

安心して大学生生活を送るために



キャンパスライフ スタートガイド

Campus Life Start Guide



大学には、大学生活で
悩んだ時に、相談できる様々な
相談窓口があります。

■ P. 5 保健管理センター
■ P. 9~10 ハラスメント相談
■ P. 23 学生相談窓口

■ P. 24 学生支援相談ルーム
■ P. 24 特別修学サポートルーム

悩みや困りごとがあるが、どこに相談に行ったら良いかわからない・・・
そんな時は迷わず「**学生なんでも相談窓口(P.23)**」へ。



新潟大学 学務部

2022年3月発行

新潟大学における自然災害等に対する 全学的休講措置

平成29年12月8日
大学教育委員会決定
改正 令和2年1月10日

1 自然災害が発生した場合の休講措置

1. 気象庁から、新潟市西区又は中央区に特別警報が発令された場合は、次の措置をとる。
 - (1)午前7時の時点で発令中の場合は、1限・2限・HTの授業を休講とする。
 - (2)授業実施時間帯に特別警報が発令中又は発令され、学生の安全を確保する必要があると学長が判断した場合は、その後の授業を休講とする。
2. 気象庁から、新潟市西区又は中央区に大雨、暴風、暴風雪又は大雪の警報が発令され、学生の安全を確保する必要があると学長が判断した場合は、授業を休講とする。
3. 台風等の影響によりJR東日本が計画運休の決定を発表した場合は、計画運休の範囲、天候状況、他の公共交通機関の運行状況等を考慮した結果、学生の安全を確保する必要があると学長が判断した場合は、授業を休講とする。
4. 地震が発生し、キャンパス内の停電・断水、校舎等建物の被害状況等を考慮した結果、授業の実施が不可能と学長が判断した場合は、当分の間、授業を休講とする。

2 大規模停電等が発生した場合の休講措置

大規模停電等が発生し、学生の安全を確保する必要があると学長が判断した場合は、授業を休講とする。

3 休講措置の通知

自然災害又は大規模停電等による休講については、本学 HP 及び学務情報システムにより通知する。

4 休講の代替措置

休講措置を講じた授業については、補講等により代替措置を講ずる。

5 課外活動の禁止

休講措置を講じた場合は、原則として、すべての課外活動を禁止する。

目次

Contents

1	心と体の健康	
	1. アルコール・喫煙	1
	2. 違法薬物・危険ドラッグ	2
	3. 心と体の健康管理	3
2	交通安全	
	1. 構内（五十嵐キャンパス）交通規制等	7
	2. 交通事故	8
3	日常生活	
	1. セクシュアル・ハラスメント	9
	2. アカデミック・ハラスメント/パワー・ハラスメント	10
	3. インターネット利用上の注意とマナー	10
	4. 拾得物・紛失物	11
	5. ゴミ処理	11
	6. 騒音	11
	7. 路上強盗・窃盗・痴漢	11
	8. 懲戒	12
	9. 盗難・置き引き	12
	10. 防災	13
	11. 海外渡航	14
4	悪質な勧誘に注意	
	1. サークルを装う宗教・政治団体等	15
	2. 悪質商法	16
	3. 消費者金融・クレジットカード	17
	4. 振り込め詐欺（恐喝）	17
5	保険	
	1. 学研災，学研賠等	19
6	年金	
	1. 20歳になったら国民年金	20
7	アルバイト・マイナンバー	
	1. アルバイト	21
	2. マイナンバー	21
8	大学からの連絡事項の確認，大学に対する意見・要望	
	1. 大学からの連絡事項	22
	2. 電話照会に注意	22
	3. 大学に対する意見・要望	22
9	相談	
	1. 悩みや困りごと相談	23

アルコール

20歳未満の者の飲酒

20歳未満の者の飲酒は、法律で禁止されています。成長途中の脳細胞、肝臓、生殖器などが悪影響を受けやすいからです。

飲み方

短時間で大量に飲酒すると、アルコール濃度の高い血液が神経をマヒさせ、呼吸停止や心臓停止を引き起こして死に至る危険があります。また、嘔吐した時、吐物が肺に入って窒息の危険もあります。飲酒は適量を、時間をかけて飲むようにしましょう。

体質

アルコールを飲めない体質の人がいます。アルコールを分解する酵素が全くないか、少ないためです。アルコールを飲めない体質の人が飲酒すると、動悸や頭痛、吐き気などの症状を引き起こします。分解酵素がないため飲酒は非常に危険です。

道路交通法違反

飲酒運転は、アルコールの作用でスピード感覚のマヒや冷静な判断ができなくなるため、重大事故を引き起こす可能性が高まります。また、飲酒運転をした場合、厳しい罰則が科せられます。これは運転者と共に飲酒に同席した周囲の人も対象となります。自動車、自動二輪車等や自転車の飲酒運転は絶対にはいけません。

アルコール・ハラスメント(アルハラ)

