

CAMPUS 2026

学生生活



城西大学

学生サービス課

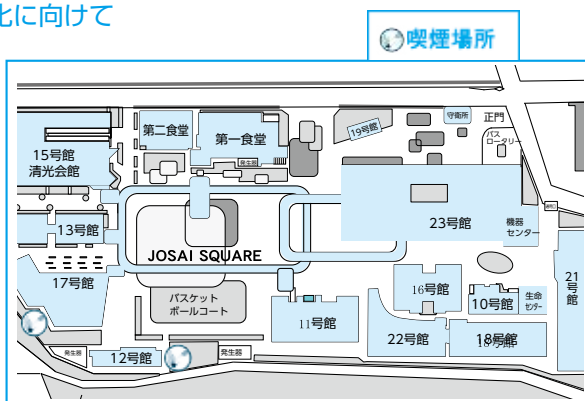
5. キャンパス全面禁煙化に向けて

喫煙が健康に悪影響を与えることは以前から指摘されています。また、たばこの先から発生する副流煙を吸入する、いわゆる受動喫煙も問題になっています。

たばこの有害物質であるニコチン、

タール、一酸化炭素は肺がんや胃がんなどの原因となるだけでなく喘息、心筋梗塞、糖尿病などを引き起こすと言われています。

これを受けて、城西大学はキャンパス全面禁煙化を目指しています。健康に留意し有意義な大学生活を送りましょう。



6. 通学は公共交通機関で

学生駐車場・駐輪場も設けておりますがスペースには限りがあり充分とはいえません。通学時の交通事故防止の観点からも公共交通機関を利用するようお勧めします。また、路上では交通ルールを遵守し、他の歩行者や車両などの妨げにならないよう広がらずに歩いてください。

7. 安全運転につとめ、路上駐車絶対禁止

やむをえず自動車を運転する場合は、交通ルールを遵守し、安全運転を励行し交通事故を起こさないよう注意してください。また、路上駐車は、他の車両など道路を利用する人達に多大な迷惑をかけることになるだけでなく交通事故を引き起こす重大な要因となります。違法駐車車両が原因で発生した事故に関しては、ドライバーも罰せられる可能性があります。

学生駐車場の利用については本書「学生駐車場」の頁を参照してください。

8. 自転車・バイクは学生駐輪場へ

自転車・バイクはキャンパス内への乗り入れを禁止しています。学生駐輪場を利用してください。学生駐輪場の利用については本書「学生駐輪場」の頁を参照してください。

なお、自転車は道路交通法で「軽車両」と位置づけられています。自転車の交通ルールを守り使用してください。



RULES – 規則

学生証	4
掲示板	5
JUnavi・城西ポータル	5
事務取扱い時間	6
問い合わせ及び学生の呼び出し	6
諸願・届出一覧	6
授業料の延納について	6

SUPPORT SYSTEM – 援助・支援

証明書	7
アルバイト	9
遺失物・拾得物	9
盗難注意	9
学内 ATM	9
城西大学父母後援会	10
国民年金	11
保健センター・医務室	12
学生相談室	16

ATTENTION – 注意

生活のリズムを整えよう	18
健康はバランスの良い食事から	18
急性アルコール中毒の危険性	19
学校において予防すべき感染症	20
若者に広がる性感染症に注意	22
傷害予防と応急処置	24
STOP! ハラスメント	28
防犯意識を持とう	29
ストーカー行為にあったら	30
カルト集団について	31
悪質商法に注意	32
架空請求に注意	33
振り込め詐欺に注意	33
闇バイト・トクリュウに注意	34
薬物乱用は犯罪です!! 絶対ダメ!!	34
SNS利用の注意点	37
ひとり暮らし	39
役立つ電話番号	39

FACILITIES – 施設の利用

総合体育館	40
バスケットコート利用について	40

運動用具の貸出し	40
プールの利用方法	40
教室の利用方法	40
学生食堂・カフェ・書店・売店	41
シャトルバス（坂戸キャンパス）	42
学生駐車場	43
学生駐輪場	45
自転車のマナー	45
東京紀尾井町キャンパス	46

ACTIVITIES – 正課外活動

高麗祭（学園祭）	47
正課外活動	47
学生団体紹介	47
正課外活動施設案内	48

MATERIALS – 資料

城西大学学歌	50
城西大学応援歌	51
学生通則	52
学友館及び部室使用規程	53

Campus 目次

RULES 規則

SUPPORT SYSTEM 援助・支援

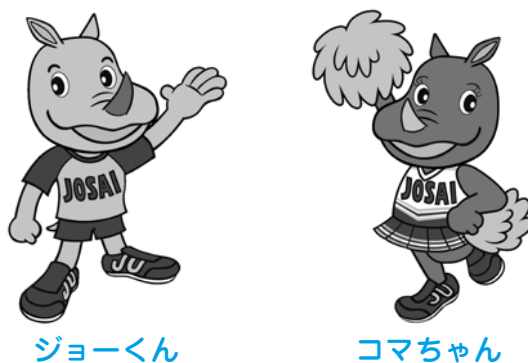
ATTENTION 注意

FACILITIES 施設の利用

ACTIVITIES 正課外活動

MATERIALS 資料

マスコット紹介



- サイの一直線に突き進むイメージは本学の躍進するイメージでもあります。また、角は成長、繁栄、豊穡のシンボルであり、空に向かって伸びた角は「信念を貫く」強さを表しています。
- 大地をしっかりと踏みしめ前進する姿は、“実直”“誠実”“強靱”“勇気”“友愛”をあらわしています。
- サイは城西のサイ、才能・才覚のサイ、彩の国埼玉のサイでもあります。

学生証

学生証を
忘れないで!

学生証・・・
あなたの身分を証明
するもの



大切に保持し
常に携帯!

本学学生であることを証明するのが学生証（身分証明書）です。学生証はいつでも提示できるよう常に携帯し、大切にしてください。

■どんな時に使う

学内…授業の出欠、試験（春学期・秋学期）を受けるとき、図書館の利用、証明書の発行や受け取り、書類等を受けるとき、プールの利用（許可者）、運動用具の貸し出し他。

学外…通学定期乗車券や学割乗車券の利用他。

■使用上の注意

1. 静電気を帯電させない・磁気の強い場所に近づけないでください。
2. 折り曲げたり・ズボンの後ろポケット等に入れないでください。
3. 高温な場所、高湿度な場所に置かないでください。
4. 水気のあるところに置かないでください。
5. カードケースの種類に気をつけてください。

■学生証の紛失・破損

紛失・破損…学生サービス課で「学生証再発行願」用紙に必要事項を記入し、発行手数料 3,000 円の証紙を貼付し、申請してください。

■学生証の有効期間

- * 学生証の有効期間は在学期間（入学から標準的な卒業までの期間）です。期間中に氏名・住所等を変更した場合は、速やかに学生サービス課に届け出てください。
- * 事情により上記期間を超えて在学する場合は、学生証の更新手続きが必要になります。所定の期間に学生サービス課に届け出てください。

掲示版



掲示版は、大学と皆さんを結ぶ伝達手段です。見落としとして自分の不利益にならないように、毎日登校時・下校時には必ず見るように心掛けましょう。

■主な掲示内容は

授業関係・試験関係・奨学金・就職関係・呼び出し・各種行事関係案内・その他学生生活を送るうえで必要な情報が掲示されます。必ず確認すること!!

■掲示版の場所

坂戸キャンパス

清光会館内、23号館内、JOSAI SQUARE、22号館入口近くにあります。また各学部管理の掲示版が各号館にありますので良く見てください。

東京紀尾井町キャンパス

1号棟4階（大学院経営学研究科）

3号棟1階（理学部情報数理学科）

JUnavi 城西ポータル

自分のメールアドレスを登録しておくことで種々のメッセージやニュースを受け取ることができます。休講情報、教室変更、講義連絡などや落とし物のお知らせや大事な手続きの案内なども受け取れます。また、スマートフォン向けアプリケーションを利用するとこれらを簡単に閲覧することができます。

※ JUnavi・城西ポータルは補助的なシステムです。すべての情報が送られるものではありません。最終確認は必ず掲示版で行ってください。

JUnavi・城西ポータルへの登録方法は、ホームページに掲載されています。

※ JUnaviの詳細は情報推進課におたずねください。

※城西ポータルの詳細は教務課におたずねください。

事務取扱い 時間

各課・事務室の取扱い時間は以下のとおりです。時間を守ってください。
月～金 8:45～11:30 12:30～17:30 (11:30～12:30は昼休み)
※原則、土・日・祝日は対応しません。 ※休暇中は変更することもあります。

問い合わせ 及び学生の 呼び出し

電話等による問い合わせがありますが、原則応じませんので必ず窓口にて確認するようにしてください。また、学外から電話による個人の呼び出し依頼をされることがありますが、緊急の呼び出し以外の取次ぎは一切行いませんので、家族や友人にも周知徹底しておいてください。

諸願・ 届出一覧

種 類	摘 要	用紙配付窓口および提出先
休 学 願 復 学 願 退 学 願	事由が発生したとき、すみやかに学部事務室で相談の上、手続きすること	所属学部事務室
欠 席 届	やむを得ぬ事情で授業や試験を欠席したとき	
住 所 変 更 届	本人又は父母、第2保証人の住所を変更したとき	
保 証 人 変 更 届	保証人が変わるとき	
身 上 異 動 届	改姓名等があったとき (戸籍抄本の添付が必要)	
紛 失 届 拾 得 届 盗 難 届	事由が発生したとき	
施 設 使 用 願	使用日の1週間前までに申し込むこと	学生サービス課
学 生 団 体 登 録 届	毎年度5月下旬までに提出すること	
日 本 学 生 支 援 機 構 奨 学 金 申 請 書	掲示により告知する (春・秋)	
学 内 学 生 団 体 設 立 許 可 願	団体を設立したいときは、学生サービス課で相談の上、手続きすること	
合 宿 届	春・夏合宿前に提出	
授 業 料 負 担 者 変 更 届	授業料負担者が変わるとき	経 理 課

授業料等の 延納について

やむを得ない事情により、授業料等の納入が遅れるときは、指定日までに所定の手続きを取ってください。詳細は大学 HP 等でお知らせします。

承認された場合は

春学期分 ……7 月末まで延納可 **秋学期分 …… 翌年 1 月末まで延納可**

*手続きなしで滞納した場合は、学則により除籍になります。



証明書

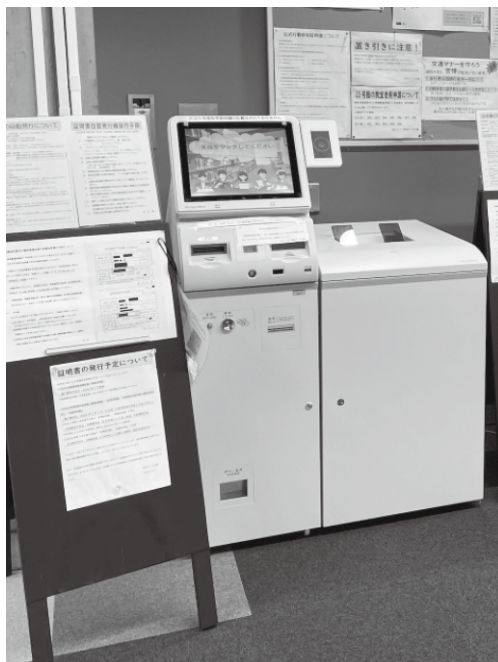
証明書自動発行機

【坂戸キャンパス】

清光会館 1 階フロアに 3 台あります。

【東京紀尾井町キャンパス】

3 号棟 1 階教学事務室前に 1 台あります。



証明書自動発行機で取り出せる証明書

在学証明書
 成績証明書
 卒業（修了）見込証明書
 健康診断証明書
 学割証
 仮受験票

■証明書の申込 及び発行につ いて

1. 証明書を必要とする者は、証明書自動発行機を利用して下さい。運用時間は 8：45 から 17：30 までです（土曜・日曜・祝祭日・本学が定める休業日は運用しません）。
2. 手数料は 1 通 200 円です。なお、学割証及び通学証明書（バス）の手料は無料です。
3. 対象者は、大学・大学院・別科生です（交換留学生、研究生、科目等履修生を除きます）。
4. 証明書自動発行機で取り扱えない証明書は、学生サービス課で所定の申請用紙に記入し、手数料分の大学証紙を貼付し、申し込んで下さい。

種 類	手数料	種 類	手数料
在学証明書 成績証明書 卒業（見込）証明書 健康診断証明書 教育職員免許状取得見込証明書 学力に関する証明書 出席証明書 履修証明書 卒業証明書（薬剤師国家試験出願用） 履修証明書（臨床検査技師国家試験出願用） 在学証明書（臨床検査技師国家試験出願用） 履修証明書（管理栄養士国家試験出願用） 栄養士資格取得見込証明書	各 1 通 につき 200 円	修了（見込）証明書 人物証明書 ①学習奨励生費受給証明書 ②授業料減免証明書 ③学長推薦書 仮受験票 学割証 通学証明書 学生証	200 円 ①、②は 無料、③ は 100 円 1 通 につき 200 円 無料 3,000 円

- * 証明書自動発行機で取り扱えない証明書の交付は、申込日から 2 日後の午後以降（休日は除く）で、交付を受けるときには学生証を提示して下さい。
- * 電話及び郵送による証明書の申し込みは、受付しません。
- * ①、②は国際課（留学生のみ申し込み可）、③はキャリアサポートセンターで申し込みと発行を行います。
- * 英文の証明書は、その旨を学生サービス課に申し出て下さい。
- * 仮受験票は大学が実施する試験にのみ使用でき、発行日当日に限り有効です。
仮受験票を使用せずにすむよう、学生証は常に携帯してください。

