

Do You Know?

大学生活のための

情報

# 知っていますか？



安全な日常生活  
体と心の健康  
施設と環境  
課外活動  
ハラスメント  
交通事故の防止  
保険制度  
国民年金制度  
緊急連絡先は

2016



佐賀大学学務部学生生活課

# はじめに

大学生活に大きな期待と希望を抱いて佐賀大学へ入学された皆さんは、無事卒業して実社会に出ると、即戦力として期待されると思います。大学生活においては、このことを念頭に置いて、いろんなことをどん欲に吸収し、体験し、友を作り、先輩後輩・世界各国からきている留学生と交流し、学識を深め、より魅力的な人間となるよう努力してください。教職員一同、精一杯皆さんが充実した学生生活を送れるようサポートします。



## 楽しい学生生活を送るためには

しかしながら、皆さんの周りでは常に多くの事件や事故が発生しています。皆さんが大学生活に慣れて様々な活動に参加し、行動範囲が広がり、多様な経験をするにしたがって、より多くの危険が伴ってきます。安全な日常生活を送ってこそ、より多くの有意義な時間が持てるのです。まず、生活リズムを作ってください。人間の体内時計は24時間周期ではありません。従って、体調や精神的安定を保つには毎朝時間修正が必要です。毎朝、日の光のような明るく暖かい光を受けることで体内時計が修正されるといいます。朝は必ず起きて、日光を浴び、朝食も必ず摂るようにしましょう。朝食を摂ることで体や頭の働きもよくなります。

生活面では、クレジットカードの利用法、悪質商法への対処法、クーリングオフの方法等も知っておきましょう。災害に対しては、必ず保険制度を利用できるようにしておきましょう。緊急連絡体制を確認しておきましょう。皆さんの修学・生活上の相談相手には、学生センター（学務部）・学生課（医学部）の職員や、学部の教員、チューター（担任）及び学生委員の先生が窓口になっています。また、健康面、人権問題、各種のハラスメントに関しては、保健管理センターの先生や看護師さん、学生センター・学生課の職員、各学部の相談員の先生がいます。何よりも事件・事故に遭わないことが大切ですが、あなたの秘密は守られますので、どこに相談していいかわからない時、まずは「学生なんでも相談窓口」へ気軽に相談してください。

平成28年4月1日

# 学生なんでも相談窓口について

## 1. 学生相談

学生の皆さんのキャンパスライフにおけるあらゆる疑問や悩み、困っていることを聞いて、その内容に応じて、より適切な解決法や相談員（学内外の関係者）を紹介する「学生なんでも相談窓口」を設置しています。

次のようなことに悩んでいたら相談に来てください。

- ・単位のこと
- ・授業料、奨学金のこと
- ・アルバイトのこと
- ・卒業（修了）のこと
- ・就職、進学のこと
- ・スポーツ傷害、交通事故のこと等

### (1) 「学生なんでも相談窓口」へのアクセス方法について

直接本庄キャンパス、鍋島キャンパス「学生なんでも相談窓口」へ来てください。

受付時間は、午前8時30分から午後5時15分までです。

電話やメールでも次のとおり受付けています。

|      | 本庄キャンパス  | 鍋島キャンパス   |
|------|--|---|
| 電話受付 | ☎0952 - 28 - 8200  | ☎0952 - 34 - 3132   |
| 手紙   | 〒840 - 8502<br>佐賀県佐賀市本庄町1番地<br>佐賀大学学務部学生生活課<br>「学生なんでも相談窓口」宛 | 〒849 - 8501<br>佐賀県佐賀市鍋島5丁目1番1号<br>佐賀大学医学部学生課<br>「学生なんでも相談窓口」宛 |
| Eメール | voice@mail.admin.saga-u.ac.jp                                | gkseigkm@mail.admin.saga-u.ac.jp                              |

## 2. 学生の身体・精神面の健康上の相談

保健管理センターの学生相談室は「学生の身体・精神面の健康上の問題」について個人的相談を希望する学生のために設けられたもので、いつでも相談できます。また、専門家によるカウンセリングも行っています。（詳細 P14）

保健管理センターまで行きにくい時は、直接電話で相談することもできます。

電話番号

本庄キャンパス 0952 - 28 - 8181

鍋島キャンパス 0952 - 34 - 3215

平日 8:30~17:15（月曜日から金曜日）  
\*土・日曜・祝日は休みです

### 3．チューター（担任）制度について

佐賀大学では、学生の皆さんの修学、進路選択、心身の健康などの問題について相談役となり、学生の皆さんが充実したキャンパスライフを送られる支援を目的とした、各学部教員によるチューター（担任）制度を行っています。気軽に相談してみてください。

### 4．キャンパス・ソーシャルワーカー制度

佐賀大学では、平成23年7月から何らかの理由で大学の講義等に出席できない学生及び特別に支援が必要な学生に対して、キャンパス・ソーシャルワーカーが積極的に連絡を取り合い、場合により直接出向いて相談を受ける等のアウトリーチ型支援を行い、心理の専門家（精神科医師、臨床心理士等）の治療等により問題解決を図るキャンパス・ソーシャルワーカー制度を行っています。

電話番号

学生生活課 0952 - 28 - 8943

### 5．学生支援室集中支援部門による相談

学生支援室集中支援部門は、悩みを抱える学生や障がいをもつ学生に集中的に支援を行うため、平成26年10月に相談業務をスタートいたしました。学生センターにCS( Campus-life Support ) ルームを開設し、支援活動を行っています。集中支援部門による支援を希望される場合は、下記までご連絡ください。

TEL : 0952 - 28 - 8810 ( CS ルーム )

E-メール : i-suppo@mail.admin.saga-u.ac.jp



# CONTENTS

## I 安全な日常生活

1. インターネット利用のルールとマナー.....2
2. 悪質商法に対する手続き等.....3
3. クレジットカードの利用方法.....4
4. 火災の予防.....4
5. 実験実習時の安全確認を.....4
6. 学内外におけるセキュリティ面での注意事項.....4
7. カルト的団体に用心.....6
8. 大麻等(違法薬物)に関する注意...6
9. マイナンバー制度.....7

## II 体と心の健康

1. 健康はバランスのとれた食事と適度な運動から.....10
2. イッキ飲みはやめよう!.....11
3. アルコール NG バッジについて...11
4. 佐賀大学は、建物内禁煙です.....12
5. 眠れなくなったり、食欲がなくなったり、落ち込んだりしたら.....13
6. 保健管理センターについて.....14
7. 学生カウンセラーについて.....16
8. キャンパスソーシャルワーカーについて...17

## III 施設と環境

1. 環境に配慮した行動を.....20
2. 施設整備に協力を.....20

## IV 課外活動の安全対策

1. 安全で健康的な文化・スポーツ活動を.....22
2. リーダーシップセミナー.....23
3. リーダーズ・トレーニング.....23
4. 大会・行事に参加するときは.....24

## V ハラスメント

1. 佐賀大学はハラスメントからあなたを守ります!.....26
2. 1人で悩まず、相談しましょう...27
3. ハラスメントとは?.....28

## VI 交通事故の防止

1. ルールを守って交通安全.....32
2. 自動車通学について(本庄キャンパス).....33
3. 自動車通学について(鍋島キャンパス).....34
4. 自転車の違反と罰則知っていますか?...35

## VII 保険制度

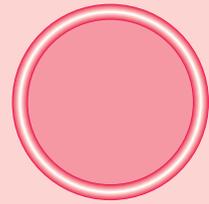
1. 学生教育研究災害傷害保険.....38
2. その他の保険.....40

## IX 緊急連絡先は

1. 大学への連絡は.....46
2. 休日、夜間の事故・事件の連絡は.....46
3. 教務課への連絡は.....46
4. その他.....46

## VIII 国民年金制度

1. 20歳になったら国民年金.....44



**安全な日常生活**

# 1 インターネット利用のルールとマナー

インターネットやメール関連のトラブルはいろいろな危険が潜んでいます。被害者、加害者にならないためにも、基本的な対応をチェックしましょう。

## インターネット利用の注意事項

- ・ ID やパスワードはしっかり管理する
- ・ 知らない人からのメールは開かない
- ・ 怪しいページは見に行かない
- ・ 利用規約は必ずチェックする
- ・ 架空請求や不当請求に注意する

