」の利用になります。ここには医師、看護師、保健師、栄養士など様々な健康問題に対応できる専門家がそろっており、身近な保健サービスを行っています。

各種予防接種、精神保健福祉相談、エイズや性感染症検査、女性健康支援（性行為感染症、妊娠・出産・避妊、配偶者や恋人からの暴力（DV）の相談）など、皆さんが健康に過ごすための手助けをしてくれています。



## 会社の保健管理センター

就職する会社によっては、会社内に「健康管理室」を設置している所もあります。産業医、看護師等がおり、健康診断や健康相談等も受けられます。また、外部の機関と提携して保健サービスを受けられる会社もあります。入社後に、自分の受けられる健康サービスの確認は必須ですよ。



## 相談機関

気軽に相談できます。判断に迷った時、どこに相談したらいいのかわからない時でも大丈夫。専門の相談員が対応してくれます。（情報は2020年3月現在のものです）



- (財)エイズ予防財団電話相談0120(177)812 (携帯03(5259)1815 ※有料)
- (財)性の健康医学財団(性感染症の悩みや相談事を専門の相談員が回答)  
HPの「性の健康相談」入力フォームからEメールによる相談
- にんしんSOS埼玉(思いがけない妊娠に関する相談窓口) ☎050-3134-3100 ✉sodan@sos.saitama.jp
- 埼玉いのちの電話(24時間365日対応) 048(645)4343
- 埼玉県こころの電話(こころの健康や悩み相談) 048(723)1447
- With You ★DV・女性の抱えるさまざまな悩み等 048(600)3800  
さいたま相談室 ★男性相談(男性臨床心理士による) 048(601)2175
- 埼玉県警察犯罪被害者支援室(被害者や家族の精神的サポート) 0120-381858
- (財)埼玉県暴力追放・薬物乱用防止センター 薬物問題相談048(822)4970  
暴力団関係相談048(834)2140
- 一般社団法人 社会的包摂サポートセンター よりそいホットライン(24時間どこからかけても無料の電話相談。自殺予防・DV・性暴力・またセクシュアルマイノリティの専門回線があり、性別や同性愛に関わる悩みについて、専門の相談員と一緒に解決する方法を探してくれます。) 0120(279)338 (携帯電話・PHS・公衆電話からもつながります)
- 東京弁護士会【セクシュアル・マイノリティ電話法律相談】 03-35815515
- 埼玉労働局総合労働相談コーナー【職場でのトラブル、労働問題全般の相談】049-600-6262