■学生旅客運賃割引証（学割証）について

学割証は JR 線片道営業距離が 101 km 以上の区間を利用する場合、乗車券が 2 割引になります。

学割証の発行は 1 回につき 2 枚で有効期間は発行日より 3 ヶ月間です。

年間 10 枚まで発行します。なお学割証を不正に使用すると、本人が処罰されるとともに大学全体の発行停止処分を受けるので、絶対に不正使用しないで下さい。

また、ゼミや課外活動など 15 人以上（教職員などの引率者 1 名以上必要）の団体に旅行する場合は、団体割引（乗車券 5 割引）があります。JR みどりの窓口または旅行代理店などで所定の用紙をもらい、学生サービス課へ持参して下さい。なお、申し込みは、出発日の 9 ヶ月前から 14 日前までですので注意してください。

■通学定期券について

電車の通学定期は、学生証に記載してある通学区間についてのみ、駅窓口で学生証を提示して購入できます。

バスの通学定期は、学生証の提示で購入できますが、バスの運行会社によっては、通学証明書が求められることがありますので、その際は学生サービス課で申し込みをしてください。

アルバイト

清光会館1階の学生サービス課にアルバイト求人票がファイリングしてあります。申し込みについては本人が求人先に直接連絡をとり、訪問するようにしてください。
 ※アルバイトに夢中になり、勉学がおろそかになる学生がいます。学生としての本分を見失わぬよう自己管理し、留年などしないよう注意してください。

遺失物・拾得物

【届け出のあった拾得物の保管・処理について】

本学構内および施設内での遺失物は、届け出のあった拾得物について学生サービス課で保管し、城西大学遺失物取り扱い内規に基づき、所有者の判明しないものについては以下に示す方法で管理し処理します。

なお、普段から盗難防止のために各自の持ち物については、自身の責任において保管・管理し、忘れ物・落とし物などしないよう充分注意してください。

★自分の持ち物には必ず学籍番号と名前を書き込んでください。

種 類	拾得の告知方法	保管期間	保管場所
現金（財布を含む） 現金類似物（各種カード類） 携帯電話・PC等	問い合わせに応じる	内規に基づき、学生サービス課から警察署へ引き渡す。	学生サービス課
書籍、ノート、辞書、電子メディア（USBメモリ、CD）、筆記用具、傘、衣類、衣料雑貨、マンガ、週刊誌、その他の雑誌類など	清光会館内の拾得物陳列ケース（学生サービス課）に展示し公示する。	内規に基づき3カ月間保管する。	
時計、アクセサリ、オーディオ機器、電子辞書など高額なもの、その他個人情報が入っていると思われるもの	問い合わせに応じる		
学生証、定期券、免許証など	問い合わせに応じる	遺失者が判明したものは本人に連絡する。	

- *学内で物品を拾得または物品の遺失・忘れ物があった場合は、学生サービス課窓口へ届出てください。
- *拾得物で遺失者が判明した場合は、本人に連絡します。ただし、連絡後上記の保管期間を過ぎても引き取りに来なかった場合は、遺失物取扱い内規によって処理します。
- *ナイフ等の危険物や不審物、飲食物等、本学において保管場所として適さないと判断した拾得物は、適宜処分します。
- *拾得物が、申し出た者の遺失物であることの確認（証明）ができない場合は、返却に応じないことがあります。

盗難注意

大学構内は公共の場です。各自持物には充分気を付けて下さい。
 特に、体育実技の授業のときは、体育館更衣室にあるロッカー（100円リターン式、必ず施錠）に貴重品を保管するか、難しい場合は担当教員に相談しましょう。盗難対策の一番は「自己管理」ですが、万一盗難にあった場合は、ただちに学生サービス課へ届け出てください。

学内 ATM

キャンパス内に、埼玉りそな銀行・郵便局のATM（現金自動引出・預け入れ・振込み機）があります。

城西大学 父母後援会

ー共済事業のあらましー

学生の皆さんの学費負担者として登録されている方を「会員」として、相互扶助を行っています。

父母後援会共済費より全学生は学生保険及び生命保険に加入しています。

授業中・課外活動中・通学途中などで障害事故にあった場合、また会員が不幸にして亡くなられた場合などについては、父母後援会事務局（清光会館1階）までお問い合わせください。

会費年額9千円

各種事業に配分

■事業内容

加入	学生保険	正課中及び学校行事	<ul style="list-style-type: none"> ・死亡保険金 2,000万円 ・医療保険金 (1日目から) 3千円～30万円 ・後遺障害金 120万円～3,000万円 ・入院給付金 (180日を限度) 1日につき4千円
		学校施設内(課外活動を除く)及び通学中	<ul style="list-style-type: none"> ・死亡保険金 1,000万円 ・医療保険金 (4日目から) 6千円～30万円 ・後遺障害金 60万円～1,500万円 ・入院給付金 (1日目から180日を限度) 1日につき4千円
		学校施設内外での課外活動中	<ul style="list-style-type: none"> ・死亡保険金 1,000万円 ・医療保険金 (14日目から) 3万円～30万円 ・後遺障害金 60万円～1,500万円 ・入院給付金 (1日目から180日を限度) 1日につき4千円
		正課・学校行事または課外活動として位置づけられたインターンシップ・ボランティア活動等	賠償責任保険金 対人賠償・対物賠償合わせて1事故につき1億円限度
加入	生命保険	死亡保険金	<ul style="list-style-type: none"> ・病気による死亡・高度障害 150万円 ・不慮の事故による死亡・高度障害 150万円
		障害給付金	15万円～105万円
		災害・入院給付金	不慮の事故によるケガの場合(5日以上120日を限度) 1日につき2,250円
積立	共済	授業料の補助	学費負担者たる会員が死亡したときは、通常の卒業課程修了年限の範囲内までの授業料及び施設設備整備費を補助する。なお、補助により卒業に至ったときは父母後援会事務局に報告するものとする。
		弔慰金	<ul style="list-style-type: none"> ・会員の死亡 10万円 ・学生の死亡 10万円
		傷害見舞金	学生が傷害事故にあったときは完治するまでの治療費実費を支給する。(治療実費の内10万円を限度)
		災害見舞金	<ul style="list-style-type: none"> ・会員が不慮の災害にあったときは状況に応じて支給する。(5万円～15万円) ・学生が居住する下宿・アパートにおいて火災にあったときは状況に応じて支給する。(10万円を限度)
		基金の積立	予期せぬ事態に対応するため基金を積み立てる。

*詳細は「城西大学父母後援会共済事業規約」をご覧ください。

国民年金

国民年金制度は20歳になると1号被保険者として国民年金に加入することになっています。国民年金は社会保障制度のひとつで、障害・死亡・老齢という人生の困ったときに、一人の力だけでなくみんなで助け合う制度で、国が責任をもって運営しています。

国民年金は日本国憲法25条第2項「国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。」を担保するための制度です。

大学生であっても納入義務があり、このため国民は20歳になると保険料を納めなければなりません。在学期間中であっても国民年金保険料を滞納した場合は、在学中の事故や病気で障害が残っても年金を受けられなかったり、将来受ける年金を減額されることがあります。

学生納付特例制度

学生を対象に在学期間中は国民年金保険料の支払いを猶予する制度です。支払いを猶予された期間も年金の受給資格期間には算入されますが、将来受給する年金額の計算には反映されません。

追納

在学期間に保険料の支払いの猶予を受けた場合、就職等により収入を得られるようになったときは、猶予された月分の保険料を納付することができます。

*詳細は市町村役場の国民年金担当窓口、社会保険事務所までお問い合わせください。

*詳しいことや最新の情報は、「日本年金機構」のホームページを確認してください。


 保健センター・
医務室

皆さんの健康を維持促進し、心身共に健康な学生生活を過ごしていただく事を目的に保健センター（坂戸キャンパス）、医務室（東京紀尾井町キャンパス）を設けてありますので、必要に応じて利用してください。

■定期健康診断

毎年3月下旬～4月上旬に学校保健安全法に基づいた健康診断を実施します。この検査を受けないと体育実技科目の履修、プールの入泳許可（坂戸キャンパス）、学外実習や課外活動に必要な健康診断証明書の発行ができません。自身の健康管理のためにも、必ず受診してください。

■応急処置

怪我や頭痛、腹痛、発熱などで体調が悪くなった時には、応急処置を行いベッドで休養することもできます。必要に応じて専門の医療機関を紹介しています。

■医師による健康相談

坂戸キャンパスでは医師による健康相談を行っています。身体のことや心配なことや気になることがあるときは、健康相談を利用してください。

《内科医師》

日 時 毎週水曜日 13時～14時

《精神科》

日 時 第3木曜日 13時～17時（変更の可能性あり）

《利用方法》

予約するか、当日時間内に保健センターへ来て相談を受けてください。


■医療費補助

授業中、課外活動中及び通学途中などで怪我をしたときは、傷害保険金を受け取ることができます。

詳細は父母後援会事務局（坂戸キャンパス清光会館1階）、医務室（東京紀尾井町キャンパス）に問い合わせてください。

■定期健康診断結果の閲覧

毎年実施されている定期健康診断の結果をWebで閲覧できます。概要および手順は下記のとおりです。

1. Web閲覧が可能な学生

本年度の定期健康診断を受診した大学学部生、大学院生、別科生です。
注：ただし、科目等履修生、研究生、交換留学生は閲覧できません。

2. 開示期間

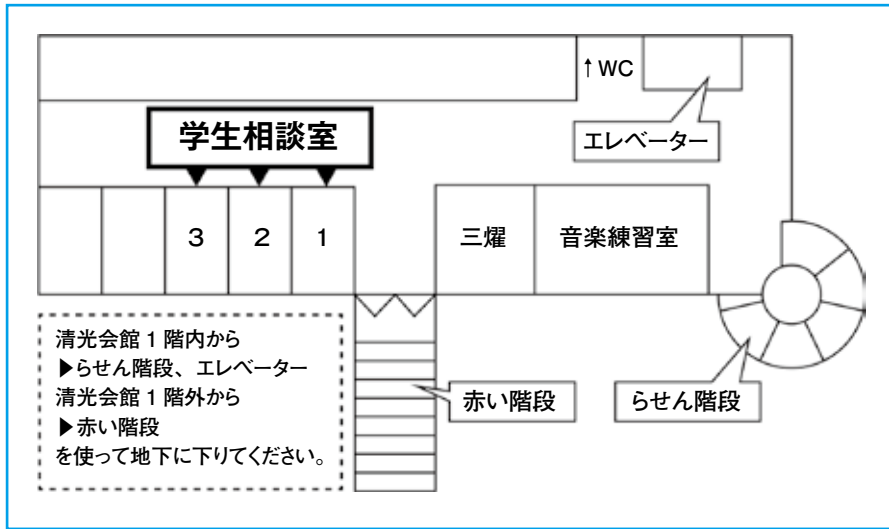
健康診断の実施状況に応じて掲示、ホームページでお知らせします。

3. 閲覧手順

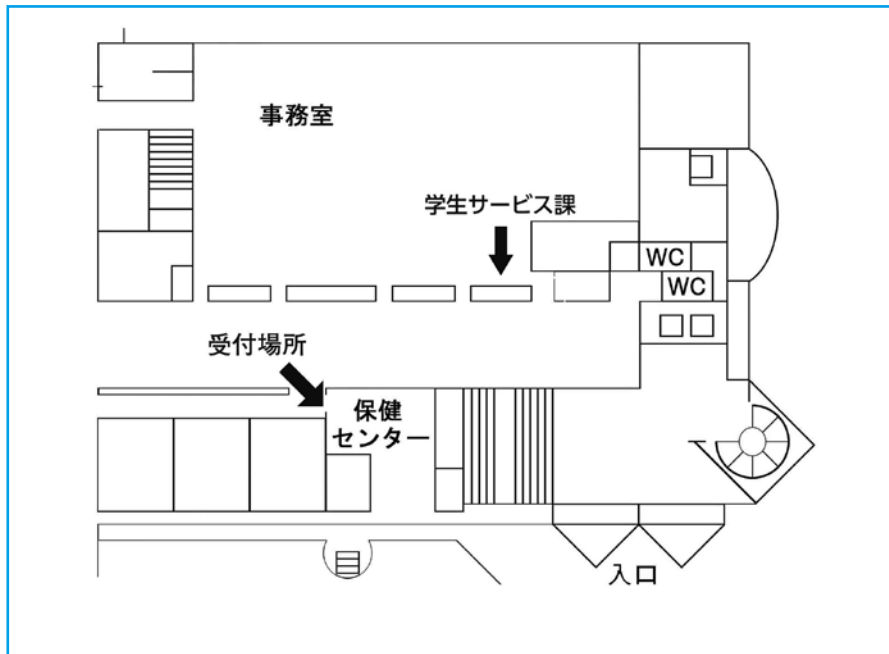
開示実施時にJUnaviの「大学からのお知らせ」でお知らせします。

■坂戸
キャンパス

清光会館地下1階 学生相談室

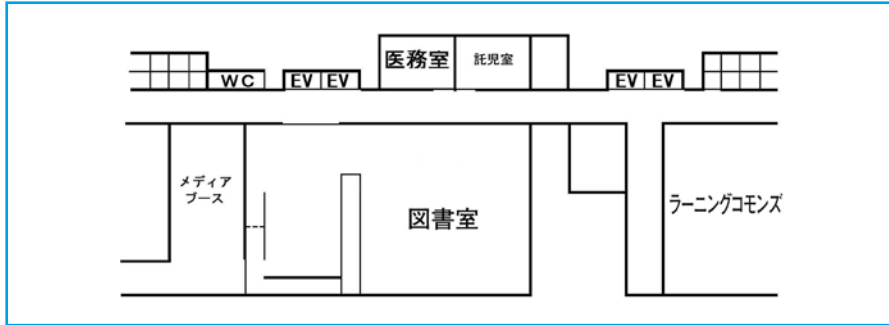


清光会館1階 保健センター

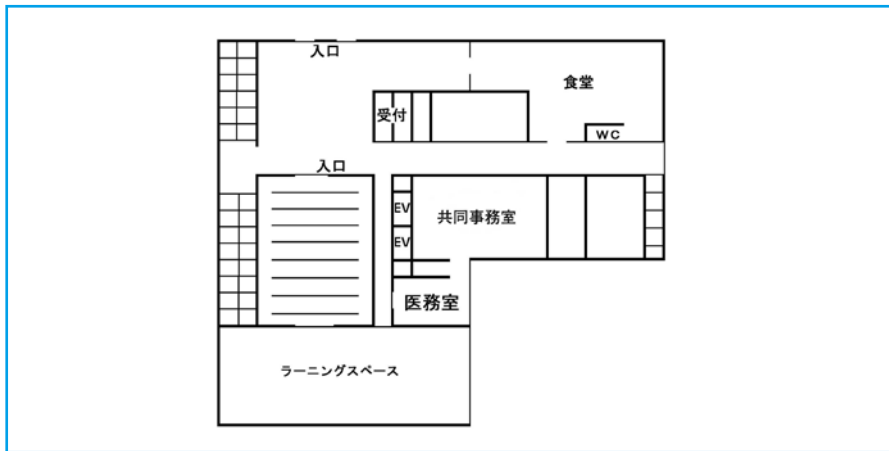


■東京紀尾井町
キャンパス

1号棟2階 医務室



3号棟1階 医務室



■除細動器(AED)の設置場所

(1) AEDとは

心臓がけいれんし機能を失った状態に陥った際に、心電図を自動的に解析し、必要な場合のみ電気ショックを与え、正常な働きに戻すための医療機器です。操作方法を音声でガイドしてくれるため、一般の人でも使用できるよう設計されています。