## SNS 利用時の注意

- ・ 書き込んだ内容を不特定多数の人が見ることを意識する
- ・ 他人のプライバシー暴露や侮辱するような書き込みは厳禁
- ・ 匿名でもプロフィールやつながり先から個人が特定される場合がある
- ・ 「公開」「非公開」「友達のみ」等の、公開範囲の確認をする
- ・ ネット上でも実社会の人付き合いと同じ気遣いが必要
- ・ 無料のつもりが、あとで高額請求ということにならないように気をつける



## インターネットに関する相談

インターネットホットライン連絡協議会

<http://www.iajapan.org/hotline>

(一財)インターネット協会

<http://www.iajapan.org/>

「インターネット安全・安心相談」警察庁

<http://www.npa.go.jp/cybersafety/>

## 2 悪質商法に対する手続き等

内容をしっかり理解してから契約する。また高額の商品を購入する際には、必要かどうか十分検討する慎重さが必要です。

訪問販売や電話勧誘販売などで契約した場合、クーリング・オフ制度を利用することができます。

1. 契約書面を受け取った日を含めて下記期間内に書面で通知します。
2. 必要事項をハガキに書いて両面をコピーし、控えとして大切に保管してください。
3. クレジット払いで契約をした場合は、クレジット会社宛にも通知してください。
4. ハガキは「特定記録郵便」か「簡易書留」で送ります。
5. 支払ったお金は全額返金されます。商品引き取り料金は業者負担です。

クーリング・オフができる期間は下記のとおりです。

|   |      |
|---|------|
| 訪問販売（キャッチセールス、アポイントメントセールス等）                              | 8日間  |
| 電話勧誘販売  | 8日間  |
| 連鎖販売取引（マルチ商法）   | 20日間 |
| 特定継続的役務提供（エステティックサロン、語学教室、家庭教師、<br>学習塾、パソコン教室、結婚相手紹介サービス） | 8日間  |
| 業務提供誘引販売（内職商法、モニター商法）                                     | 20日間 |
| 訪問購入（押し買い）  | 8日間  |

通信販売は、返品の可否の表示義務があり、表示がない場合は8日間の返品が可能です。消耗品（化粧品、健康食品など）で使用了分は原則クーリング・オフできません。

### ハガキの書き方（例）

年月日、貴社と  
購入契約をしましたが、解除いたします。  
つきましては、支払済みの円を  
至急返金してください。  
なお、商品は早急に引き取ってください。

〒年月日  
住所 市 町  
氏名

### クーリング・オフの方法

電話や口頭でなく、クーリング・オフ期間内に、必ず書面で行います。

ハガキに契約を解除したい旨を書いて、両面のコピーをとり、郵便局から特定記録郵便か簡易書留で出します。

クレジット契約をしている場合は、クレジット会社宛にも通知してください。

商品を受け取っている場合は、送料は着払いで引き取ってもらえます。

### 通信販売でのクーリング・オフ

通信販売ではクーリング・オフ制度は適用されません。

但し、ウェブサイトや広告に返品の記載がなければ、商品を受取ってから8日以内は返品が可能です。

### クーリング・オフできない場合

総額で3,000円未満の現金取引のとき。  
化粧品、健康食品など政令で消耗品に指定されたものを使用した場合（未使用分は可）

### 友人の紹介による投資用DVDのもうけ話に注意

最近、大学生をターゲットとして高額な投資用DVDを購入させるトラブルが後を絶ちません。友人から目的を告げられずに呼び出された喫茶店で勧誘され、60万円の借金をして購入するが、もうからず、その後友人をだます立場に立たされます。

このような話にも充分注意して下さい。

### 悪質商法に関する相談

佐賀県消費生活センター TEL 0952 - 24 - 0999  
佐賀市消費生活センター TEL 0952 - 40 - 7087  
佐賀県警察本部警察相談室 TEL 0952 - 26 - 9110

### 3 クレジットカードの利用方法

#### クレジットカードに関する相談

日本クレジット協会

<http://www.j-credit.or.jp/>

(一社)日本クレジット協会

<http://www.j-credit.or.jp/>

クレジットは「信用」を担保にした借金です。本人しか利用せず、人に貸すことだけは絶対ないようにしましょう。

自分にあった返済計画表をつくり、毎月の返済額は収入の25%以下になるようにしましょう。クレジットの利用伝票の控えは大切に保管しておきましょう。

クレジットカードを紛失した場合は、警察に届け出ると同時にクレジットカード発行会社にも連絡をしましょう。

クレジットカードの番号は控えておきましょう。

### 4 火災の予防



寝タバコは厳禁です。  
漏電に注意しましょう。  
(コンセントのタコ足配線で埃だらけの差込口等)  
暖房器具の周辺に燃えやすい物を置かないようにして下さい。

### 5 実験実習時の安全確認を

各学部の「実験実習における安全の手引」を参照してください。



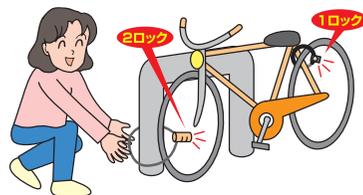
### 6 学内外におけるセキュリティ面での注意事項

学内外で事件・事故にあわないために下記事項に注意してください。また、本庄キャンパスでは、**原則として、午後10時以降は学内に残らないようにしましょう。**

私物・貴重品は、自己の責任で管理すること。  
(サークルの部室や、体育授業の着替え時の盗難に注意し、貴重品は専用ロッカーを使用しましょう。)  
学内で何かあった場合の連絡先を確認しておくこと。  
学内において、不審者と思われる人物等に会った場合は、避けるよう心掛け、学生生活課・学生課又は守衛室等へ連絡すること。  
被害が発生した場合は速やかに110番通報し、学生生活課・学生課又は守衛室に連絡すること。  
サークルの部室などで鍵のかかるところは、必ず鍵をかけること。  
金品は学内に保管しないこと。  
夜間は、なるべく明るい(外灯がついているところ)箇所を通ること。  
暗がりを歩くときは、時々後ろを振り返る、懐中電灯や防犯ブザーを携帯する等、注意しましょう。

#### 乗り物盗対策

防犯登録をしましょう。  
ワイヤー錠の併用  
駐輪場でも鍵かけ(2重ロック)  
オートバイは、ハンドルロックを確実に!



駅や大型商業施設の駐輪場でも注意!

佐賀県では、「防災ネット あんあん」を配信しています。

携帯電話等より登録し、地域の防災活動や安全・安心の確保に役立てましょう。

### 《配信される情報》

- (1) 防災情報 気象警報（大雨、洪水、暴風など）、地震情報、津波情報、台風情報等
- (2) 防犯情報 声掛け事案、不審人物の出没など犯罪の前兆に関する情報 等
- (3) 緊急情報 大規模な事故、テロ発生など緊急に伝達が必要な情報 等
- (4) 火災情報 火災の発生、鎮火に関する情報
- (5) 災害発生時の安否確認情報

### 「防災ネット あんあん」登録方法



携帯電話等からインターネット接続

<http://esam.jp>

QRコードからも簡単アクセス（QRコード読取対応端末）  
左図のQRコードを読み取るとすぐにアクセスできます。



#### かんたん登録

地域（市町）と情報の種類をかんたんに登録

#### 詳細登録

地域（市町）配信情報の種類・項目・配信条件等を細かく設定



#### 利用登録 手続

- ・迷惑メール対策をされている方は、esam.jpからのメールを受信できるように設定してください。
- ・パソコン等のメールアドレスでも登録できます。
- ・本システムは無料で利用できますが、メール受信やサイトへの接続に必要な通信料は利用者の負担となります。

### 詳しくは...

防災・減災さがポータルサイト

<http://www.pref.saga.lg.jp/web/index/bousai-top.html>



### ゆるすな痴漢！

#### 痴漢に遭わないためには

なるべく明るい、人通りのある道を選ぶ  
いつも周囲に気を配る  
帰宅の際は、ドアの内鍵をかけるまで注意  
防犯グッズの活用

#### 被害に遭いそうになったら

大声や防犯ブザー等で周囲に知らせよう



#### 女性の一人暮らしと気付かせない工夫

洗濯物は干す場所・物を工夫  
下着類は人目につかない場所に干そう。  
「ただいま」と言いながら帰宅  
表札に男の人の名前を書くのも一策です。

## 7 カルト的団体に用心

### カルト的団体とは

最初は真の姿を見せず、音楽・スポーツや就職支援等のボランティア活動のサークルを装って独自の団体へと引きずり込んでいく危険な組織です。加入してしまうと団体の活動資金のための（ボランティアを装った）訪問販売や募金活動、自分の団体を批評する・勧誘を断った人への嫌がらせ等を強いられます。そうなってしまうと自分自身の大学生活が台無しになるばかりか、友人を巻き込んで信頼関係が破壊されたり、家族にも迷惑を掛けたり悪影響を及ぼします。

