



「健康度」をチェックしよう！

長い冬も終わり、キャンパスでもようやく春の気配が感じられるようになりました。
今冬は、本学では風邪やインフルエンザなど感染症の流行が少なく一安心。
とはいえ、季節の変わり目は体調管理に要注意!!



体調不良を感じたときは、自分の生活を振り返ってみましょう。

- ✓ 「衣」 季節に合った服装をしているかな。
- ✓ 「食」 朝・昼・夜の三食をきちんと食べているかな。
- ✓ 「健康観察」 体調不良はいつ頃からかな。休養をとっているかな。

生活リズムや健康状態を振り返ることで、どこかのバランスがとれていないか気が付きます。自分の健康度をチェックして「メリハリがある健康学生生活」を心がけていきましょう。保健室では学生の皆さんの健康に関する相談に応じています。気軽にご相談ください。
保健管理委員会 保健師 伊豆川育子

職員紹介

目標達成をサポートする 図書館を目指して

本が好きで図書館での仕事を希望し、本学附属図書館で勤務しています。
今年で勤続9年目を迎えました。

図書館では、図書の選定や予算管理、本学教員の論文をネット上に公開するリポジトリ、文献検索ガイダンスなど、様々な業務に携わっています。

本学附属図書館の特徴は、専門分野の図書が多いことと、貸出やグループワークによく利用されていることです。みなさんマナーが良く勤勉だなと感じています。

今年度は、初めての試みとして「ブックハンティング」を実施しました。

学生さんが書店の店頭で図書を選び、図書館が購入して展示する企画です。ブックハンティングで選ばれた図書は人気があり、すぐに借りられていきました。これからも、学生の皆さんとコミュニケーションを図りニーズを取り入れながら、皆さんの将来の目標達成に貢献できればと、心より願っております。



図書課 主査
山田奈々
(やまだなな)



「ブックハンティング」の一部



花壇の整備について、ご協力いただきました

このほど、有限会社みちのく造園様(青森市自由ヶ丘)から、本学西門前の花壇の整備について、協力の申し出がありました。

本学としては、環境の美化に資するお申し出であることから、ありがたくお受けすることとしました。