(2) AED 設置場所

坂戸キャンパス

校地内	
清光会館	1階 保健センター入口
水田記念図書館	1階 ロビー
総合体育館	2階 受付前
10号館	1階 入口
12号館	1階 入口右側
13号館	1階 入口
16号館	1階 入口正面
17号館	1階 ロビー
18号館	1階 入口左側
21号館	1階 事務室前
22号館	M2階 入口右側
23号館	1階 入口階段下
第1食堂棟	1階
第2食堂棟	地下1階入口
水田三喜男記念館	1階 入口
学友館	1階
ゴルフ場	倉庫内
テニスコート	倉庫内
正門	守衛室

東京紀尾井町キャンパス

1号棟	1階 正面入口
2号棟	1階 入口右側
3号棟	1階 エントランス
4号棟	正面入口

■担架、車いすの設置場所

(1) 担架設置場所

坂戸キャンパス

清光会館	1階 入口・保健センター
水田記念図書館	1階 ロビー
総合体育館	2階 保健室前
13号館	1階
21号館	1階

東京紀尾井町キャンパス

1号棟	2階 託児室
3号棟	1階 備蓄倉庫

(2) 車いす設置場所

坂戸キャンパス

清光会館	1階 入口・保健センター
10号館	1階 階段上がり口
16号館	1階 階段下
18号館	1階 階段上がり口
21号館	1階 ドア階段脇4台
22号館	5階
体育館	2階 保健室内
23号館	1階 中央・西側入口
	3階 東側通路脇
	6階 ロッカー室入口

東京紀尾井町キャンパス

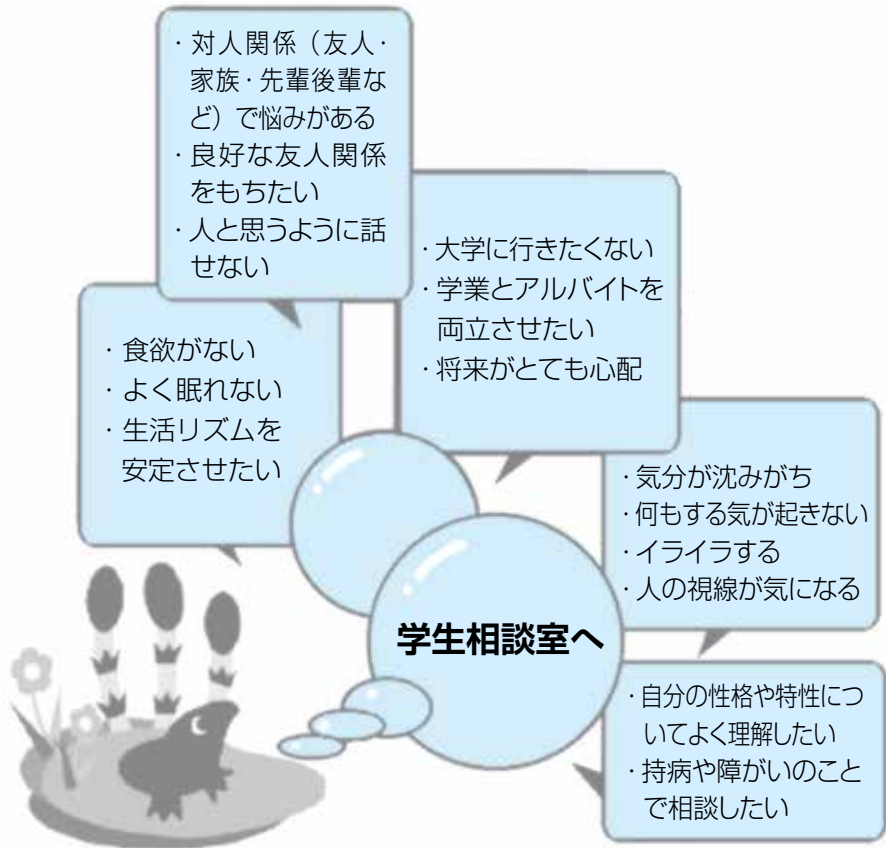
1号棟	2階 託児室2台
2号棟	1階 入口右側
3号棟	1階 医務室

学生相談室

学生相談室は、日々の大学生生活のなかで出会う様々な悩みやメンタルに関する相談、また誰もが迎える青年期の発達課題について、自分の成長や充実を期待して学生の皆さんが相談できる場です。

ご相談ルールのもとに秘密を守りながら一緒に考え、皆さんの主体的な学生生活への取り組みをサポートしています。必要に応じて、学外の諸機関もご紹介します。

■たとえばこんなとき



■相談内容については、秘密を守りますので安心してください。

■必要に応じて、学外の諸機関を紹介することもできます。

■坂戸 キャンパス

【学生相談室】

■開室時間 月曜日～金曜日
9時30分～16時30分

■場所 清光会館地下1階

■利用方法 原則として予約制になります。

①ポストで申し込む

学生相談室に設置した記入台に用意した「**学生相談申込票②**」に必要事項を記入して、備え付けのポストに入れてください。

②電話で申し込む

学生相談室（049-271-7326）にお電話ください。
※不在の場合はお手数ですがおかけ直してください。

③緊急の場合

学生サービス課（清光会館1階）にお伝えください。
☆学生相談室のドアが開いている時はカウンセラーに直接お申し出いただくことも可能です。



■住所 〒350-0295
埼玉県坂戸市けやき台1番1号
城西大学 学生相談室
TEL 049-271-7326（学生相談室）
*出ない場合は学生サービス課におかけ直してください。
TEL 049-271-7724

■担当者 公認心理師、臨床心理士が対応します。

■東京紀尾井町 キャンパス

【学生相談室】

■開室時間 毎週月・火・木曜日 10時～16時30分

■場所 1号棟5階

■利用方法 ○予約制です。

○学生相談室で、事前に来室または電話でご予約ください。
ご相談公認心理師・臨床心理士が担当します。

○開室時間内に来室して予約。

○電話 03-6238-1274 で予約。

○e-mail kokoro@jiu.ac.jp

○医務室または共同事務室を通じて予約。

○予約時に次の内容を教えてください。

- ・お名前、学部、学科
- ・希望日時（第一希望・第二希望・第三希望）

生活のリズムを整えよう

「授業中に貧血でたおれた」、「試験なのに受けられる状態じゃない」などの理由で保健センターや医務室に運ばれて来る学生が意外と多いです。事情を聞いてみると、

- ◎試験勉強やレポートで寝不足で朝ごはんも食べていない。
- ◎夜間の活動や徹夜のアルバイトであまり寝ていない。
- ◎ダイエットしようと思って食事量を減らしている。

このように生活リズムの乱れが原因と思われるケースが目につきます。

生活のリズムを改善するには

1. 睡眠時間は1日7時間確保しましょう。
2. 起床時間を決めて、休日も起床時間を変えないようにしましょう。
3. 朝食はきちんと取りましょう。朝は何も食べたくないという人でも野菜ジュース、フルーツ、スープなどを取るだけでも良いと思います。
4. 昼食は朝食の内容に合わせてバランスよく取りましょう。夕食は遅い時間をさけ消化の良いものを食べましょう。
5. 入浴はできるだけ決まった時間にするようにしましょう。体と心をリラックスさせることが良い睡眠につながります。

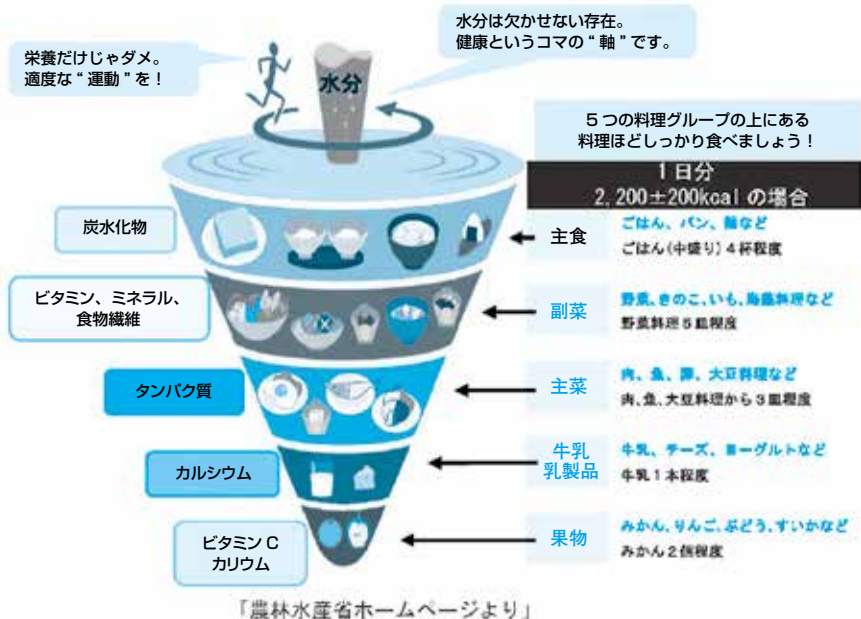
健康はバランスの良い食事から

親元を離れて生活をしていると栄養のバランスが偏りがちです。下の図を参考に毎日バランスのとれた食事をしましょう。

バランスの良い食事をとっていますか？

コマはバランスが良いと安定して回ります。

あなたの健康というコマはうまく回っていますか？



急性アルコール中毒の危険性

お酒を飲むと、アルコールは胃や腸で吸収されて血管へ。血液中のアルコール濃度が高くなるにしたがって、脳の機能のマヒが進む。酔いとは、脳がマヒしていくことなのです。

	<p>①大脳新皮質 …… 適応行動（うまく生きていく） 創造行動（よく生きている）</p> <p>②大脳辺縁系 …… 本能・情動行動（たくましく生きていく）</p> <p>③脳幹・脊椎系 …… 反射活動・調節作用（生きている）</p>				
	<p>活動している</p>		<p>少しマヒ</p>		<p>完全にマヒ</p>
	<h3>ほろ酔い</h3>	<p>おしゃべりになる 陽気にはしゃぐ 脈拍が増加する</p>			
<p>ここで切り上げないと トラブルが 起こりやすい</p>					
	<h3>酩酊</h3>	<p>足がふらつく 感情が不安定、怒ったり泣いたり 記憶がとぎれる</p>			
	<h3>泥酔</h3>	<p>立てなくなる 何を言っているのかわからない 激しく吐く 危険なので、絶対に一人にしない 場合によっては手当のできる病院へ</p>			
	<h3>昏睡 → 死</h3>	<p>ゆすっても呼んでも、起きない すぐに救急車を呼ぶ</p>			

学校において予防すべき感染症

学校保健安全法及び学校保健安全法施行規則に定める下記の感染症にかかった場合、または疑いがある場合には登校せずすみやかに医療機関で診察を受けてください。その結果、感染症と診断された場合は、直ちに保健センター、医務室または学部事務室に電話連絡をしてください。

坂戸キャンパス 保健センター TEL 049-271-7725
 東京紀尾井町キャンパス 医務室 1号棟 TEL 03-6238-1199
 医務室 3号棟 TEL 03-6238-8433

	伝染病の種類	出席停止期間
第1種	エボラ出血熱	治癒するまで
	クリミア・コンゴ出血熱	
	痘そう	
	南米出血熱	
	ペスト	
	マールブルグ病	
	ラッサ熱	
	急性灰白髄炎（ポリオ）	
	ジフテリア	
	重症急性呼吸症候群 （病原体がSARSコロナウイルスであるものに限る。）	
	鳥インフルエンザ （病原体がA型インフルエンザウイルスで、その血清亜型がH5N1であるものに限る）	
第2種	インフルエンザ （鳥インフルエンザ（H5N1型）を除く）	発症後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
	風疹	発疹が消失するまで
	水痘（水ぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
	咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消失した後2日を経過するまで
	結核、及び髄膜炎菌性髄膜炎	症状により医師において伝染のおそれがないと認めるまで
第3種	コレラ	症状により医師において伝染のおそれがないと認めるまで
	細菌性赤痢	
	腸管出血性大腸菌感染症	
	腸チフス	
	パラチフス	
	流行性角結膜炎	
	急性出血性結膜炎	
	その他の伝染病	

※上記伝染病に罹患した場合は、本学指定の「感染症登校許可証明書」を医療機関で記入してもらうが、医療機関の発行する治癒証明書を保健センターに提出してください。

■自分でできる 感染予防

1. 予防接種が推奨されている疾患（麻疹・風疹・水痘・流行性耳下腺炎・百日咳）について、過去にかかったことがなく予防接種を受けたことのない方は、保護者・主治医と相談のうえ予防措置をとりましょう。
2. 流行時期は混雑している場所への外出を控えましょう。
3. 外出後の手洗い・うがいを習慣にしましょう。
4. 咳が出るときはマスクをしましょう。
5. 室内は適度な温度と湿度（50～60％）に保ちましょう。
6. 普段からの体調管理が大切です。十分な睡眠時間とバランスのよい食事を摂りましょう。
7. 咳が続くときや、発熱（37.5度以上）など体調不良時には早めに医療機関を受診しましょう。
8. 海外旅行や帰国後に、発熱、発疹、下痢やおう吐などの症状が出たら、必ず医療機関で受診してください。