#### 警告！

このような勧誘に十分注意するとともに、安易に個人情報（名前・電話番号等）を教えない。

これらの勧誘や被害に遭った場合やそのような活動を行っている者を見かけた場合は速やかに学生生活課（0952 - 28 - 8200）又は学生課（0952 - 34 - 3132）にお知らせください。

## 8 大麻等（違法薬物）に関する注意

大学生が大麻等（違法薬物）を所持するなど大麻取締法違反などにより逮捕される事件が後を絶ちません。

大麻等の違法薬物は、その「使用（吸引・摂取）」を含め、「所持」や「栽培・製造」或いは「販売」にいたるまで、法律で「**厳しく禁止・規制**」され、その違法行為は「**重大な犯罪**」として罰せられます。

また、最近では危険（脱法）ドラッグを使用することにより重大な事故を起こす事例が発生しています。危険（脱法）ドラッグは偽装されたパッケージや販売方法で巧みに近づいてきます。興味がある素振りを見せず、毅然とした態度で断りましょう。

#### 注意！

覚醒剤・大麻等法律で規制されている薬物は、時に呼び名を変えて出回ることがあります。

覚せい剤 / シャブ、S、スピード  
MDMA / エクスタシー  
LSD / アシッド、ドラゴン  
ヘロイン / ジャンク、チャイナホワイト

大麻 / マリファナ、チョコ、ガンジャ  
シンナー / アンパン、ジュントロ  
コカイン / コーク、クラック

これらは呼称の一部に過ぎません。

## 9 マイナンバー制度

平成28年1月からマイナンバー制度が始まりました。

マイナンバーとは住民票を有するすべての方に一人ひとつの番号を付して、社会保障、税、災害対策といった分野で活用される番号のことです。

学生の皆さんは、アルバイト等を行う際には、事業主から所得税等の申請等に関連して、マイナンバーの提示を求められます。

本学においても、TA(ティーチングアシスタント)・RA(リサーチアシスタント)やアルバイト等を行い大学から給与や謝金を受け取っている学生の皆さんは、マイナンバーを大学に提示していただく必要があります。

マイナンバーは原則として一生涯使うものになります。就職が決まったら、事業所に届け出ることになりますが、面接等で求められることはありません。取扱いにご注意いただき、安易に友達などに教えることがないようにしてください。

マイナンバー通知カードは厳重に保管し、紛失や誤って廃棄することのないようにご注意願います。

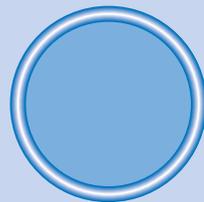
### 【マイナンバーの詳細】

- 政府広報オンライン(特集 社会保障・税番号制度<マイナンバー>)  
<http://www.gov-online.go.jp/tokusyu/mynumber/>
- 内閣官房(マイナンバー社会保障・税番号制度)  
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
- 文部科学省(マイナンバー(社会保障・税番号)制度に関する文部科学省からのお知らせ)  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/kaikei/zeisei/1362172.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/kaikei/zeisei/1362172.htm)

### 本件に関する問合せ先

学務部学生生活課学生支援担当  
(本庄キャンパス学生センター内)





# 体と心の健康

# 1 健康はバランスのとれた食事と適度な運動から

## 食事と運動は健康の基本です

朝食は1日の活力源として大切です。

国立大学全国集計によると、朝食を食べない学生は自炊1年生男子では18%ですが、自炊4年生男子では50%と半数を占めています。脳が働くには大量のエネルギーが必要です。朝食でしっかりエネルギーを摂りましょう。

食物の片寄りとカロリーの過不足が病気のもとです。

大学生男子の5%が肥満で7%がヤセ過ぎ、女子の2%が肥満で14%がヤセ過ぎという集計結果がでました。

男子では1日1500~2500キロカロリー、女子では1200~2000キロカロリーが必要です。多すぎても少なすぎても病気のもとです。

運動不足も病気のもとです。

肥満・高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病は過食(偏食)と運動不足で起こります。生活習慣病の予防にはバランスの良い食事とともに適度の運動が必要です。

体脂肪を減らし体の代謝を正常に保ち、骨や筋肉を鍛えるには比較的緩やかな長時間の運動が適しています。

次の3つの条件を満たす運動を日常生活に取り入れましょう。

**運動の強さ** : 自分の最大運動能力の半分程度の運動、1分間の脈拍数が120~130程度、例えば早足歩行・ゆっくりしたジョギング・水泳など

**運動の持続時間** : 20分以下では脂肪が燃えない。1回30分、できれば60分程度

**運動の頻度** : 1回の運動の効果は2、3日しか続かないので週に3回以上

### バランスのよい食事を

自宅生に比べ自炊生では、肉を多くとり、野菜・果物・牛乳・卵が不足している傾向があります。次の6つの食品群から過不足なく摂り、栄養のバランスを保ちましょう。

1群(肉、魚、卵、大豆など)

4群(その他の野菜、果物)

2群(牛乳、乳製品、小魚など)

5群(米、パン、麺、芋など)

3群(緑黄色野菜、カボチャなど)

6群(油脂、天ぷら油、マヨネーズなど)

## 2 イッキ飲みはやめよう！

大学に入ると、各種のコンパ等に参加し、飲酒する機会があります。ただし、未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

20才になるまでは、ソフトドリンク等、アルコールを含まないものを飲みましょう。

悲しいことに、平成21年度に本学でもサークルコンパでの飲酒による死亡事故がありました。今後、決してこのような悲しい出来事が起らないよう一人ひとりが自覚して行動しましょう。

また、コンパを行う際は、行事届（コンパ用）の提出が必要です。

急性アルコール中毒は、生まれつき酒を飲めない体質の人に無理に飲ませた時、またはイッキ飲みさせた時に発生しています。

生まれつき酒の飲めない人はどれ位いるでしょうか。佐賀大学でアルコールパッチテストを行った結果、受検者の3分の2が酒を飲めない、あるいは酒に非常に弱い体質であることがわかりました。

体質的に飲めない人に酒を強制することは絶対に許されません。

アルコールには麻酔作用があり、アルコール血中濃度が高くなると泥酔状態または昏睡状態に陥り、生命の危険を伴います。

飲める人でも安全なのは日本酒では2合程度で、3合を超えると酩酊状態となり、5合を超えると酔いの程度は更に深くなり危険な状態になることがあります。

イッキ飲みをしている時は元気でも、その後急激に酔いの程度が高まり、突然危険な状態に陥ることがあります。しかも、イッキ飲みをしてから泥酔や昏睡に至るまでの時間差があり、周囲の人が大丈夫だろうと目を離れた後、危険な状態に陥っていることが多いのです。最も危険な酒の飲み方はイッキ飲みであることを忘れないください。

## イッキ飲みは、やらない！ やらせない！

最近では急性アルコール中毒による事故の場合、酒を無理強いした人、イッキ飲みをさせた人、危険な状態であるのを見過ごした人などが告訴されるケースが増えています。

万が一誰かが泥酔したら、本人が大丈夫だといっても一人にはいけません。

回復するまで目を離さず介抱しなくてはなりません。また、意識や呼吸の状態がおかしい、少しでも危険だと感じたら、迷わずに **119番・救急車** に通報してください。

## 3 アルコール NG バッジについて

学生生活課（医学部は、学生課）では未成年やお酒の飲めない人のために、「アルコール NG バッジ」をコンパの届け出時などに配布しています。

新入生歓迎や試験の打ち上げ、追い出しコンパなどに参加する際に、胸につけるなどして活用して下さい。

なお、新入生には入学時に、全員に配布します。



## 4 佐賀大学は、建物内禁煙です

本庄キャンパスは建物内禁煙です。

決められた喫煙所以外での喫煙はできません。

歩きタバコ、自転車に乗りながらのタバコ、  
吸い殻のポイ捨ては厳禁です！ マナーを守りましょう。

鍋島キャンパスは敷地内全面禁煙です。

( 佐賀大学ホームページで確認してください )