■集団感染の 予防 (体育会・ク ラブ・サーク ル・ゼミ・研 究室等)

集団感染を回避するためには、各自それぞれが自覚を持って行動することが第一です。体調が優れない時は検温し37.5℃以上は出席、参加を見合わせ、流行時期はマスクを着用して医療機関に受診してください。団体の責任者には直ちに連絡し報告します。

集団感染の把握と対応

感染者を早い時点で把握することが重要になります。目安として同一団体内で、同時期（インフルエンザの場合は2、3日以内）3名以上の罹患者がみられた場合、集団感染の可能性が高いと考え感染防止対策が必要です。

集団感染発生時の対策

集団感染を終息させるには団体活動を一定期間停止し（一週間程度）メンバー同士の接触を避けることが効果的です。各自検温を実施し、体調の自己管理と観察に留意し、感染予防に努めることです。発症した場合、受診の遅れを招かないように注意が必要です。早い時期に保健センター・医務室へ連絡をしてください。相談に応じます。

若者に広がる
性感染症に注意

性感染症（STI= Sexually Transmitted Infections、STD= Sexually Transmitted Diseases）は、性行為などによって感染する病気のことです。STIの“Infections”は感染症というような意味で、STDの“Diseases”は病気という意味です。日本ではSTIもSTDも“性感染症”という意味で使用されています。

厚生労働省の統計によれば淋菌感染症、性器ヘルペス、尖圭コンジローマの感染報告数は平成14～15年をピークに徐々に減少していますが、梅毒は平成15年に最少報告数を記録しましたが、そこから増加に転じ平成25年には前年比1.4倍以上に増加すると毎年前年比1.5倍前後の増加率で増えています。結果的に平成15年と平成28年の患者数を比べると8.96倍に増えており、中でも20歳～25歳の年齢層では9.73倍という増加率になりました。

また、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）に感染することによって発症するエイズは、昭和50年代に出現し、平成19年に感染報告数が1,000件を超えてから横這い状態で1,000件を下回ることは無い状態です。HIV感染者は年齢的には20代～30代に集中し全体の64.1%を占めています。

■性感染症にならないために

性感染症は文字どおり主に性行為によってウイルス、細菌、寄生虫などの病原体がうつることで感染します。しかし、ウイルス等は唾液や血液によっても感染する病気もありますので性行為だけが原因というわけではありません。たとえば、母親が感染者であるときに子が感染する母子感染（妊娠中に感染する胎内感染、出産時に感染する産道感染、母乳によって感染する母乳感染）や、注射器の使い回しによって血液を介して感染する場合があります。

正しい知識と強い意志で性感染症から身を守りましょう。

1. 自分を大切に

性行為においては、どのような性生活を送ってきたのが不明瞭な相手との性行為は控えるべきです。また、別れや出会いなどで交際相手が変わることを繰り返していると、性行為への注意力が低下しがちなものです。たった一度の性行為でも感染することがあります。性行為に至る状況はいろいろあると思いますが、慎重に良く考え一時の雰囲気や感情に流されないように注意しましょう。

2. 健康的な生活環境を

性感染症だけでなく他の感染症からの予防のためにも、入浴やシャワーだけでなく、手洗いやうがいなどで身体を清浄に保ち、衣類の洗濯や住居の掃除にも注意しましょう。病原体との接触をできるだけ下げることが予防につながります。

また、食事や睡眠など気を配り、健康な身体を維持することは免疫力の低下を防ぎます。

3. 性行為においては

性感染症は血液や唾液その他体液等の接触によって感染するため、コンドームの使用で感染のリスクをさげることができます。また、当然のことながら性器等に傷を負っている場合や生理の時は性行為をしてはいけません。

4. 意図しない性行為においては

すぐに医療機関（泌尿器科、婦人科等）で診療を受けましょう。予防措

置を受け、定期的な検診を受けることで早期発見が可能となり早期の回復や重症化を防ぐことができます。

ひとりで悩んでストレスを抱えると精神的にも身体的にも大きな負担となります。信頼できる人に相談し、一緒に対処することも大切です。

■感染したのかな?・・・ 不安な時には

1. 保健所に行く

自分が性感染症に感染しているかどうかを確かめたい時は、保健所などに電話相談できます。本人でなくても相談を受け付けています。

・検査を受ける保健所を決める

国の保健所でエイズ検査は匿名、無料で受けられますが、クラミジア、梅毒、淋菌感染症など他の感染症については保健所によって受けられるところと受けられないところがあります。保健所によって検査日時、検査項目、検査方法が違います。検査を希望する保健所への確認が必要です。土日に検査を行っているところもあります。

インターネット上の「HIV 検査・相談マップ」 <http://www.hivkensa.com/> は、場所や条件に合わせて検索ができます。調べてみましょう。

・行きたい保健所に電話で問い合わせをする

この時、必要な場合は予約をします。予約番号を告げられます。

予約時に聞かれることは「希望する検査日時」ですが、HIV 感染の検査の場合は、「感染の機会から2～3ヵ月経っているか？」なども聞かれます。

2. 病院へ行く

女性の場合は婦人科の病院、医院、ウイメンズクリニックをインターネットで検索すると、ホームページで、その施設の特徴や診療内容を具体的に知ることができます。思春期外来として開設している施設や〇〇女性クリニックなど、若い女性が受診しやすいシステムになっている施設もあります。

男性の場合は、皮膚科、泌尿器科、性病科をネットで検索しましょう。

3. 受診する

受診時期は、症状が現れているときが最も良い時期です。

陰部や膣内は洗浄せず、そのまま受診することが検査をスムーズにし、診断の確定に役立ちます。感染の可能性のあった性行動、受診理由、症状、現在困っていることなどをメモしておく、診断の際に手際よく答えることができ、質問することもできますので、受診の前のメモ作りをおすすめします。

性感染症が疑われるときには、パートナーの受診も必要になります。

■相談ホットライン

(財)エイズ予防財団 電話 0120 - 177 - 812 (フリーダイヤル)

携帯電話からは 03-5259-1815

月～金曜日 (10時～13時、14時～17時) (祝祭日及び年末年始を除く)

(全国から相談を受付けています。)

埼玉県エイズホットライン 電話 048 - 764 - 3030

月・水・金曜日 (10時～16時) (祝祭日及び年末年始を除く)

性の健康医学財団では、メールによる「性の健康相談」を行っています。

性の健康医学財団ホームページ：<https://www.jfshm.org/>

傷害予防と 応急処置

1. 傷害の予防

学生生活の中で発生する傷害の多くはクラブ等のスポーツによる場合が多いようです。傷害を防ぐには事前のウォーミングアップやテーピング、そして終了後のクールダウンをしっかりと行う必要があります。しかし、スポーツ前に睡眠不足であったり前日に飲酒をしたりではケガを未然に防ぐことはできません。日頃の体調管理にも十分注意しましょう。

万一の傷害発生に備え救急箱や緊急連絡先など普段から準備・整備しておく、応急処置の練習をしておくことも重要です。また、大学へも必ず連絡しましょう。

これらは通常の学生生活や日常生活の中でも起こりうることなので参考にしたいと思います。

2. 応急処置

傷害を生じた場合は早期に医療機関で診察・治療することが必要ですが、現場で適切な応急処置ができれば早期の回復が期待できます。また、傷害の状況により救急車を手配しましょう。

ここでは傷害の種類に応じた応急処置を紹介します。

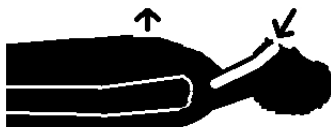
(1) 意識障害や心肺停止など全身状態に及ぶ傷害

- ①. 救護対象者の肩（鎖骨のあたり）をたたき呼び掛け、反応の有無を確認します。この段階で意識障害がみられたら、大声で応援を求め、早急に救急車を手配します。同時に「AEDを持ってきてください」と依頼します。
- ②. 意識がない場合は心肺蘇生術を施すことを前提に、気道を確保し呼吸の有無を確認します。
 - i. 救護対象者を仰向けにし、あごを上げて顔を反らせます。

嘔吐がみられたら 吐瀉物が気道をふさがないように顔を横に向けて反らせます。
 - ii. 救護対象者の口、鼻に耳を近づけ呼吸の有無を確認します。



- ③. 人工呼吸は救護対象者からの感染防止のためキューマスク（感染防護具）を使用することが望ましい措置です。このためキューマスクが無い場合は人工呼吸を省略してもかまいません。人工呼吸は吹き込んだ息が漏れないよう救護対象者の鼻をつまみ、息をゆっくり2度吹き込みます。この場合、胸部に見て胸部が上がるのを確認します（10秒以内）。



- ④. 次に心臓マッサージをします。乳頭と乳頭を結ぶ胸骨上が圧迫部位になります。両手の平のつけねを当て、腕を垂直に下ろし、胸が4～5cm沈む程度に圧迫します。1分間に100回のテンポで30回圧迫します。次に息が漏れないように救護対象者の鼻をつまみ、息をゆっくり2度吹き込みます。この時、胸部を見て胸部が上がるのを確認します。

胸部圧迫30回、人工呼吸2回を1サイクルとして繰り返します。



- ⑤. AEDが到着したら音声ガイドに従い救護対象者にパッドを装着し、救護対象者に誰も触れていないことを確認後に通電ボタン（除細動ボタン）を押します。救護対象者に接触している人がいる場合は絶対に通電ボタンを押してはいけません。
- ⑥. 救急車が到着するまで人工呼吸と心臓マッサージを繰り返しましょう。

(2) 開放性外傷（いわゆるキズ、出血を伴う）

傷口の洗浄と消毒および止血をしましょう。止血は傷口からみて心臓に近い方を圧迫するようにします。包帯などを巻く場合は出血が止まるまで強めに巻きましょう。但し、強く巻きすぎて血管を圧迫すると血行を阻害し、かえって悪化させることがあります。損傷部位の色の変化に注意し血行を確保しましょう。出血がひどいときはショック症状などに至る前に早急に医療機関へ搬送することが必要です。

(3) 開放創のない外傷

（骨折、脱臼、捻挫、挫傷、肉離れ、疲労骨折など）

①. 安静

傷害部位だけでなく全身を安静にする必要があります。傷害を負った直後は動転している場合があり、他の傷害に気づかないことがあります。全身を安静にし、落ち着いて状況を確認しましょう。

②. 冷却

傷害部位を冷やすことで神経の興奮を抑え、痛みを鎮めます。

③. 圧迫

傷害部位の腫れ（内出血等）を抑えるため包帯などで圧迫しましょう。また、骨折やひどい捻挫の場合は添え木や雑誌などで不安定な患部を固定しましょう。

④. 傷害部位を高く保持する。

傷害部位を心臓よりも高く保持することで腫れを抑えることができます。

(4) 熱中症

- ①. 意識障害が見られる場合はすぐに救急車を呼びましょう。また、水分は与えないようにしましょう。うまく飲み込めず気管に入ったり、嘔吐を誘発すると吐瀉物が詰まる場合があります危険です。
- ②. 涼しい場所に移動し、衣類をゆるめてリラックスさせる。
- ③. 氷嚢などで頸動脈、わきの下、鼠径部を冷やしましょう。この部分は大動脈が体表に近いところにあり、血液を冷やししやすい場所です。身体深部温度や脳内温度を下げ回復をはかりましょう。
また、体表に水を掛け風をあてることも有効です。
- ④. 意識障害が見られない場合はスポーツドリンクや薄い塩水を飲ませましょう。真水では体液（主に血液）のミネラル濃度が下がり、結果的に水分を排泄する反応を引き起こし、速やかに水分を補給できません。
- ⑤. 痙攣が見られたらマッサージをしましょう。常温水の濡れタオルを当て痙攣部および体幹部をマッサージしましょう。対表面の血管収縮を防ぎ熱の放散を促します。
- ⑥. 回復したと思っても、体温調節が不安定になっているので再発する場合があります。必ず医療機関で受診しておきましょう。また、熱中症になった後は、どんなに症状が軽くても1週間程度はスポーツを休み、徐々に負荷を与えて体調に注意しながら再開しましょう。

3. 救急車の手配や傷害を負った者の搬送

(1) 救急電話相談 共通ダイヤル #7119

急な病気や怪我をした場合に「救急車を呼んだほうがいいのかな？」「今すぐ病院に行ったほうがいいのかな？」など迷った際の相談窓口として、救急電話相談が24時間年中無休で対応しています。

◆利用方法：音声ガイダンスに応じて、相談したい窓口を選択してください。

- ① 子供の相談（小児救急電話相談）
- ② 大人の相談（大人の救急電話相談）
- ③ 医療機関案内（小児・大人に対応しています）

従来通り

#8000（子供の相談）からも電話をかけられます。

◆聴覚に障害のある方、音声・言語機能に障害のある方

医療機関案内依頼書に御記入の上、専用FAX 048-831-0099にお送りください。

(2) 救急車の手配

救急車を呼ぶ前に以下の内容を確認しておきましょう。大学周辺の消防署は本書の「役立つ電話番号」をご参照ください。

①. 傷害を負った者の状態

意識の有無、意識の程度、呼吸、脈拍、顔色、体温、外傷の状態、出血など。

- ②. 傷害を負った者についての情報
氏名、性別、年齢、身長、体重、住所、連絡先など
- ③. 傷害が発生した状況
傷害が発生した経緯
- ④. 被害者が居る場所
住所、連絡先、場所の目安
- ⑤. 通報者の情報
氏名、連絡先（携帯電話など）

(3) 自分たちで傷害を負った者を搬送する場合

前項の救急車を呼ぶ場合の①～⑤の内容は把握しておきましょう。
搬送を予定している医療機関と連絡をとり、受診可能であるかどうかを確認し、傷害の状況を知らせて起きましょう。

4. 除細動器（AED）、車いす、担架の設置場所について

SUPPORT SYSTEM—援助・支援の保健センター・医務室の頁を参照してください。

STOP!
ハラスメント

本人の意図に関わらず、相手側が不快に思ったり、不利益を受けたと感じた場合、それはハラスメントとみなされます。ハラスメントは人権侵害です。ハラスメントとはいじめや嫌がらせと解釈しても良いでしょう。

ハラスメント相談室は、相談者の気持ちを尊重しながら一緒に解決方法を探します。相談者のプライバシーに配慮し、相談内容を承諾なしに外部に漏らすことはありません。どうぞ安心してご相談ください。

■アカデミック
ハラスメント

教員が、必要な教育上の指導を行わない、正当な理由なく単位を与えない、ゼミ内で差別的な扱いをする、学生のアイデアを利用して論文を書き業績とする、研究費で支出すべき費用の負担を要求する、不当に長時間にわたって叱責をする、これらは典型的なアカデミック・ハラスメントの例です。

■パワー
ハラスメント

本来は職場で立場上優位にある者が、不当に過重な労働を強制したり、まったく仕事を与えなかったり、あるいは休日に私用でよびだしたり、同僚の前で誹謗中傷や叱責したりするようなことを言います。しかし、学生の間でもたとえばクラブやサークルの活動や寮などで主将などの学生責任者や先輩が部員や後輩に同じようなことを行えばパワーハラスメントと言って良いでしょう。

■セクシャル
ハラスメント

性的な内容についての発言や行動によって相手に不快感や損害を与える行為が該当します。正当な理由なく体に触れたり、容姿についてあれこれ言ったり、しつこく食事などに誘ったり、卑猥な文書、画像、動画、品物を見せたり渡したりすることが該当します。

■アルコール
ハラスメント

お酒が飲めない人、あるいは飲みたくない人にしつこく飲酒を勧める行為です。急性アルコール中毒により意識不明や最悪の場合死に至る危険なハラスメントです。

■ハラスメント
を受けたと感じたら

勇気を出してはっきり「NO!」と意思表示しましょう。しかし、なかなかそのような行動はとれないものです。そんな時は一人で悩まずにすぐにハラスメント相談室に相談してください。

また、あなたが受けたハラスメント行為を記録しておきましょう。問題解決のための重要な記録（証拠）となります。

相談したことによって不利益を被ることはありません。プライバシーも守られます。気軽に相談してください。

ハラスメント相談室（ハラスメント防止委員会）

窓 口：清光会館 保健センター内

電 話：049-271-8029（ハラスメント相談専用）

手 紙：〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1番1号

城西大学保健センター内 ハラスメント相談室

e-mail：sodan@josai.ac.jp

ホームページもご覧ください。

<http://www.josai.ac.jp/support/lifesupport/stopharassment.html>

防犯意識を持とう

トラブルや被害に遭わないためには、日ごろから防犯意識を持って生活することがたいせつです。特に、親元を離れたアパート生活では注意が必要です。また、もし被害に遭った場合は、速やかに警察などに届け出てください。

■ 住居内部は見えないように

部屋の内部が透けて見えないようカーテンは厚手のものを選びましょう。ドアスコープも内側に目隠しをするようにしたり、玄関を開けても住居内部まで見通せないようカーテンなどを設置しておきましょう。

■ 防犯は施錠から

ゴミ出しや近くのコンビニなどへのちょっとした外出でも空き巣の被害に遭うことがあります。場合によっては帰って見たらち合わせということもあるかもしれません。外出時には必ず施錠を忘れないようにしてください。ガラス窓には防犯フィルムを貼るのも有効です。

■ 郵便物はしっかり管理しましょう

郵便物から氏名や交友関係、趣味など多くの個人情報を得ることができます。ポストには必ず施錠してください。郵便物がたまっていると「長期不在」であると思われ、空き巣に狙われやすくなります。長期間不在にする場合は郵便局に不在届を出しておく、その間の郵便物を保管しておいてくれます。また、転居する場合は転居届を出しておく、1年間は旧住所宛の郵便物を新住所に配達して貰えます。

■ 夜間の外出は控えましょう

暗い夜道の一人歩きはそれだけ危険が潜んでいます。やむを得ず外出しなければならない場合は、できるだけ明るい道や人通りの多い道を選んでください。また下校時ではできるだけ明るいうちに、一人ではなく複数の人と帰るようにしましょう。音楽を聴きながらの「ながら歩き」はやめましょう。不審者が近寄っても気が付くのが遅れることになります。周囲に気をつけて、危険を感じたらすぐに逃げるのがなによりも身の安全につながります。

■ ひったくりに遭わないために

歩道を歩くときにはバッグなどは車道側には持たないようにしましょう。また、自転車のかごにはネットを掛けましょう。被害に遭った時には大声で「どろぼう」「たすけて」などと叫び周囲の人たちに知らせてください。その後、速やかに警察に通報してください。
多くの目撃者と早い通報が犯人検挙に役立ちます。

■ 不審者に注意

見知らぬ人が突然声を掛けてきたり、不審な行動をする人物を見かけたりしたら、できるだけ刺激をせずにその場を立ち去りましょう。また、オートロックのマンションやエレベーター利用時も注意してください。
身の危険を感じたらすみやかに警察に通報してください。

■ 防犯グッズを準備しましょう

不審者は大きな音や人目を嫌います、防犯ブザーは大きな音で周囲の人に危険を知らせるので有効な防犯グッズです。

ストーカー行為 にあったら

ストーカー行為とは「つきまとい等」をくりかえす行為です。「ストーカー行為等の規制等に関する法律（ストーカー規制法）」によりストーカー行為等を処罰するなど必要な規制を行うことと被害者に対する援助等が定められており、あなたの身体、自由、名誉、生活の安全と平穏をストーカー行為の被害から守るためのものです。

■ 「つきまとい等」となる8つの行為

- (1) つきまとう、待ち伏せする、進路に立ちふさがる、住居、勤務先、学校その他その通常所在する場所の付近において見張りをしたり、または住居などに押し掛けること。
- (2) その行動を監視していると思わせるような事項を告げ、又はその知り得る状態に置くこと。例えば、「今日はAさんと一緒に銀座で食事をしていましたね」と告げるようなこともこれに該当します。
- (3) 面会、交際その他の義務ではないことを要求すること。
- (4) 著しく粗野または乱暴な言動をすること。罵声を浴びせたり、家の前で車のクラクションを鳴らすことなどがこれにあたります。
- (5) 拒否しているにもかかわらず、連続して電話、メールやDMなどをしてくる。もちろん無言電話も含まれます。
- (6) 汚物、動物の死体その他の著しく不快又は嫌悪の情を催させるような物を送付し、又はその知り得る状態に置くこと。
- (7) 名誉を害する事項を告げ、またはそれらを知りうる状態に置くこと。
- (8) 性的羞恥心を害する事項を告げたり、知り得る状態に置くこと。また、性的羞恥心を害する文書、凶画その他の物を送付したり、知り得る状態に置くこと。

わいせつな写真等を送りつけたり、電話やメール等で卑猥な言葉を告げて辱めようとするのがこれにあたります。

■ 被害にあっている方へ

ストーカー行為は放置しているとどんどんエスカレートする可能性が高いので、できるだけ早いうちに対応するようにしましょう。

最寄りの警察に訴えるとともに、記録を残し証拠とするようにしてください。電話を記録し、メールは削除せず、手紙は保存し、発言や行動を録音・録画する、などです。これらの記録（証拠）を添えて最寄りの警察に相談してください。自宅周辺のパトロールを強化してくれたり、相手が特定できる場合は警告を発してくれたりします。

警察総合相談電話番号 全国共通「# 9110」			
埼玉県警察本部	けいさつ総合相談センター	048-822-9110	08:30-17:15
警視庁	警視庁総合相談センター	03-3501-0110	08:30-17:15
茨城県警察本部	県民安心センター総合相談	029-301-9110	08:30-17:15
栃木県警察本部	県民相談室	028-627-9110	24時間受付
群馬県警察本部	警察安全相談室	027-224-8080	08:30-17:15
千葉県警察本部	相談サポートセンター	043-227-9110	08:30-17:15
神奈川県警察本部	警察総合相談室	045-664-9110	08:30-17:00
緊急性が高い場合は「110」通報！！			

カルト集団
について

思想・良心の自由は憲法によって保障されています。宗教に関しては、信教の自由と言われたりもします。従って、何を（誰を）信じるかは個人の自由であることは周知のとおりです。しかし、それによって人生が大きく変わり、あなたの家族、友人にも大きな影響を及ぼすことがあります。

カルト集団はしばしば金銭トラブルなどの社会問題になりがちです。そういった団体からの勧誘を受けた時は、家族・友人などに相談し、よく考えて判断しましょう。

■こんな状態に
なることも

カルト集団の活動に参加し、いつの間にか次のような状態になり進級、卒業どころではなくなっていたりします。

- (1) 団体の活動に追われ授業も休みがちになる。
- (2) マインド・コントロールにより団体の言いなりになる。
- (3) 私生活もコントロールされ家族や友人とも疎遠になり孤立する。
- (4) 高額な品物を買わされたり、会費や献金を要求され続ける。
- (5) 反社会的な行為を強要される。
- (6) 脱退したくても脱退できなくなる。

■軽い気持ち
で誘いに乗ら
ない

いわゆるカルトと言われる団体は、その正体をかくして接触してきます。キャンパス内外でアンケートへの協力を求められることがあるかもしれませんが、それはあなたの悩み事を聞きだすためだったりします。また、資格取得講座、就職対策講座、自己啓発セミナーと称する誘いだったりもします。あるいは「友達が大勢できる」や「復興支援」を口実に誘ってくる場合もあるようです。このような誘いには次のように対応し即答は避けましょう。

- (1) 名前、住所、電話番号、メールアドレス、LINE等のSNSのアカウントは教えない。
- (2) 家族、友人などに相談する。団体名などを確認する。団体名をはっきり答えない場合は要注意です。名刺などを貰っておくのも後で確認する時に役に立ちます。
- (3) 途中から話しの内容が変わってきたら注意する。
- (4) 断る場合は「結構です。」などのようにどちらにも解釈できるような表現ではなく、はっきり「お断りします。」と言いましょ。
- (5) しつこくつきまとわれたら、とにかくその場を離れましょ。その後もしつこく接触されたら、警察などに訴えましょ。

■脱会するため
には

思想・良心の自由に従えば、当該団体の方針、活動に賛成できない場合に脱退するのも自由であるはずで。

- (1) 脱退するという強い意志を持ち続けましょ。ペナルティーを受けるなどと言われたり、多くの団体関係者に囲まれたり、延々と電話やメールあるいは文書を送りつけられたり、団体関係者が説得に訪れたりするかもしれませんが、だからこそ「脱退する」という強い意志を持ち続けることが必要です。
- (2) 脱退届を内容証明郵便で送りましょ。郵便への記載内容はコピーしておきましょ。しつこく接触してきた場合、警察へ相談する時の証拠になります。
- (3) 家族、友人などに事情を話してください。多くの人に現状を理解してもらうことも重要です。

悪質商法に注意

物品などを安く買える、あるいは特典があるなどと誘うキャッチ・セールス、電話などで呼び出されて契約を持ちかけてくるアポイントメント・セールス、資格が取れるという資格取得商法、異性が接触してくるデート商法、勝手に商品を送りつけて代金を請求する送り付け商法、いわゆるネズミ講とよばれるマルチ商法など悪質商法による被害が絶えません。

■契約は慎重に

- (1) 理由や根拠がはっきりしない甘い話しや優しい言葉は要注意です。
- (2) 今の自分に本当に必要な商品、サービスなのかをもう一度よく考えましょう。
- (3) その場で契約はしない。「よく考える」と答えましょう。「今だけ」、「君だけ」などのうまい話しは要注意です。
- (4) 「支払いはなんとかなる」というのは甘い考えです。
- (5) お金が「儲かる」という話しは危険です。儲け話しの裏にはとんでもないリスクが隠れているものです。
- (6) 契約内容（契約の種類）にもよりますがクーリング・オフが使える場合があります。契約時にはクーリング・オフの説明がなかったり、説明が不十分と感じる相手なら契約すべきではありません。
- (7) 複数の品物を購入し、他の人物に転売するようなシステムはマルチ商法の可能性があります。この場合、自分が加害者になることも考えられます。信用や友人を失うこともあります。
- (8) **契約する前に家族や友人など信頼できる人に相談しましょう。** 未成年者が契約する場合は、保護者の承諾が必要です。また、「成人であれば保護者の承諾は必要ない。」と言われる場合もありますが、成人であっても信頼できる人物に相談することは自由です。

■クーリング・オフ

キャッチ・セールスやアポイントメント・セールスなどの訪問販売、電話勧誘による販売、エステや語学教室のような特定継続的役務提供は8日以内、マルチ商法とよばれる連鎖販売取引、内職商法のような業務提供誘引販売取引は20日以内であれば契約を解除できる制度です。

解除の通知は特定記録郵便、簡易書留、内容証明郵便で行いましょう。郵便内容のコピーと送った記録（受領証）は必ず保管しておきましょう。

また、食品、化粧品などのように一部または全部を消費した場合のようにクーリング・オフができないこともあります。

詳しくは各都道府県の消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター（関東地方のみ）

埼玉県		東京都	03-3235-1155
川口	048-261-0999	茨城県	029-225-6445
川越	049-247-0888	栃木県	028-616-1547
春日部	048-734-0999	千葉県	043-207-3000
熊谷	048-524-0999	神奈川県	045-664-9110

窓口は各都道府県内に複数設置されています。詳細は各都道府県の消費生活センターのホームページをご覧ください。

架空請求に注意

だまされないで！！「架空請求」



- 利用していなければ、支払う義務は一切ありません！
- 記載されている連絡先には自分から連絡しない！
- 住所・氏名などの個人情報を教えない！
- 法律用語に惑わされない！

振り込め詐欺に注意

「振り込め詐欺」にご用心



- 突然の電話、しかも相手があわてていたり泣いていたなら、要注意！（本当にご家族の声ですか？）
- 自分だけで判断せず、家（親）族に連絡再確認しましょう。
- 警察に相談しましたか？（警察が示談金等の振込みをさせることは絶対にありません。）
- レターパックを指定した振り込め詐欺が増えています。郵便法は現金の郵送に現金書留を使用するよう規定しています。

闇バイト・ トクリュウに注意

「闇バイト」とは

- SNS を使って犯罪実行役を集める手段です。
- ・一度、足を踏み入れたら主犯格から家族が狙われます。
- ・アルバイト給与は支払われず、手下として働かされます。
- 万が一、応募した場合は犯罪に手を染める前に家族等周囲の人や警察に相談してください

「トクリュウ」とは

闇バイトで募集された手下を使って強盗や詐欺などを敢行する犯罪グループのことです。

【特長】

- ・主犯格は、匿名性が高いが闇バイトの手下は逮捕されやすい(足切り役です。)
- ・主犯格は、助けてくれません。

■闇バイトは犯罪です。

闇バイトは、犯罪グループが切り捨て要員の実行役を募集するものです。SNS 等に投稿されている高額報酬の求人に安易に応募してしまうと、犯罪グループに個人情報に基づき脅迫され、警察に捕まるまで犯罪の実行役として使われ続けるだけでなく、犯罪グループから報酬が得られないことも多くあります。闇バイトに関わって得られるものは何もなく、絶対に応募してないけません。

薬物乱用は犯罪です!! 絶対ダメ!!