タバコは吸わないようにしましょう！

### タバコの害

タバコの煙には、多くの発癌物質と有害物質が含まれています。  
色々な病気の危険因子になることが知られています。  
未成年の喫煙は禁止されています。20歳をこえても吸い過ぎや  
タバコの煙で周囲の人に迷惑をかけることには注意しなければ  
いけません。

禁煙支援



保健管理センターでは、ニコチンパッチを使った禁煙サポートを行っています。ご相談ください。

## 5 眠れなくなったり、食欲がなくなったり、落ち込んだりしたら

### 悩んでいて、だれかに相談したい時

大学生活の中で、友人や家族および先生との人間関係がうまくいかなくなると、次第に元気がなくなって、眠れなくなったり、大学へ行きたくなくなったりします。誰かに縛られた感じがして、涙もろくなったり、自分はダメな人間だと思ったり、自分の言いたいことが言えなくなったりする人もいます。そんな時、辛い体験を自分の中にしまわないで、誰かと語り合うことで楽になることがあります。自分と同じようなことで悩んでいる人がいるかもしれません。

自分がどう行動したらよいのかなど、悩んだ時は相談しましょう。

何の駆け引きもなく、透明に語り合うことで自分が楽になりますよ。

大学には、カウンセラーや精神科のドクターもいます。自分だけでうまく対処できない問題があったら、気軽に相談してください。相談は無料です。自分で深刻に考えていた問題も、一緒に考えると、よい解決策が見つかるかもしれません。

クリニックや病院を受診したい人も保健管理センターに相談してもらえれば、紹介することもできます。まずは電話をしてみてください。予約日には、じっくりとお話できるようになっています。

相談は保健管理センターやカウンセラーの先生へ

TEL 28 - 8181 (本庄キャンパス)

TEL 34 - 3215 (鍋島キャンパス)

メールアドレス

mental@mail.admin.saga-u.ac.jp

## 6 保健管理センターについて

保健管理センターは

本庄キャンパスと鍋島キャンパス（医学部・分室）にあります。  
保健管理センターの仕事をおおまかに分類すると下のようになります。

### 健康診断

保健管理センターでは、毎年健康診断が行われています。すべての学生は、この定期健康診断を受けなくてはなりません。

### 健康相談

悩みがあったり心配ごとがあればいつでも相談を受けることができます。

### 応急処置

風邪や腹痛など病気の時、または怪我をした時など、保健管理センターで薬をもらったり傷の手当てをしてもらうことができます。

相談は保健管理センター事務室へ TEL28-8181（本庄キャンパス）  
（分室）TEL34-3215（鍋島キャンパス）  
メールアドレス [mental@mail.admin.saga-u.ac.jp](mailto:mental@mail.admin.saga-u.ac.jp)

佐賀大学の保健管理センターには次のスタッフがいます。

(本庄キャンパス)

**佐藤先生**

精神科の医師です。心の悩みを聞いて相談に乗ってくれます。

**木道先生**

内科の医師です。主に体のことの面倒をみてくれます。

(鍋島キャンパス)

**尾崎先生**

内科の医師です。主に体のことの面倒をみてくれます。

**武富さん 古川さん**

看護師さんと保健師さんです。性教育やエイズ予防教育にも取り組んでいます。

**安田先生**

臨床心理士です。心の悩みを聞いて相談に乗ってくれます。



**福島さん 小川さん 永瀬さん**

看護師さんと保健師さん達です。保健管理センターに来ると、どんなことでも話を聞いてくれます。手当もしてくれます。

**井ノ上さん**

診断書や証明書の発行など保健管理センターの事務の仕事をしています。

**リラクゼーションルーム**

本庄の保健管理センターにあります。木目調の優しいテーブルと椅子、マッサージ機、オーディオを揃えています。のんびりしたい、静かに過ごしたい、ホッと一息つきたい時利用してください。また、健康に関する雑誌を読むこともできます。

保健管理センターのロビーには、

**身長体重計、体脂肪計、血圧計、視力計**

などが備えてあり、保健管理センターに来た人が自由に計測することができます。

今一番の人気なのは体脂肪計です。毎日、幾人もの人が保健管理センターで体脂肪を測り、食事療法や運動療法の効果を確認しています。

解らないことがあれば、保健管理センタースタッフに訊ねてください。いつでも親切に教えてくれます。

あなたも保健管理センターに来てみませんか。  
そして保健管理センタースタッフと仲良しになりませんか。

**保健管理センターのホームページも覗いてください  
情報満載です ( <http://www.suhcc.saga-u.ac.jp/> )**

## 7 学生カウンセラーについて

### 学生カウンセラー相談窓口開設について - 学生のための専門家によるカウンセリング -

佐賀大学学生カウンセラー相談窓口は、学生の皆さんの心や身体の相談や疑問、悩み、困ってることなどを支援するために平成17年7月1日から開設されました。

相談は、直接、相談したいカウンセラーのメールアドレスか電話番号に連絡してください。カウンセリングは予約制となっています。

また、相談内容等の秘密は堅く守られますので安心して気軽に利用してください。

#### 学生カウンセラー

| 氏名    | 相談日・相談場所  | メールアドレス等   |
|-------|---|--|
| 林 陽子  | 本庄キャンパス<br>毎週 月曜日 8:30から17:00<br>保健管理センター                           | kaunseis@mail.admin.saga-u.ac.jp<br>0952-28-8418 |
| 吉村 春生 | 本庄キャンパス<br>毎週 火曜日 8:30から17:00<br>保健管理センター                           | kaunseyo@mail.admin.saga-u.ac.jp<br>0952-28-8418 |
| 安田 郁  | 鍋島キャンパス<br>毎週 月曜日 8:30から12:00<br>毎週 火～金曜日 8:30から17:00<br>保健管理センター分室 | kaunseya@mail.admin.saga-u.ac.jp<br>0952-34-3277 |

相談日は変更になる場合もありますので、

事前に本庄キャンパスにおいては、保健管理センター0952-28-8181、

鍋島キャンパスにおいては、保健管理センター分室0952-34-3215でご確認下さい。

ご質問や感想などについては、[voice@mail.admin.saga-u.ac.jp](mailto:voice@mail.admin.saga-u.ac.jp) まで電子メールでお送りください。

## 8 キャンパスソーシャルワーカーについて

キャンパスソーシャルワーカー（CSW）制度は、何らかの理由で大学へ来られず、担当の先生とも連絡が取りづらくなった学生を支援する目的で、平成23年7月にスタートしました。「授業に出づらい」「大学の人と関わりにくい」といった様々な悩みを聞き、チューターやゼミ担当の先生に橋渡ししています。その後も担当の先生と連携しながら一緒に問題解決できるようにサポートしています。

サポートの概要として、担当の先生から「最近学校へ出てきていないようだ」「本人へ連絡をしたが、なかなか繋がらない」といった相談を受け、CSWから本人へメールや電話をします。またCSWと“面談”という形で直接会って話を伺い、悩み事や心配事が少しでも解決できるように一緒に考えることもできます。CSWは大学教員ではありません。登校や単位取得を強く勧める等を行わず、あくまで学生さんのペースに寄り添いながら、お姉さん・お母さんの立場からお手伝いをするためのスタッフです。相談の内容は、担当の先生には言い辛い悩み、留年・休学の事、進路の迷いなど、どのような事でも構いません。

平成26年10月からは、学生支援室集中支援部門とも連携し、より相談しやすいよう窓口を広げています。学生の皆さんに過ごしやすいキャンパスライフを送っていただくためにも、一人で抱え込まずに窓口に来て下さい。お待ちしております。

### キャンパスソーシャルワーカー

水町 喜代  
中村 志織  
田中 沙恵  
園田みどり  
小山 弘子

月曜日～金曜日  
時間 9：00～17：00  
メールアドレス [campussw@mail.admin.saga-u.ac.jp](mailto:campussw@mail.admin.saga-u.ac.jp)  
TEL：0952 - 28 - 8943





# 施設と環境

## 1 環境に配慮した行動を

地球温暖化（気候変動）の主な原因は、化石燃料の大量消費によるといわれ、今日その削減が急がれているところです。このためには私達の日常生活を全般的に見直すことが求められています。佐賀大学は、独自の環境マネジメントシステムにより、全学を挙げて取組みを進めています。皆さんも協力をお願いします。