昨今、大学生や若者が関係する違法薬物等の事件が報じられています。いずれも軽い気持ちで行ったようですが重い犯罪であるという認識にかけています。

薬物乱用の恐ろしさは精神(こころ)に作用し習慣化することにあります。気が付くと精神的にも身体的にも薬物なしにはいられなくなっています。その結果、薬物を手に入れるためには違法行為や暴力行為さえも厭わなくなるのです。

また、頭痛薬、睡眠薬、抗不安薬といった処方薬もまた誤った使用により急性中毒症状や習慣性(依存性)症状を引き起こすことがあります。このようなケースも乱用と言えるでしょう。

■違法薬物 (脱法薬物) とは?

- ・アヘン類
ヘロイン、モルヒネ、コデイン、ペンタゾシンなど。容易に耐性が形成され依存症になりやすい。
- ・大麻
マリファナ、ハシッシュなど。使用によって幻覚を発現する。
- ・覚せい剤
MDMA、アンフェタミン、メタンフェタミンなど。乱用を続けることで脳に不可逆的な過敏性が残るため、いったん断薬しても、少量の再使用で以前と同じ症状が再燃する。
- ・向精神薬 - 麻酔、精神安定剤、鎮静薬、睡眠薬
メチルフェニデート、ケタミン、フルオキセチン、睡眠導入剤、ベンゾジアゼピン、モルヒネなど。
- ・コカイン
身体依存性は弱いですが、強い精神依存作用がある。幻覚剤。
- ・LSD、フェンシクリジンなど。
使用によって幻覚を発現する。

- ・危険ドラッグ

麻薬や覚醒剤の化学構造を少しだけ変えた物質などの有害で危険な物質を含有した薬物の総称で、体への影響は麻薬や覚醒剤と変わらない、もしくはより危険なこともある。「お香」「バスソルト」「ハーブ」「アロマ」などに偽装して販売されていることもある。

- ・キノコ

マジックマッシュルームなど、使用によって幻覚を発現する。

- ・有機溶剤・ガス

シンナー、ベンゼン、トルエン、キシレンなど。容易に身体依存性と耐性が形成され、アルコール依存症と類似の症状があらわれる。

- ・大麻クッキー

海外では、大麻成分入りのキャンディ、クッキー、チョコレート等の食品が販売されていることがあります。

お土産として日本に持ち込もうとして検挙されたり、食べて救急搬送されたりするケースもありますので、海外旅行や海外留学で渡航する際には、興味本位で口にしたり、国内に持ち帰ろうとすることがないように注意してください。

■始めるきっかけ（こんなことに注意!!）

1. 安易に好奇心から始める人がいますが、絶対に使用してはいけません。
2. 「痩せられる」「自信が付く」「爽快感がある」「元気がでる」「眠気が抑えられる」などと友人・知人に勧められ、危険な薬物とは知らずに使用してしまうことがあります。

どんな薬なのかははっきりしない薬物は絶対に使用しないことが大事です。

3. 友人宅のパーティーなどで、その場の雰囲気で使用してしまうことがあります。仲間と一緒にいると格好を付けて使用してしまうこともあるようです。絶対に止めましょう。

4. 最近は麻薬成分が含まれたお菓子などがあり、知らないうちに窃取するリスクもあります。他人からもらったお菓子で製品名がはっきりしないものは注意が必要です。



■依存症ってなに？

始める時には「何らかの障害があらわれたら使用をやめれば良い」と安易に考えがちですが、習慣化するやち薬物依存状態になってから個人の意思でやめることは事実上不可能です。

薬物を使用していると薬物耐性ができるため、同じ薬量では効果が薄れてしまい、さらに量を増やさなければ同様の効果が得られなくなります。

そうなってから、薬物使用を中止すると、疲労感、イライラ、不安感がつづりますが、薬物を使用すると嘘のように解消します。

薬物依存症の恐怖は、誰もが薬物乱用が良くないことと自覚しており使用し続けていけば破滅しかないと知っていても、精神的にも身体的にも禁断症状のためにやめられなくなってしまうことです。



■オーバードーズについて

市販されている医薬品も、乱用すれば危険です！

ドラッグストアなどで購入できる市販薬を乱用すると依存症に陥るリスクがあります。

最近では、若者による市販薬の過量服薬、いわゆる『**オーバードーズ**』が増加しており、意識障害などにより救急搬送されるなどの事例もあります。

薬は、医師や薬剤師、登録販売者の指示に従い、用法・用量を守って正しく服用しましょう。

■薬物乱用の弊害

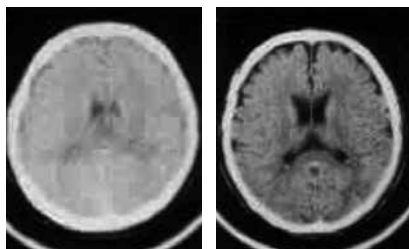
精神への影響

1. 情緒面では
 - ・自己中心的になり人を思いやる気持ちがなくなる。
 - ・無責任な言動が多くなり、他の人や社会のせいにする。
 - ・イライラして落ち着きがなくなる。短気で我慢することができなくなる。
2. 行動面では
 - ・無気力で目的意識がなくなり、だらしなくなる。
 - ・人付き合いを避けるようになる。

身体への影響

- ・脳萎縮、脳出血
- ・心臓発作、静脈炎
- ・気管支、肺の障害による呼吸不全
- ・消化器障害
- ・肝臓、腎臓障害
- ・生殖器萎縮 など

脳萎縮の症例



正常な脳

萎縮した脳

右はシンナー乱用者の脳ですが脳萎縮はシンナー乱用だけでなくアルコール（即ち身近にある酒類）の過剰摂取などでも見られる症例です。

脳が萎縮するとその隙間に水が溜まります。黒く写っているのはその水が溜まった部分です。脳が萎縮すると認知症を発症します。小脳部分に萎縮がみられると、運動機能障害も出現します。

もっとも恐ろしいことは「**脳細胞は二度と再生しない。**」ということです。このため、ある程度治療した後でも、簡単なきっかけによって精神症状がぶり返してしまう事がよくあります。

家庭・社会への影響

代表的な例は暴力です。自分の思いどおりにならないと短絡的に暴力をふるうようになります。また、被害妄想や不安感（誰かが自分を狙っている等）から刃物をいつも持ち歩くようになったりすることもあります。家族や周囲の人達は恐怖感や苦痛に絶えずさらされることになります。

また、薬物を購入するため金品を持ち出したり多額の借金を繰り返すこともよくみられます。このため家庭が崩壊し生活が破壊されることにもなります。

さらに幻覚や妄想などにより傷害、殺人、放火、窃盗などの凶悪事件も引き起こされており重大な社会問題となっています。

■薬物乱用者にならないために

1. 違法薬物（脱法薬物）の栽培、製造、所持、売買、使用はいずれも犯罪です。必ず法的責任を負わなければならない行為であることを自覚しましょう。
2. 薬物依存症になると社会復帰することは大変困難です。従って、第一には薬物を使用しないことです。友人・知人から勧められても良く分からない薬物は使用しないことが大事です。
3. 万一違法薬物（脱法薬物）、あるいはその疑いのある薬物を使用してしまったら、医療機関で受診しすぐに治療を開始しましょう。あわせて、警察、大学に直ちに申し出ましょう。
薬物乱用は犯罪です。罪を償うとともに依存症ともしっかり向き合い治療することが大事です。



誰でも自分の考えや身近なできごとを口にしたくなることがあります。Webによる情報発信、コミュニケーションツールは電話のようにあたりまえに使われるようになりました。

X（旧Twitter）にしてもInstagram、TikTokにしても仲間内だけで共有しているのではなく、不特定多数の利用者が閲覧できることを忘れがちではないでしょうか。
あなたがWebにアップしたものが法的、経済的責任を求められることになるかもしれません。

SNSの利用には次のような点に十分に注意してください。

1. 個人情報に注意

街中で出会った出来事や友だちと出かけたときの楽しい様子などをアップする場合

- ①たとえば記念の集合写真をブログにアップする場合、写真に映っている人たちの同意を得ていますか。
- ②写真や動画の映像や音声によって顔、車のナンバー、個人を特定できる文字情報などが入っていませんか。
- ③Webにアップしたコメントで個人が特定されることはありませんか。
同意なしに個人が特定可能な情報をアップした場合、法的責任を問われることもあります。十分に注意してください。

2. 誰かを誹謗中傷するものになっていませんか

あなたに悪意はなくても、Webにアップされた人にとっては許しがたい内容である場合があります。

アップする前に本人に、アップ内容を伝えて了解を得るぐらいの慎重さが必要です。

3. 閲覧した人に不快感を与えるものになっていませんか、迷惑行為を誘発させるものになっていませんか

法に触れる行為はWebにアップするしないにかかわらず、行為そのものが違法なので論外ですが、マナーに反する悪ふざけや迷惑行為をアップすることも慎みたいものです。

例えば、深夜に集まって騒いだり、動植物に危害を加えたり、交通の障害になるような行為などは閲覧した人に不快な思いをさせうるものです。

また、それを模倣するような人が現れれば迷惑行為を誘発することになります。

4. 発信された情報の完全消去は事実上不可能

一度 W e b にアップされた情報を完全に削除するのは極めて困難です。誰かがその情報をコピーしたり保存したりしているかもしれませんし、それを把握することは事実上不可能と言ってよいでしょう。

たとえ悪意はなくてもアップしてしまったものは完全に削除するのは極めて困難です。

取り返しのつかないことになる前にもう一度確認しましょう。

5. W e b 上の情報には誤りやデマも多い

W e b 上の情報には、正しく検証された情報ばかりでなく、アップした人の思い込みによるものや誰かをおとしめるために作為的にアップされた情報もあります。これらをうのみにして追従するようなコメントや記事をアップすることは大変危険です。

6. 著作権を侵害していませんか

著作権は商標権や特許権とともに法律によって保護された知的財産権のひとつです。自分の考えを表現する場合、誰かが作成した著作物を安易に使用したくなるものです。著作権者の同意なく、これらの著作物をコピーしたり素材として使用することは法律で禁じられています。

この場合オリジナルに手を加えて、オリジナルのまま使用していなくても意図的な改変は著作権を侵害したことになります。

著作権侵害は経済的責任を果たすことを求められる場合が多々あります。文書、写真、絵、造形物、字体・書体、動画、音楽、音声、演劇、動作、表情、デザイン、ロゴなど自分以外の人物が創造した表現物の使用には十分に注意してください。

ひとり暮らし

親元を離れてひとり暮らしをするには、勉学に打ち込める環境であることが一番大切です。いわゆる集合住宅は、他人との共同生活であることを認識し、規則正しい生活を送ってください。入居後、快適な生活を送るには

1. 家賃などは滞納しない
2. 契約書はよく読み確認する
3. タバコなどによる火災に注意
4. 大声で騒いだり、テレビ等のボリュームに気をつけよう
5. ゴミ処理の地域のルールを守る
6. 部屋をキレイに使用する



役立つ電話番号

■坂戸キャンパス

坂戸市役所	049-283-1331	川角駅	049-294-7507
鶴ヶ島市役所	049-271-1111	坂戸駅	049-281-0033
毛呂山町役場	049-295-2112	越生駅	049-292-3045
越生町役場	049-292-3121	西入間警察署	049-284-0110
坂戸中央病院	049-283-0019	西坂戸駐在所	049-286-0342
明海大学病院	049-279-2733	坂戸駅前交番	049-284-2090
埼玉医科大学病院	049-276-1111	北坂戸駅前交番	049-282-2949
関越病院	049-285-3161	長瀬駅前交番	049-295-3881
坂戸郵便局	049-281-0881	川角駐在所	049-294-3050
越生郵便局	049-292-2980	若葉交番	049-287-6886
西坂戸三郵便局	049-285-6847	鶴ヶ島交番	049-285-0075
毛呂山郵便局	049-294-1470	越生交番	049-292-3042

■東京紀尾井町キャンパス

麹町警察署	03-3234-0110	東京メトロ 麹町駅	03-3261-4161
千代田区役所	03-3264-2111	東京メトロ 永田町駅	03-3581-7788
海事ビル内郵便局	03-3263-2500	東京メトロ 赤坂見附駅	03-3583-2739
半蔵門駅前郵便局	03-3263-5666	東京メトロ 四ツ谷駅南北線	03-3359-0212
都道府県会館内郵便局	03-5210-4577	丸の内線	03-3351-1010
東京逓信病院 (救急診療室)	03-5214-7768	JR 四ツ谷駅 (JR 東日本お問い合わせセンター)	050-2016-1600
慶応義塾大学病院	03-3353-1211		
東京慈恵会医科大学附 属病院	03-3433-1111		

総合体育館

4F	トレーニング走路、ホワイエ (卓球)	学生ホール
3F	アリーナ	
2F	受付、更衣室、温水プール	(屋根のある広場)
1F	格技室、弓道場、トレーニング室・講義室	

学生ホールを除いて館内は土足厳禁ですので上履きを持参してください。また、禁煙になっていますので、喫煙は所定の場所で行ってください。

団体で使用したい場合は、学生サービス課に申し込んでください。

更衣室およびロッカーは1日を越えて連続して使用することはできません。複数日にわたる連続使用と思われる場合は、予告なく荷物を廃棄致します。この場合、利用者が特定できた場合、鍵の交換費用を請求致します。

バスケットコート の利用について

利用可能日：月～金曜日 10:00～17:00 (原則、土・日・祝日は利用不可)

利用人数：最大20名

利用方法：必ず利用上の注意事項と利用の流れをよく読み、HPの予約フォームより事前予約してください。

(予約する際は、必ず大学のメールアドレス(●●@josai.ac.jp)を入力してください。)

【使用上の注意】

- 利用は、申込者・同伴者ともに1日2コマまでです。3コマ以上ご予約があった場合、申込をキャンセルいたします。
- 予約は7日先まで受付可能です。
- 予約システム上、反映の時間が重なることがあります。予約が重なった場合は、先に予約された方を優先いたします。

運動用具の 貸出し

学内での使用に限り、運動用具の貸し出しを行っています。希望者は学生証を提示のうえ、総合体育館2階受付に申し込んでください。

貸出時間 9:30～16:30

貸出用具 ソフトボール、卓球、バレーボール、バドミントン、バスケットボール、サッカー

プールの 利用方法

総合体育館内にオールシーズン泳げる25m×8コースの温水プールがあります。更衣室、シャワー室、採暖室もあります。利用する場合は入営許可印のある学生証を総合体育館2階受付に提示してください。

*入営許可は学年はじめに行われる定期健康診断を受け、保健センターで健康状態に異常がないことを確認された者に与えられます。

利用時間 火・金曜日 10:00～18:00

月・水・木・土曜日 15:00～18:00

日曜日・祝祭日 10:00～18:00

長期休み、大学行事により
使用できない事もあるので
受付に確認してください。

教室の 利用方法

クラブやサークル活動のために空いている教室を利用できます。利用予定日の前月20日から利用予定日1週間前まで受け付けます。申し込み即日の利用はできません。申し込み窓口は学生サービス課です。

利用時間 月～金曜日 12:55～13:45、15:40～20:00

*利用が許可されない場合

- ・個人および公認されていない団体は利用できません。
- ・長期休業期間は建物入口が施錠されますので利用できません。
- ・学生利用が認められていない建物、教室は利用できません。

*定期試験、入学試験、補講や学内行事等により、事前申し込みであっても許可が取り消されることがあります。

*この時間帯以外の利用についてはあらかじめ相談してください。

学生食堂・カフェ
書店・売店

学生食堂・カフェは、セルフサービスです。他の人のためにも後片づけをし、綺麗に使いましょう。営業日・営業時間は変更になることがあります。



JU CAFE 2015 (第1食堂棟1階)

メニュー ご飯物、めん類、ジュース
営業時間 平日11:00～14:00



セブン-イレブン (第1食堂棟2階)

営業時間 平日8:30～19:00



けやき食堂 (第2食堂棟B1階・1階)

メニュー ご飯物、めん類、ジュース
営業時間 平日11:00～14:00



ヤマザキYショップ・ステーションアリーショップ (第2食堂棟1階)

営業時間 平日9:15～14:30



紀伊国屋書店 (第2食堂棟2階)

取扱品 書籍、参考書、文庫本
営業時間 平日9:15～16:30



ALWAYS CAFE (17号館2階)

メニュー 軽食、クレープ、コーヒー、ジュース
営業時間 平日10:30～16:00



KOMA CAFE (23号館1階)

メニュー パン、コーヒー
営業時間 平日11:00～17:00



JMS KITCHEN (第2食堂棟3階学生談話室)

営業時間 火・水・木曜日11:00～15:00

シャトルバス (坂戸キャンパス)

次の4つのルートシャトルバス（有料）を運行しています。

1. 大学～JR八高線高麗川駅～西武池袋線飯能駅北口
2. 大学～東武東上線坂戸駅南口（女子学生優先）
3. 大学～JR桶川駅西口
4. 大学～JR本庄駅西口

本学の学生であれば、だれでも利用できます（有料）。

2026年4月1日から、以下の通り値上げさせていただきます。

本庄便	現金購入 1枚	350円
	IC購入 1枚	320円
	定期券（1学期分）	45,000円
桶川便	現金購入 1枚	250円
	IC購入 1枚	230円
飯能便	現金購入 1枚	200円
	IC購入 1枚	190円
高麗川便	現金購入 1枚	150円
	IC購入 1枚	140円
坂戸便	現金購入 1枚	150円
	IC購入 1枚	140円

■利用上の注意点

利用に際しては、次のことを守ってください。

- (1) 駅での乗降の際は、他のバスの乗降客や一般の方への迷惑にならないようにしてください。
- (2) 途中下車はできません。
- (3) 車内での飲食・喫煙はできません。
- (4) やむをえず急ブレーキをかけることがあります。立っている方は、必ず吊革につかまってください。
- (5) バス利用券は第1食堂棟2階ロビーにある自動券売機で購入してください。
- (6) **電車が遅れた場合でも、定刻どおり運行いたします。**
- (7) 土曜日、日曜日、祝祭日、創立記念日、夏期・冬期・春期休業中は、運休または減便などを行います。また、大学行事等により、運行内容が変更になる場合があります。これらは事前にホームページ及び学内バス停の掲示でお知らせします。

■運行に関して

通常の時刻表は城西大学ホームページの「交通アクセス」に掲載されている「シャトルバス」をご参照ください。

学生駐車場

学生サービス課へ利用申請し、「城西大学学生駐車場利用細則」の条件を充たしている学生には、「城西大学学生駐車場利用登録証」を発行し利用を認めています。

■城西大学駐車場利用細則

城西大学学生駐車場利用細則

(目的)

この細則は、城西大学学生駐車場利用（車両通学）に関し、必要な事項を定める。

(駐車場設置の趣旨)

本学では、学生の安全を考慮し、公共交通機関の利用および大学運行のシャトルバスでの通学を基本として推奨しているが、諸般の事情により通学に困難を伴う者の支援を目的として、城西大学学生駐車場を設置しており、車両通学を推奨するものではない。

(車両の定義)

この細則でいう車両とは、道路交通法に基づく運転免許を要する自動車という。

(利用料金)

利用にあたっては有料とし、一回200円とする。なお、料金は諸般の事情により改定することがある。

原則として、学生駐車場利用券を事前に学生サービス課にて購入し使用することとする。

(駐車場の利用の登録)

駐車場の利用を申請する者（以下車両通学者という）は、指定された期間に、車検証、免許証および任意保険証の写しを添付し、別紙『城西大学学生駐車場利用申請書』に必要事項を記入のうえ学生サービス課に提出し審査を受けなければならない。

(審査基準)

申請があった者で、次の審査基準を満たしている場合は、『城西大学学生駐車場利用登録証』を発行し、駐車場の利用を認めることがある。

登録証の発行を受けていない者の車両による通学は、原則的に認めない。また、居住地最寄り駅が東武東上線・東武越生線に属する場合は、原則的に認めない。但し、居住地から最寄り駅までの距離および通学時間により認めることがある。

1. 利用申請書に記載不備および虚偽の申請のない者。
2. 居住地もしくは居住地の最寄り駅より公共交通機関を利用しての通学に困難を伴う者。なお、駐車場の台数に限りがあるため申込状況により優先度を考慮することがある。
3. 持病や身体的な事情により公共交通機関での通学に困難を伴う者。
4. 自動車損害賠償責任保険（自賠責保険）の他に、自動車任意保険（以下の条件を満たしていること）に加入している者および適用を受けられる者。

対人賠償	対物賠償	搭乗者賠償
無制限	無制限	3000万円以上

5. 道路運送車両法による12ヶ月毎の定期点検整備を受けていること。
6. 自動車運転免許取得後1年を経ていること。（原則1年生は認めない）
7. その他の事情により総合的に判断することがある。

(登録証の有効期間)

有効期間は、当該年度の1年間（4月1日～3月31日）とする。

なお、翌年度の利用を希望する者は、指定された期間に更新手続きを行い、利用許可を受けなければならない。なお、大学院進学等で学籍が変更となった場合は再度利用申請をしなければならない。

また、車種や自動車登録番号等変更になった際は学生サービス課に届け出ること。
(安全運転遵守事項)

車両通学者は、道路交通法等の関係法令および本細則を遵守し、社会通念上不適切な行為を行わず安全運転の励行に努めること。

(登録の取消)

1. 車両通学者が道路交通法等の関係法令および本細則に違反した場合には、駐車場利用登録を取り消すことがある。
2. 資格を失った時（卒業・退学等）および登録証が不要になった場合は、登録証を速やかに学生サービス課に返却しなければならない。

(事故処理および報告)

1. 車両通学者が運転中に起こした事故等について、大学は一切責任を負わない。
2. 駐車場で生じた破損、盗難等の事故および天変地異等による損害について、大学は一切責任を負わない。
3. 前1・2項の事故等が発生したとき、当事者は速やかに学生サービス課に事故報告書（指定用紙）を提出すること。

(罰則・処分)

1. 車両通学者が道路交通法等の関係法令違反や迷惑行為等を行った場合には、「学生懲戒処分の指針」に基づき処分を行うことがある。

(その他の事項)

1. 駐車中は、登録証を車内の見やすいところに置くこと。
2. 登録証は、他人に貸与してはならない。
3. 登録証を紛失した時は、学生課に速やかに届け出ること。
4. 日を跨いででの駐車や長期間の駐車は原則認めない。諸般の事情により必要な際は学生サービス課に相談すること。なお、無断で長期間放置されている場合はレッカーや処分等行う場合があるが、費用については所有者に請求するものとする。
5. 指定の駐車場以外に駐車をしてはならない。
6. 駐車可能台数には、限りがあるため満車により利用できないことがある。
7. 駐車場利用申請書の記載事項に変更が生じた時には、速やかに学生課に届け出て再発行を受けること。
8. 登録証の発行を受けても、駐車場整備や諸事情により駐車場を利用できないことがある。
9. 大学の行事等で駐車場を利用できないことがある。
10. 学生駐車場については、本学私有地ではないため整備に限界があることをご理解いただき、必ず申請前に学生駐車場の環境について確認し環境に承諾してから申請すること。

この細則は、平成2年10月より施行する。

改正 平成19年9月1日一部改正

改正 平成19年9月1日一部改正

改正 平成25年4月1日一部改正（条件の4追加）

改正 平成31年4月1日一部改正

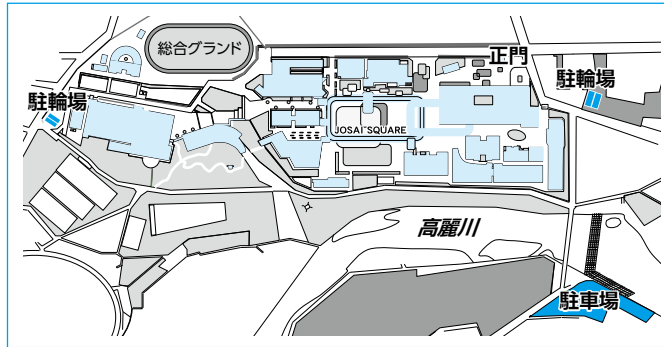
改正 令和4年4月1日一部改正

学生駐輪場

自転車、自動二輪車等のための駐輪場が2か所設けてあります。キャンパス東側は外周道路の脇に隣接しており、キャンパス西側は総合体育館西側の裏門内にあります。いつでも自由に利用できますが、管理は各自でお願いします。

なお、駐輪場以外には駐輪できません。駐輪場内で生じた破損・盗難等の事故および天変地異による損害について、大学は一切責任を負いません。

学生駐車場・駐輪場案内図



自転車のマナー

令和8年4月1日から、道路交通法の一部を改正する法律（令和6年法律第34号）のうち、16歳以上の自転車の運転者を交通反則通告制度（いわゆる「青切符」）の対象とする規定が施行されます。

自転車は道路交通法では軽車両に位置づけられており「車のなかま」です。道路を通行するときは「車」として、交通ルールを遵守すつとともに交通マナーを実践するなど安全運転を心掛けましょう。

また、車の運転者も歩行者も自転車のルールを知って、お互いを思いやり、安全を心掛けましょう。

交通ルール

自転車安全利用五則（令和4年11月交通対策本部決定より）

1. 車道が原則、左側通行

歩道は例外、歩行者を優先

道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられています。したがって車道と歩道の区別があるところは車道通行が原則です。そして、道路の左側に寄って通行しなければなりません。

歩道を通行できる場合は、車道寄りの部分を徐行しなければならず、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。

※自転車は、車道の左側通行が原則であり、歩道は例外的に通行することができます。歩道を通行できるのは、以下のとおりです。

- ・ 標識や標示によって歩道を通行できるとされているとき
- ・ 13歳未満、70歳以上の方又は車道通行に支障がある身体の不自由な人が運転するとき
- ・ 車道又は交通の状況から見て、通行の安全を確保するためにやむを得ないと認められるとき