- 1 電気や水道の節約に努めましょう。教室など共同施設の電灯やエアコンのスイッチはこまめに On - Off しましょう。水道の栓はしっかり閉めましょう。
- 2 ごみは分別して捨てましょう。「ゴミ」の多くは、資源として再利用出来ます。プラスチックは、佐賀市の家庭ごみと違い、大学内では分別します。紙は資源物として回収します。ペットボトル、缶、瓶の分別回収に協力下さい。飲みかけが中に入っていると後の処理が大変です。できるだけ中をきれいにしてください。
- 3 佐賀大学では学生自らが環境保全活動に積極的に取り組んでいます。これらのグループに参画し、自然に「環境に配慮した行動」ができるようになってください。この情報や活動に必要な物品の貸し出しについては学生生活課・学生課にお尋ねください。

## 2 施設整備に協力を

～大学の施設や備品は共有財産です。大切に使いましょう～

- 1 駐車や駐輪のルールを守り、スムーズな通行ができるようにしましょう。
- 2 ポスター掲示やビラ配布をするには学生生活課・学生課の許可が必要です。ルールを守り、構内の景観を乱さないようにしましょう。

大学では、施設の安全確保に十分気をつけていますが、万が一、学内の建物や備品等で危険な状況を見つけた場合は大学職員に教えてください。



# 課外活動の 安全対策

# 1 安全で健康的な文化・スポーツ活動を

本学では、佐賀大学憲章に基づき、学生が自発的に行う課外活動を奨励しています。学生の自主運営による文化及びスポーツ系のサークル活動が活発に行われています。

積極的にサークル活動に参加しましょう。

課外活動には常にケガや事故の危険がつきまといます。決して「油断」することなく「無理のない計画」を「安全第一」に実践してください。

## 負傷や事故の原因

1.  
実力不相応  
の活動

2.  
疲労の蓄積

3.  
不注意または  
判断ミス

## 事故に遭わないために

自分自身やチームの仲間の健康状況や体力を把握しておきましょう。

保健管理センターにおいて、課外活動者のための健康診断を行っていますので、必ず受診しましょう。(春・秋)

施設の整備、用具の点検は常時実施し、異常に気づいたらすぐに関係者に連絡しましょう。

ゆとりのある活動計画を立てましょう。

練習マニュアルは、事故防止方策も取り入れて作成しておきましょう。

## 事故に遭ったときは

① まず被害者をすばやく安全な場所に移し、応急措置を行い事故が  
続発、拡大しないように対処してください。

② 救急車が必要な場合は

- 消防署（119番）に連絡し救急車を依頼してください。
- 事故の内容を学生生活課・学生課および顧問教員に報告してください。

③ 救急車以外の場合は

- 保健管理センター（本庄キャンパス）28-8181  
// 分室（鍋島キャンパス）34-3215  
に連絡してください。

## 2 リーダーシップセミナー

本学では、各サークルが充実した活動を行うために、現在サークルの指導的立場にあるリーダー又は今後サークルを牽引していく可能性がある次期リーダーの見識を深め、そしてサークルという組織の運営に役立ててもらおうと共に、将来社会で求められるリーダーとしての資質を磨くことを目的に、毎年サークルリーダーシップセミナーを実施しています。

## 3 リーダーズ・トレーニング

九州地区大学においても体育系サークル幹部に対して、リーダーとしての知識を習得させ、幹部としての責任・役割を身につけさせるとともに、九州地区大学体育の活性化並びに大学相互の連帯意識の育成及びサークル幹部の資質の向上を図ることを目的にリーダーズ・トレーニングが例年11月初旬に実施されています。

## 4 大会・行事に参加するときは

学外において、大会・行事に参加又は主催する時には、行事届を事前（1週間前）に学生生活課・学生課に必ず提出してください。提出がない場合には、万一事故によってケガ等をした場合でも「学生教育研究災害傷害保険」の適用が受けられませんので注意してください。

また、サークル等学生団体による飲酒を伴うコンパの開催時にも、事前（1週間前）に行事届（コンパ用）を学生生活課・学生課に提出してください。



# ハラスメント

# 1 佐賀大学はハラスメントからあなたを守ります！

佐賀大学は、すべての学生及び教職員が個人として尊重され、良好な環境において修学、教育、研究及び就労ができるように努めています。

でも、ハラスメントにあつたら、見かけたら  
どうしたらいいの？



1. 出来事があった日付、時間、場所、目撃者などを書き留めておきましょう。
2. 保健管理センター、事務局及び学部に相談員がいますので、気軽に相談してください。  
相談を受けた者は、被害を申し出た方のプライバシーを守ります。
3. 一人で悩まず、上記以外でも信頼できる人に相談しましょう。
4. 相手に直接自分の意見をはっきり伝え、きっぱり否定しましょう。
5. 執拗に行為を続ける場合は、逃げる、あるいは大声で叫び、助けを求めましょう。

## 2

### 1人で悩まず、相談しましょう

相談員は相談者の名誉やプライバシーを守りますので、安心して相談してください。

#### 佐賀大学ハラスメント相談員

所属に関係なく、どの相談員でも結構です。(このリストは、五十音順で作成しております。)

相談は、面談でも、手紙、電話、電子メール等でも受け付けます。

平成28年3月1日現在

| 氏名     | 所属等               | 学内電話番号(市外電話0952)<br>E-Mail アドレス                 | 場所              |
|--------|-------------------|---|-----------------|
| 尾崎 岩太  | 鍋島地区保健管理センター分室准教授 | 34 - 3278<br>soudan1502@mail.admin.saga-u.ac.jp | 鍋島地区保健管理センター分室  |
| 木道 圭子  | 保健管理センター講師        | 28 - 8182<br>soudan1501@mail.admin.saga-u.ac.jp | 保健管理センター<br>2階  |
| 古賀 明美  | 医学部教授             | 34 - 2561<br>soudan1507@mail.admin.saga-u.ac.jp | 医学部看護学科棟<br>4階  |
| 小西 みも恵 | 経済学部准教授           | 28 - 8423<br>soudan1506@mail.admin.saga-u.ac.jp | 経済学部<br>1号館2階   |
| 丹羽 順子  | 全学教育機構准教授         | 28 - 8387<br>soudan1513@mail.admin.saga-u.ac.jp | 学生センター2階        |
| 平川 奈緒美 | 医学部准教授            | 34 - 2321<br>soudan1508@mail.admin.saga-u.ac.jp | 医学部臨床研究棟<br>2階  |
| 藤村 美穂  | 農学部准教授            | 28 - 8728<br>soudan1512@mail.admin.saga-u.ac.jp | 農学部3号館          |
| 前田 明子  | 工学系研究科助教          | 28 - 8629<br>soudan1510@mail.admin.saga-u.ac.jp | 理工学部6号館<br>2階   |
| 松尾 陽好  | 経済学部准教授           | 28 - 8469<br>soudan1505@mail.admin.saga-u.ac.jp | 経済学部<br>3号館2階   |
| 松下一世   | 文化教育学部教授          | 28 - 8271<br>soudan1503@mail.admin.saga-u.ac.jp | 文化教育学部<br>1号館3階 |
| 光富 勝   | 農学部教授             | 28 - 8786<br>soudan1511@mail.admin.saga-u.ac.jp | 農学部1号館<br>南棟2階  |
| 吉川 達   | 全学教育機構講師          | 28 - 8986<br>soudan1514@mail.admin.saga-u.ac.jp | 学生センター2階        |
| 吉住 磨子  | 文化教育学部教授          | 28 - 8344<br>soudan1504@mail.admin.saga-u.ac.jp | 文化教育学部<br>4号館3階 |
| 米山 博志  | 工学系研究科教授          | 28 - 8542<br>soudan1509@mail.admin.saga-u.ac.jp | 理工学部1号館<br>中棟3階 |

印は女性の相談員

相談員は、上記のほかに総務部や学務部、学術研究協力部などの事務職員にもいますので、ホームページでご確認ください。

なお、上記相談員のリストは、平成28年3月1日現在で作成しており、異動等により相談員やその連絡先等が変わる場合もありますので、相談される際は、最新の情報をホームページで確認の上、相談してください。

ホームページ <http://www.saga-u.ac.jp/somu/sekuharatou.html>

学外非常勤による「学生カウンセラー相談窓口」も利用ください!