2. 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

信号機のある交差点では、信号が青になってから安全を確認し、横断しましょう。

一時停止のある交差点では、必ず一時停止をして、安全を確認してから横断しましょう。

3. 夜間はライトを点灯

夜間はライトを点けなければなりません。

自転車に乗る前にライトが点くか点検しましょう。

4. 飲酒運転は禁止

お酒を飲んだときは、自転車に乗ってはいけません。

5. ヘルメットを着用

自転車に乗るときは、乗車用ヘルメットを着用しましょう。

幼児・児童を保護する責任のある方は、幼児を幼児用座席に乗せるときや幼児・児童が自転車を運転するときは、幼児・児童に乗車用ヘルメットをかぶらせるようにしましょう。

東京紀尾井町キャンパスが平成 17 年度より開設しました。学部、大学院の授業の一部については城西大学キャンパスとのネットワークにより遠隔授業も行われます。

利用期間：大学行事予定に準ずる。

休館日：大学行事予定に準ずる。

利用時間：9：30～21：30

注意事項：○教室は授業専用です。学生個人やクラブ等では使用できません。

○1階受付で許可を得て、ホルダーを受け取り、常に学生証をホルダーに入れて携帯してください。

○キャンパスは禁煙です。また、キャンパスのある千代田区は条例により歩行喫煙は禁止されており、違反者は罰せられます。



東京紀尾井町キャンパス

● 1号棟共同事務室

東京都千代田区紀尾井町3-26

Tel 03-6238-1050

● 3号棟共同事務室

東京都千代田区平河町2-3-20

Tel 03-6238-8500

高麗祭 (学園祭)

高麗祭は、学生の皆さんにとって1年間を通して最大のイベントです。多くの学生がクラブやゼミ単位で研究発表、露店、模擬店等の形で参加しています。コンサートや講演会、などの色々な企画があります。

城西生にとってこの高麗祭は、一年間の練習や研究の成果を発表し、青春を燃焼させる場でもあり、また、地域社会との交流を深める絶好の機会でもあります。

新入生の皆さんも是非参加し、青春の一ページをつくりあげてください。

また、東京紀尾井町キャンパスでは、城西国際大学と合同で行う学園祭が行われます。

正課外活動

課外活動は、学生が集団的に営む自主的な活動です。大学の公認団体は上部団体、学術団体、体育会系、文化系、その他同好会・サークルがあり、多くの城西生がこれらの団体に所属して活動しています。

学生生活の中心は学問研究にありますが、全人格を形成する上で課外活動は教室や研究室では学べない一面を有しているといえます。趣味の域を脱し、一つの事柄を極める、またその過程において集団の中での個の自覚、すなわちメンバーとして、リーダーとして、自ら学ぶことが多々あると思います。その意味から課外活動に参加することも充実した大学生活を送るうえでの一つの方法です。



■ 課外活動の 留意事項

学生団体が学内外で活動する場合、いろいろなルールを守らなければなりません。学内外での集会、あるいは掲示、印刷物の配布、物品の販売などの行為をする場合はあらかじめ学生サービス課へ届け出るようになっていきます。その具体的な方法は学生便覧「学生通則」に詳しく書かれていますので注意してください。

また旅行会社以外の学外の団体が、学内で参加者を一般募集して、旅行やスキーツアーなどを企画しているところがありますが、事故の責任などの問題もあり大学ではこのような募集活動を一切認めていません。不明な点があれば学生サービス課に相談してください。

学生団体 紹介

詳細は大学ホームページの「クラブ・サークル活動」を検索してください。

正課外活動 施設案内

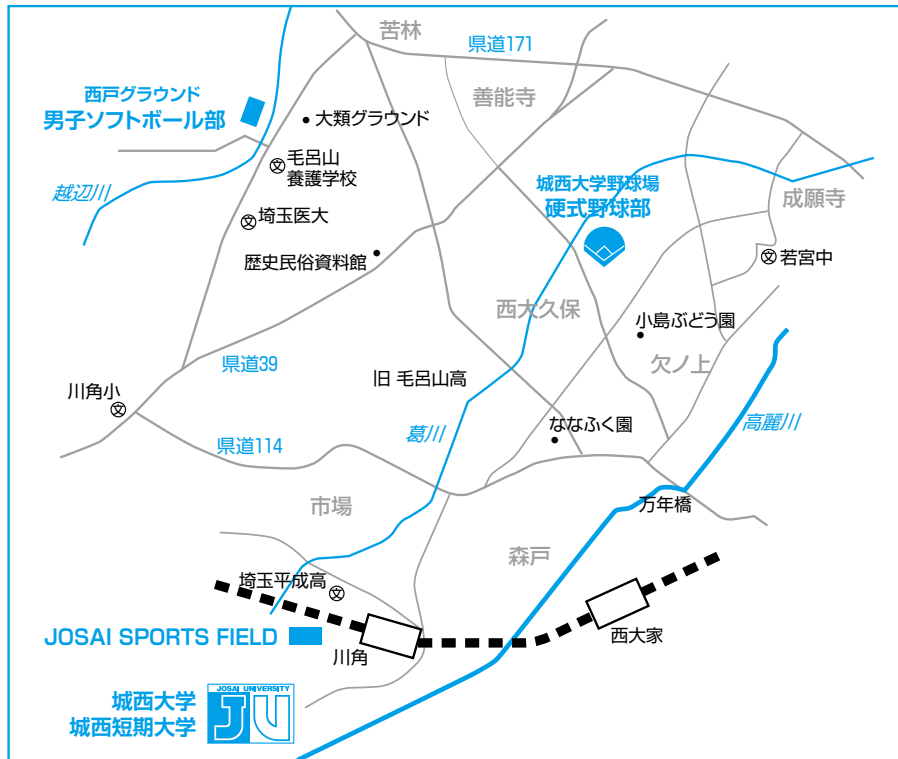
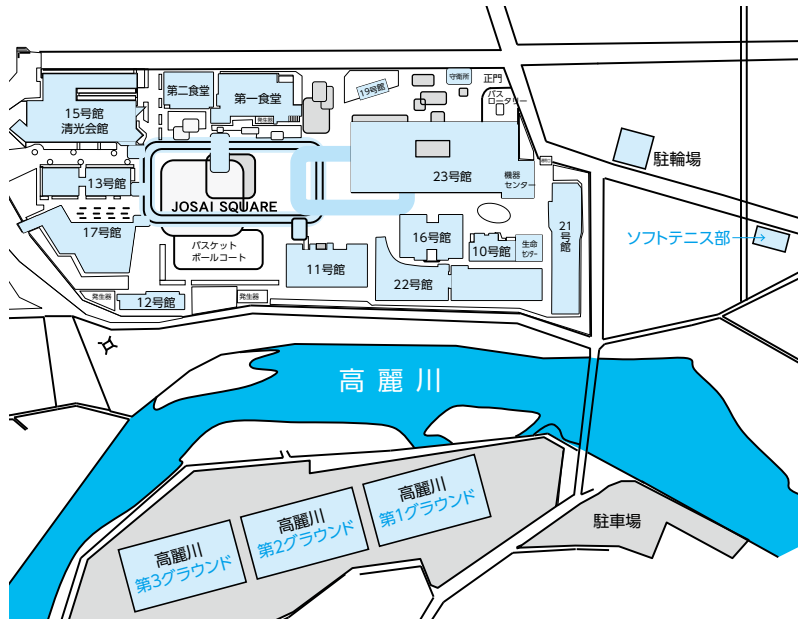
体育会、文化部連合会所属クラブおよび上部団体、学術団体は学友館内に部室があります。課外活動場所としては、文化系クラブ、サークルはほとんどが教室ですが、体育会所属クラブは活動場所が決まっています。主な活動場所はここに記す「課外活動マップ」のとおりです。入部希望者は見学に行ってみてください。

■課外活動マップ



- 総合グラウンド
- JSF (JAOSAI SPORTS FIELD)
陸上競技部、男子駅伝部、女子駅伝部、サッカー部、女子ソフトボール部
- 総合体育館
 - 1F 柔道部、空手道部、剣道部、合気道部、少林寺拳法部、躰道部、チアリーダー部、グリークラブ、軽音楽研究会、フォーク・スウィング・クラブ
 - 2F 水泳部
 - 3F バレーボール部、バスケットボール部、バドミントン部
- 弓道場
弓道部
- ゴルフ練習場
ゴルフ部
- 学友館
部室棟

課外活動マップ



- **JOSAI SPORTS FIELD** 住所：入間郡毛呂山町下川原 757-1
- **城西大学野球場** 住所：入間郡毛呂山町西大久保 62
- **西戸グラウンド** 住所：入間郡毛呂山町大学 119 番地 12

城西大学学歌

雄渾に (♩ = 112 位)

作詩 草野心平

作曲 小山清茂

marcato

こま が わ は うねうねうねり き た に なん たい に し ち ち ぶ
 ぐん じょう の てん さ え わ た り そ よ か ぜ に お う わ か き ほ ほ

せいなんにふじらのむらさき ー こたかおきり ー なうる けやきだいちに
 せいおーおともがらよ まゆあ げ て たかおきり ー なうる けやきだいちに

みし りとせ おい う と も た が ら つ と ー ん あ あ わ っ ら が し
 りとせ おい う と も た が ら つ と ー ん あ あ わ っ ら が し

ほきこ う じょう さ い に わ れ り ら ん に さ ら し き ひ か り か か
 う じょう さ い に わ れ り ら ん に さ ら し き ひ か り か か

pesante

が や く つ く る

城西大学学歌

作詩 草野心平
作曲 小山清茂

一、高麗川は うねうねうねり

北に男体 西秩父

西南に富士の むらさき

ここ大なる 榎台地に

未来を背負う 朋がら集う

ああ われらが母校 城西

日輪に燦と 光りかがやく

二、群青の 天冨えわたり

そよ風匂う 若き頬

おお朋がらよ 眉あげて

高き理想を 胸ぬちに燃し

真理と正義 ひたに求めん

ああ 美しき哉 城西

われら新しき 文化を創る

城西大学応援歌

城西大学同窓会 作詞
山本直純 作曲
高沢智昌 編曲

は る か に ふ が く あ お ぎ つ つ ち
ち ぶ お ろ し に き た わ れ し
け や き が - お か の わ こ う ど は り そ う に - も え て
い き た か し じ ょ う さ い じ ょ う さ い わ れ ら が じ ょ う さ い
われらが ほ こ う フレーフレーじょうさい フレーフレーじょうさい

城西大学応援歌

城西大学同窓会 作詞
山本直純 作曲
高沢智昌 編曲

一、遥かに富嶽 仰ぎつつ

秩父おろしに 鍛われし
櫻ヶ丘の若人は
理想に燃えて 意気高し
城西 城西 われらが城西
われらが母校

二、清き高麗川に 身を浄め

千古に輝く 地を享けて
我が戦士のの かちどきに
手向う敵も あらばこそ
城西 城西 われらが城西
われらが母校

三、天に轟け 地に響け

吾青春の 雄叫びよ
高き誉れを 胸に秘め
永久に忘れぬ この栄光
城西 城西 われらが城西
われらが母校

学生通則

- 第1条 本学学生に関する規定は関連法令に記載されたもののほか、この通則に定めるところによる。
- 第2条 (削除)。
- 第3条 学生は学生証の交付を受け、必ずこれを携帯し、本学教職員より呈示を求められた場合は、いつでもこれを呈示しなければならない。
- 2 (削除)
- 3 学生証を紛失したときは、直ちに学生部に届け出て再交付を受けなければならない。
- 4 学生証は所持資格を失ったときは直ちにこれを返納しなければならない。
- 第4条 学生は毎年1回本学施行の健康診断を受けなければならない。
- 第5条 学生が学内で団体を結成しようとするときは、代表者2名と顧問教員(本学専任教員)を定め、所定の様式に従い、代表者及び顧問教員が署名押印して学生部長を経て学長に届け出て許可を得なければならない。
- 2 許可された団体は毎年5月末日までに団体名簿を学生部長に提出しなければならない。提出のないときは解散したものと見なす。
- 第6条 本学において政治的または思想的団体の下部組織と認められるものを組織し、または学外において大学名を使用して政治的思想的団体の下部組織と認められるものを組織してはならない。
- 2 学生団体が学内諸規則に違背したと認められるときは、活動停止または解散を命ずる。
- 3 学生団体が学外団体に参加しようとするとき、または学外において本学名を使用して団体活動をしようとするときは、代表者および顧問教員の連署をもって学生部長を経て学長の許可を得なければならない。
- 第7条 学生が学内において集会を開こうとするときは、代表者はその7日前までに所定の様式に従い、学生部長に届け出て許可を得なければならない。なお、集会の終了後その結果について学生部長に報告するものとする。
- 2 集会、施設の使用は、平日は午後9時、休日は午後6時までとする。学生の臨時集会もこれに準ずる。
- 第8条 学生が学内外において文書の配布及び掲示をするときは、その責任者氏名を記載した文書を呈示し、あらかじめ学生部長の許可を得なければならない。
- 2 前項の掲示物は本学所定の掲示板に掲示するものとし、その掲示期間は1週間とする。ただし、立看板は原則として許可しない。

第9条 学生が学内において、世論調査、署名運動、投票及び寄付金募集など、本学教職員、学生、外来者等を対象とする行為をしようとするときは、あらかじめ学生部長を経て学長に届け出て許可を受けなければならない。

2前項に定める行為の責任者はその行為実施に関しては学生部長の指示に従うとともに、その結果を報告しなければならない。

付 則 この規則は昭和40年4月1日から適用する。

改 正 この改正は、平成26年4月1日から適用する。

改正条文 第2条（削除）

第3条の2（削除）

第7条の2

学友館及び 部室使用規程

1. 使用目的 団体の公認活動、会議、着替、用具の保管場所等の必要において使用する。
2. 使用時間 原則として午前8時から午後9時までとする。上記時間外に使用する場合は、学生課の許可を得る。
3. 使用期間 毎年4月1日から翌年3月31日までとし、更新を妨げない。但し、団体解散や活動不能になった場合は使用することができない。
4. 責任者 使用団体は、管理責任者を定め年度始めに学生課に登録する。管理責任者は、盗難の防止、火災の防止、騒乱の防止等に努めなければならない。
また、事故や過失が生じた場合は、直ちに学生課に連絡のうえ連絡して善処する。
5. 秩序と整頓 各人は、大学人としての規律と株序を守り、他人や他団体に迷惑や危害を与えてはならない。室内の清掃・整頓は、当該団体が自主的に行う。
また、公共の場所は、使用団体が協力して清掃・整頓に当たる。
6. その他 ①大学が必要と認めた場合は、室内の点検をすることができる。
②この規程に違背した団体は、使用を禁止することができる。



JOSAI UNIVERSITY

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台 1-1 TEL. 049-271-7724 (学生サービス課直通)

<http://www.josai.ac.jp>