### 3 ハラスメントとは？

#### I .セクシュアル・ハラスメントとは？

相手方が望まない、不快にさせる性的な言動（性的な内容の発言や言動）をいいます。（条件と引き換えに）肉体関係の要求をする「対価型」と、行為が行われることで働きづらい環境が作られる「環境型」に大別されます。

#### 具体例

（対価型セクシュアル・ハラスメント）

- ア．研究、教育及び職務の指揮、評価ないし学業成績等に反映させることをちらつかせ、個人的な性的欲求への服従を強要する。
- イ．研究、教育及び職務上の条件の決定等に反映させることをちらつかせ、個人的な性的欲求への服従を強要する。
- ウ．研究、教育及び職務上の指揮や評価若しくは研究、教育及び職務上の利益や不利益の与奪を条件とした性的働きかけをする。
- エ．相手方への性的な関心の表現を、教育指導や職務遂行に混交させる。

（環境型セクシュアル・ハラスメント）

- オ．性的な面で不快感をもよおすような会話をしたり、行動をしたり、状況をつくる。
- カ．性にかかわる話題や行動等で、正常な研究、教育及び職務の遂行を妨害する。
- キ．宴会等で異性に対して、隣に座ることやお酌をすることを強要する。
- ク．異性一般に対する軽蔑的な発言をしたり、話題にしたりする。
- ケ．悪意による、人格の評価を傷つけかねない性的表現をしたり、性的風評を流す。
- コ．執拗若しくは強制的に性的行動に誘ったり、交際の働きかけをする。
- サ．性的な意図をもって、身体へ一方的な接近又は接触をする。



## Ⅱ .アカデミック・ハラスメントとは？

教育研究の場における権力を利用した嫌がらせをいいます。

### 具体例

（研究活動を妨害するもの）

- ア．正当な理由なく、文献・図書や機器類を使わせない。
- イ．正当な理由なく、実験機器や試薬等を勝手に廃棄する。
- ウ．研究に必要な物品購入を、必要な書類に捺印しないという手段で妨害する。
- エ．正当な理由なく、机を与えない又は机を廊下に出したり、条件の悪い部屋や他の研究室員とは別の部屋に隔離したりする。
- オ．正当な理由なく、研究室への立ち入りを禁止する。
- カ．研究費の申請を妨害する。
- キ．正当な理由なく、学会への出張を許可しない。
- ク．正当な理由なく、研究出張を認めない等の手段で、共同研究を行わせない。

（教育指導を妨害するもの）

- ケ．卒業研究を開始して間もないのに、早々に留年をいわたす。
- コ．正当な理由を示さずに単位を与えない。
- ク．卒業・修了の判定基準を恣意的に変更して留年させる。
- チ．正当な理由なく、本人の希望に反する学習・研究活動や研究テーマを押しつける。
- ツ．就職活動を禁止する。
- テ．正当な理由なく、就職や他大学進学に必要な推薦書を書かない。
- ト．正当な理由なく、他の研究教育組織への異動を強要する。
- ナ．「放任主義だ」と言って、ゼミナールを開かず、研究指導やアドバイスもしない。
- ニ．論文原稿を渡されてから、正当な理由なく、何週間経っても添削指導をしない。
- ヌ．嫌いなタイプ、意見の合わない学生に対して、指導を拒否したり差別待遇をしたりする。
- ネ．「お前は幼稚園児だ」とか「幼稚なお前には指導の必要がある」とかいい、精神的虐待を行う。



### Ⅲ パワー・ハラスメントとは？

職場内の地位や権力を悪用して、部下の人権や尊厳を踏みにじり、不当に苦しめる言動をいいます。

#### 具体例

- ア．職場の飲み会を断ったら、上司から厭味をいわれ続け、“付き合いの悪い奴”として仲間外れにされる。
- イ．仕事で自分の意見を言ったら、“生意気だ”と上司や先輩から非難される。
- ウ．会議等の席上で、特定の個人の研究や教育上の能力を攻撃材料として、その人に不利益をもたらす。
- エ．会議等の席上で、不確かな情報に基づき、特定の個人の精神的疾患などを揶揄する言動をする。



### アルコール・ハラスメントとは？

飲酒にまつわる迷惑行為や人権侵害をいいます。

#### 具体例

- ア．上下関係などを利用して飲酒やイッキ飲みを強要する。
- イ．飲めないことをからかうなど、飲めない人への配慮を欠く行為をする。
- ウ．酔った上で迷惑な行為をする。

これらのハラスメントに該当するかどうかは、基本的には言動の受け手がそれを不快に感じるかどうかによって決まります。



# 交通事故の防止

# 1 ルールを守って交通安全

最近、本学学生による交通事故が多発しています。  
その中には、死亡・重傷に至る悲惨な事故も含まれています。  
また、学内においては、騒音や不法駐車によって大学にふさわしい環境が失われつつあります。



ひとたび事故を起こせば、被害者・加害者を問わず、家族とともに苦しみ、学業にも支障が出るなど多大の負担を被ることになります。このようなことは、誰でも知っているのですが、各自が「安全」に対する意識を高める努力をしてください。

## 死亡事故例

夜間、前方不注意により横断歩道横断中の男性をはね死亡させた。  
(平成23年10月)

前夜飲酒后、早朝に自動車を運転し、自転車で走行中の本学学生をはね死亡させた。  
(平成13年8月)

飲酒運転で電柱に激突し本人は重傷、同乗者2名が死傷。  
(平成12年12月)

本学では、最近の交通死傷事故に対する社会の見方の変化、事故結果の重大性に鑑み、飲酒・スピード違反等に基づく悪質な交通事故を起こした学生は、原則として無期停学又は退学とすることとしています。



- ①危険を予測しながら運転しましょう。
- ②運転中、携帯電話は使わないようにしましょう。
- ③飲酒運転は絶対にやめましょう。
- ④夜間の運転は特に注意を払いましょう。
- ⑤時間にゆとりを持って運転しましょう。

## 自動車任意保険

「自動車損害賠償責任保険」では足りない部分を補う保険です。自動車等を所有し運転する者は加入しましょう。

## 2 自動車通学について（本庄キャンパス）

### 該当者

次の①、②の両方を満たす者（学部一年生は不可）

又、病気など特別な理由により必要な者

①公共交通機関を利用し片道通学時間が2時間以上の者（学部生）

又は通学距離が片道4キロメートル以上の者（大学院生等）

②大学が実施する交通安全講習会を受講した者

#### 入構及び駐車の方法

自動車を運転して入構する者は「佐賀大学自動車登録票」を運転席前のダッシュボードの上に提示し、所定の場所に駐車しましょう。

#### 自動車・バイクの構内移動禁止

自転車を除く車両は、下校するとき以外、構内を移動させてはいけません。

また、構内の制限速度は時速20kmとなっています。入退構時は速度を守って走行してください。

#### パスカード（有料）について

大学構内における交通安全及び環境保全を図るため定期パスカード（有料）による入退構制をとりました。

・登録票交付者 4,200円（年額）

・臨時駐車許可交付者 600円（月額）

\*新規にパスカードを発行する者 1,000円を別途徴収



## 交通マナーについて

本庄キャンパスは構内交通規程によりキャンパス内の教育・研究環境の維持を図っています。

そのため許可された教職員・学生及び業者以外は、本庄キャンパス内への車の乗り入れを禁止しています。

しかしながら、許可を受けていない学生による大学周辺の大型店舗等への無断駐車が後を絶たず、厳しい苦情が寄せられています。

交通ルール無視の行為に対しては、社会の批判の目は厳しく、学生だからという甘え、安易な考え方は一切通用しません。他人の迷惑や緊急時の通行障害等を念頭におき良識をもって対処してください。

本件に関する  
問合せ先

学務部学生生活課課外・生活支援担当  
（本庄キャンパス学生センター内）  
TEL 0952 - 28 - 8167・8175

### 3 自動車通学について（鍋島キャンパス）

#### 該当者

医学科5、6年生、看護学科3、4年生  
で、①、②を満たす者  
又、病気など特別な理由により必要な者

- ①通学等の距離が片道2キロメートル以上であり、自動車を使用しなければ通学等が困難である場合
- ②大学が実施する交通安全講習会を受講した者

#### 入構及び駐車の方法

自動車を運転して入構する者は「駐車許可証」を運転席前のダッシュボードの上に提示し、所定の場所に駐車しましょう。

#### パスカード（有料）について

医学部ではカーゲートを設置し、事故防止及び緊急時の通路確保をする目的で駐車区域の規制を行っています。

- ・ 駐車整理料 4,800円（年間）
- ・ カード代金 1,350円

## 交通マナーについて

医学部では構内交通規則を定めキャンパス内の教育・研究環境の維持を図っています。そのため、許可された教職員及び学生以外は医学部内への車の乗り入れを禁止しています。

しかしながら、許可を受けていない学生による大学周辺路上へ駐車する車が絶えません。その都度付近住民から大学側に苦情が寄せられています。この行為は「車庫法違反」となり、これにより医師免許・看護師免許の交付が遅れる可能性があります。

交通ルール無視の行為に対しては、社会の批判の目は厳しく、学生だからという甘え、安易な考え方は一切通用しません。他人の迷惑や緊急時の通行障害等を念頭におき良識をもって対処してください。

将来医師、看護師を目指す学生として社会の期待に応えるべく入学してきたことを自覚し、交通ルールを守ってください。

本件に関する  
問合せ先

医学部学生課総務担当  
（鍋島キャンパス）  
TEL 0952 - 34 - 3132

## 4 自転車の違反と罰則 知っていますか？

自転車の通行方法は、道路交通法で規定されています。  
交通ルール・マナーを守り危険な乗り方はしないように注意しましょう。

### 1 信号を無視したり、踏切で一時停止しなかったら



#### 信号無視

3 か月以下の懲役または 5 万円以下の罰金

#### 踏切及び指定場所における一時停止違反

3 か月以下の懲役または 5 万円以下の罰金

一時停止の交通標識のある道路、狭い道路から広い道路へ出る際、必ずいったん止まって、右・左の安全を確かめましょう。

### 2 二台横に並んで走っていたら

#### 並進の禁止

2 万円以下の罰金または科料

自転車は 2 台、3 台と横に並んで通行してはいけません。他車の通行をさまたげたり、交通事故に遭うおそれがあります。

道路の左端を縦に一列で通らしましょう。ただし、標識等で認められたところは並んで走ることができます。



### 3 二人乗りをしていると



#### 乗車人員制限違反

2 万円以下の罰金または科料

バランスが崩れやすく、  
とても危険です。

### 4 夜、ライトをつけないと

#### 夜間の無灯火

5 万円以下の罰金

車両等は（自転車も含む）  
夜間道路で前照灯、尾灯  
などの灯火をつけなければ  
いけません。



### 5 傘さし、携帯電話を使いながら運転すると



#### 運転者の遵守事項違反

5 万円以下の罰金

傘をさし、物を手に持つ等、運転の視野をさまたげ、または安定を失うおそれのある方法で自転車を運転してはいけません。

また、携帯電話で通話やメールをすることはもちろん、安全な運転に必要な交通に関する音または声が聞こえない状態で、ヘッドフォンを着用しながらの運転も集中が途切れ、前方の確認がおろそかとなるため、やめましょう。

## 6 酒に酔って乗っていると

### 飲酒運転の禁止

5年以下の懲役または100万円以下の罰金（酒酔い）

酒気帯びで車両等（自転車を含む）を運転してはいけません。



## 7 自転車通行区分違反をすると

### 路側帯



### 路側帯



道路の状況に応じて、車道か路側帯どちらかを通行してください。

### 車道通行が原則

3か月以下の懲役又は5万円以下の罰金

- ・歩道と車道の区別があるところは車道通行が原則です。
- ・車道の左側を通行しなければなりません。
- ・路側帯は向って左側のみ通行可能です。

### 歩道は歩行者優先、車道寄りを徐行

2万円以下の罰金又は科料

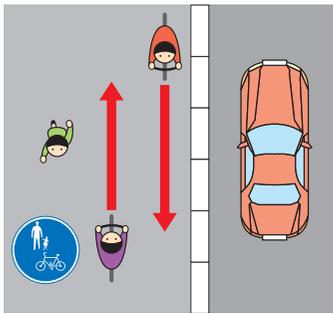
歩道では、すぐに停止できる速度で、歩行者の通行を妨げる場合は、一時停止しなければなりません。

盗難防止のために自転車に付いている鍵とチェーン鍵等のツーロックの習慣を付けてください。



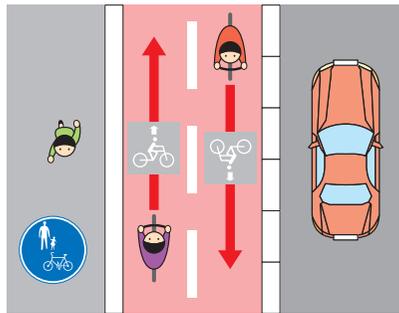
### 歩道や専用通行帯を通行する方法

歩道を通行するときは、  
車道寄りを徐行



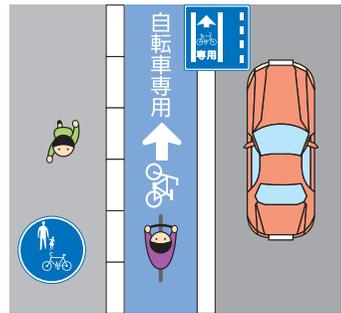
車道寄りを通行

通行指定部分がある場合は、その部分を徐行（歩行者がいな  
い時は徐行義務なし）



通行指定部分を通行

自転車専用通行帯がある  
場合は、その部分を進行



自転車専用通行帯を通行

## 8 一定の危険な違反行為\*をして2回以上摘発されると

公安委員会の命令を受けてから3か月以内の指定された期間内に講習を受けなければなりません。

公安委員会の受講命令に従わなかった場合は5万円以下の罰金

\* 信号無視、通行区分違反、一時停止違反、路側帯や歩道の歩行者妨害など



# 保 險 制 度

学生生活を送る上で、思わぬ事故に遭ったり、事故を起こしたりして、けがを負うことがあります。また、他人へ損害を与えたり、物を壊したりして損害賠償責任を負うこともあります。これに対して、大学では、学生が安心して、学生生活を送れるように各種保険による補償制度の準備をしています。

## 1 学生教育研究災害傷害保険(大学負担にて全学生加入済)

### 保険の趣旨

学生が、教育研究活動中(正課中、学校行事中、課外活動中及び学内施設内)及び通学途中において、不慮の災害事故による傷害を受けることが少なくありません。そうした災害事故を受けた学生への補償救済のため「学生教育研究災害傷害保険」(略称「学研災」)の制度があります。

この保険は、昭和51年度に発足したもので、全国の国公私立すべての大学でこの制度を取り入れており、そこに学ぶ学生のほぼ全員が加入している状況にあります。

新入生の皆さんが卒業するまでの期間、安心して勉学及び課外活動に専念し、正課・課外教育活動を通して有意義で充実した学生生活を過ごすための福利厚生事業の一環として、本学では学生の皆さんを全員加入としております。

なお、保険料は大学が負担し、学生の皆さんの経費負担はありません。

また、加入手続きは大学が一括して行うため、学生の皆さんが行う必要はありません。

### 事故が起きた時及びケガが治った時の届出

事故が発生した場合の届出、ケガが完治した際の保険金請求は、すべて所定用紙で行うことになっていますので、学生センターの学生生活課(医学部生は学生課)で手続きを行ってください。

- (1) 事故が発生した場合...「事故通知書」事故より30日以内
- (2) ケガが完治した場合...「保険金請求書」

### この保険に関する照会及び問合せ先

**学務部 学生生活課 学生支援担当(本庄キャンパス学生センター内)**

TEL 0952 - 28 - 8173

**医学部 学生課 総務担当(鍋島キャンパス)**

TEL 0952 - 34 - 3132

## 保険金が支払われる場合

- (1) 本学の教育研究活動中の急激かつ偶然な外来の事故により身体に傷害を被ったとき。「教育研究活動中」とは次の場合をいいます。

① 正 課 中

講義、実験・実習、演習又は実技による授業（以上を総称して「授業」といいます。）を受けている間をいい、次に掲げる間を含みます。

イ．指導教員の指示に基づき、卒業論文研究又は学位論文研究に従事している間  
ただし、もっぱら被保険者の私的生活にかかる場所においてこれらに従事している間を除きます。

ロ．指導教員の指示に基づき、授業の準備もしくは後始末を行っている間又は授業を行う場所、大学の図書館・資料室もしくは語学学習施設において研究活動を行っている間

② 学校行事中

大学が主催する入学式、オリエンテーション、卒業式など教育活動の一環としての各種学校行事に参加している間

③ ①②以外で学校施設内にいる間

大学が教育活動のために所有、使用又は管理している施設内にいる間（課外活動（公認サークル）を行っている間を含む）。ただし寄宿舍にいる間、大学が禁じた時間もしくは場所にいる間又は大学が禁じた行為を行っている間を除きます。

④ 学校施設外で大学に届け出た課外活動を行っている間

大学の規則に則った所定の手続きにより、大学の認めた学内学生団体の管理下で行う文化活動又は体育活動を行っている間。ただし山岳登山やハンググライダーなどの危険なスポーツを行っている間を除きます。

- (2) 上記の他、通学中の事故・学校施設等相互間の移動中に身体に傷害を被ったとき保険金が支払われます。

① 通 学 中

大学の授業等、学校行事又は課外活動への参加の目的をもって、合理的な経路及び方法（大学が禁じた方法を除きます。）により、住居と学校施設等との間を往復する間

② 学校施設等相互間の移動中

合理的な経路及び方法（大学が禁じた方法を除きます。）により、大学が教育研究のために所有、使用又は管理している施設の他、授業等、学校行事又は課外活動の行われる場所の相互間を移動している間

- (3) 臨床実習中に接触感染による感染症予防措置を受けた場合 1 事故につき定額払いで15,000円支払われます。

## 2 その他の保険（任意加入）

### 1 . 学研災付帯賠償責任保険

A コース 学生教育研究賠償責任保険(略称「学研賠」)

B コース インターンシップ・教職資格活動等賠償責任保険(略称「インターン賠」)

C コース 医学生教育研究賠償責任保険(略称「医学賠」)



#### 1 . 保険の内容

国内外において、学生が、正課、学校行事及びその往復中で、他人にケガをさせたり、他人の財物を損壊したことにより被る法律上の損害賠償を補償します。

#### 2 . 対象となる活動範囲

(国内の活動で、学生教育研究災害傷害保険(以下「学研災」)の適用になる場合のみが本賠償責任保険の対象になります。)

- A コース (医療関連学部(学)科の実習を除く)  
正課、学校行事または課外活動及びその往復。  
(Bコースの対象範囲を含む)
- B コース インターンシップ、介護体験活動、教育実習、ボランティア活動及びその往復。  
但し、臨床実習、看護実習などの医療関連実習は除きます。
- C コース (医療関連学部(学)科の実習を含む)  
医療関連学部の正課、学校行事または課外活動及びその往復。  
(Bコースの対象範囲を含む)

◆インターンシップとは...学生が在学中に自らの専攻や将来のキャリアに関連した企業等において参加する就業体験をいいます。

◆介護体験活動とは...小学校及び中学校の教諭の普通免許取得希望学生が行う介護等体験活動をいいます。

◆教育実習とは...「教育実習」に該当する科目において学生が教諭免許取得のために受入先の幼稚園・小中学校・高校で行う活動をいいます。

特別支援学校教諭免許取得に関する「心身に障害のある幼児、児童または生徒についての教育実習」及び養護教諭免許取得に関する「養護実習」を含みます。

◆ボランティア活動とは...各人の自由な意志によって、個人がもっている能力、学力あるいは財産をもって、社会に貢献する活動をいいます。(ただし、本賠償責任保険では、学校管理下の正課、学校行事、または課外活動として行われるものに限りです。)

◆医療関連実習とは...大学の医療関連学部(学)科が正課または学校行事として位置づけて行う実習をいいます。( )  
医療関連実習については、①大学が正課として位置づけている実習であること、②被保険者がその専門資格に関わる行為を業務(アルバイトその他恒常的に行うものを含みます)として行っていないこと、そして、③①②について大学から証明を得られること、の条件を満たした場合に限って対象となります。

お問い合わせ先 佐賀大学学生生活課(本庄キャンパス) 0952-28-8173  
佐賀大学医学部学生課(鍋島キャンパス) 0952-34-3132

## 2 . 学研災付帯学生生活総合保険（全学部対象）

お問い合わせ先 学生生活総合保険相談デスク

0120 - 811 - 806

## 3 . 学生総合共済（生協）（全学部対象）

お問い合わせ先 佐賀大学生生活協同組合

0952 - 20 - 1160

## 4 . Will（日本看護学校協議会共済会）（医学部看護学科のみ対象）

お問い合わせ先 佐賀大学医学部学生課（鍋島キャンパス）

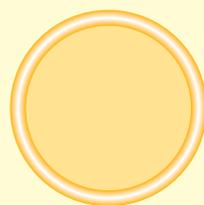
0952 - 34 - 3132

### 医学部生における注意

医学部においては、賠償責任保険（偶発的な事故により他人に怪我をさせたり、他人の財物を損壊したりして法律上支払わなければならない賠償金に対する補償）や、感染予防費用に関する保険（針刺し事故等が発生した場合の感染予防措置費用に係る保険）に加入していることを確認した上で実習に参加していただきます。

実習は、1年次前期から始まりますので、入学時に『② その他の保険（任意加入）』のいずれかの保険に加入することを義務付けています。





# 国民年金制度

# 20歳になったら国民年金



大学入学、成人、就職、結婚、定年…。これからの人生には、様々な出来事があります。そうした人生の「転機」と大きくかかっているのが年金です。ここでは、新入学したある大学生「A君」をモデルにしなが、在学中に必要な手続きをご紹介します。

## スタート

### 大学入学

18歳で大学入学。大学からもらったパンフレットに国民年金のことが書いてあった。

そういえば「年金は大切」とおばあちゃんも言ってたな。20歳にはまだ早いけど、国民年金のことネットで調べてみようかな？



A君

### 20歳になったとき(国民年金加入)

誕生日の前月にご自宅に加入案内が届きます。必要事項を記入のうえ申請してください。

#### 【手続先】 住民票上の市町村の国民年金係 または、最寄りの年金事務所

- 加入手続きは、誕生日の前日からできます。
- 加入手続き後、年金手帳と国民年金の納付書が郵送されます。年金手帳は大切に保管してください。

※入学時20歳以上の方は、次のステップへ。

### 納付が難しいとき

A君は所得がなく、保険料の納付が難しいため、市役所で20歳の加入手続きと併せて学生証を提出し、「**学生納付特例申請**」を行いました。

大学2年生～4年生まで

在学中は**毎年度更新手続きが必要**です。2年目以降は、4月に更新して下さい！

学生納付特例承認期間は、年金を受け取るために必要な期間に算入されますが、将来の年金額には反映しません。しかし、10年以内にその期間の保険料を納めれば、年金額にも反映します。

### 納付できるとき

#### 納付期限(翌月末)までに納めましょう

- 金融機関・郵便局・コンビニの窓口で納付OK！
- 口座振替にするとさらに便利でお得！
- クレジットカードによる納付もできます。

#### Q. 未納を放置したらどうなるの？

A. 未納のまま学生納付特例手続きを怠ると、在学中の事故等で障害を負っても障害年金が受けられない等のリスクがあります。

## ゴール

### 大学卒業

「あなた」の年金記録は、「あなた」の未来につながります。A君は卒業する時に、未納や未加入期間が無い状態で社会人としてのスタートラインに立つことができました。

20歳を過ぎたら、日本年金機構ホームページから自分の年金記録を確認できる「**ねんきんネット**」を利用し、自分の記録を確認してみましょう。

なるほど！



そして 社会人へ

詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。 <http://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構

検索

学生納付特例制度のパンフレットを学生生活課(本庄キャンパス)学生サービス課(鍋島キャンパス)に置いていますのでご利用ください。

# IX

## 緊急連絡先は

万が一事故にあったら  
まず



119番・110番へ通報を

(市外局番 0952)

### 大学への連絡は

本庄キャンパスは  
学生生活課…………… ☎28-8200  
☎28-8173  
鍋島キャンパスは  
医学部学生課…………… ☎34-3132

### 休日、夜間の事故・事件の連絡は

守衛室（第一守衛所）…………… ☎28-8193  
医学部（防災センター）…………… ☎34-3119  
3499

### 教務課への連絡は

教育学部 教務担当 …… ☎28-8217  
芸術地域デザイン学部 教務担当 …… ☎28-8930  
経済学部 教務担当 …… ☎28-8417  
医学部（教務系）  
医 学 科 …… ☎34-3127  
看 護 学 科 …… ☎34-3358  
理工学部 教務担当 …… ☎28-8517  
農学部 教務担当 …… ☎28-8717

### そ の 他

救急の医療機関の問い合わせ  
佐賀市救急医療情報…………… ☎29-2899  
電気 九州電力…………… ☎0120-986-303  
ガス 佐賀ガス株式会社…………… ☎30-6161  
水道 佐賀市水道局…………… ☎33-1330  
佐賀市役所…………… ☎24-3151  
佐賀県庁…………… ☎24-2111