飲酒に関する嫌がらせ、人権侵害のことです。特定非営利活動法人アルコール薬物問題全国市民協会は、アルハラ行為を次の5つに規定しています。

- 1 飲酒の強要
- 2 イッキ飲ませ
- 3 意図的な酔いつぶし
- 4 飲めない人への配慮を欠くこと
- 5 酔ったうえでの迷惑行為

上記のうち、ひとつでもあてはまればアルハラとなります。毎年大学生のイッキ飲みにより急性アルコール中毒で死に至る事件が発生しており、社会問題となっています。アルハラは絶対にはいけません。



大学に入学すると、今までとは大きく違い、新入生歓迎コンパ（新歓コンパ）や卒業生を送り出すためのコンパ（追いコン）、所属する研究室（ゼミ）でのコンパ等、飲酒の機会が大きく増えます。

新潟大学では、コンパを主催する学内の団体に対し、「未成年」や「アルコールに弱い」ことがハッキリ分かるように「名札」等の着用を義務付けています。

あなたが「未成年」や「飲酒を希望しない」時は、コンパの主催者に伝え、「名札」等を必ず着用するとともに、万が一、飲酒の強要を受けた時は、ハッキリ「NO!」と意思表示をしてください。

喫煙（禁煙）

喫煙は多くの病気の原因となるばかりでなく、受動喫煙により周囲の人への健康障害の原因にもなります。禁煙は世界の常識になりつつあります。健康的な趣味、嗜好、運動等から癒しを見つけ有意義な学生生活を送りましょう。

喫煙習慣の本質はニコチン依存です。「禁煙なんて必要ない」「いつでもやめられる」と考えている喫煙者は、一日も早く禁煙の必要性に気づき「タバコにサヨナラ」しましょう。禁煙には離脱症状をやわらげてくれる禁煙補助薬を使用する方法もあります。保健管理センターでも禁煙サポートを行っておりますので、相談を希望の方はご連絡ください。なお、新型コロナウイルスの感染状況によっては行えない場合もありますので、保健管理センターのホームページを確認してください。

キャンパス内は
全面禁煙です。

いわゆる「新しいタバコ」である電子タバコ、非燃焼・加熱式タバコなどにも、ニコチンや有害物質が含まれています。大学キャンパス内での使用はできません。

キャンパス外で喫煙する場合は、喫煙マナーを守り、歩きタバコや吸い殻のポイ捨てはやめましょう。

02

違法薬物・危険ドラッグ

大麻などの麻薬や覚せい剤などの所持や使用は法律で禁じられているだけではなく、想像を超えた社会的地位や信用の損失を伴います。一時的な快楽で一生を棒に振ってしまうことを知ってください。

■大麻（『マリファナ』、『グラス』、『チョコ』とも呼ばれる）

一般的には快活、陽気になるといわれていますが、感覚が異常になり幻覚や妄想に襲われたり、わけの分からない興奮状態に陥って暴力をふるったり、挑発的な行為を行ったりすることがあります。また、何もやる気のおきない状態になる「無動機症候群」に陥ることもあります。

■覚せい剤（『スピード』、『アイス』、『クラッシュ』とも呼ばれる）

神経が興奮し、頭がさえたような感じになりますが、効果が切れたときに激しい脱力感、疲労感、倦怠感に襲われます。精神依存性が非常に強く、やめることが難しい薬物です。乱用を続けると幻覚、幻聴、妄想が現れることもあり、時には錯乱状態となって発作的に他人を傷つけることがあります。このような精神障害は、乱用をやめても長期にわたって残る危険があります。また、大量に摂取すると、全身けいれんを起こし、死亡する場合があります。

■MDMA（『エクスタシー』、『バツ』、『タマ』とも呼ばれる）

MDMAの多くは、文字や絵柄の刻印が入ったカラフルな錠剤の形をしています。覚せい剤と幻覚剤の性質を合わせもった危険な麻薬です。視覚、聴覚に異常が起こり、不安や不眠などに悩まされることも多くあります。強い精神依存性があり、乱用を続けると錯乱状態に陥ることがあります。また、心身にも様々な障害がおこり、特に脳への悪影響が指摘されています。

■危険ドラッグ（脱法ドラッグ）

危険ドラッグ（脱法ドラッグ）とは、麻薬や覚せい剤の化学構造を少しだけ変えた物質が含まれており、体への影響は麻薬や覚せい剤と変わらず、むしろより危険な成分が含まれていることもあります。実際どんな危険があるのか、わからないのです。

アルバイト先の同僚や遊び仲間、昔の同級生などまさかと思うような人から勧められるなどして、いつの間にか薬物に染まってしまうというケースが多くなっています。

薬物はあなたの警戒心を緩めるため、以下のようないろいろな誘い文句

「やせてキレイになれる」

「あたまがスッキリとする」

「疲れがとれる」など

を使って近づいてきます。仲間はずれになりたくない、ちょっと面白そう、一度だけという気持ちで手を出すことはゼッタイにやめましょう。



03 心と体の健康管理

食生活と運動



塩分摂取量

男性：7.5g/日
女性：6.5g/日

しっかり減塩することは大切です！
(2020年日本人の食塩摂取基準 厚生労働省)

【主食】

ごはん・パン・麺（炭水化物）

【主菜】

肉・魚貝・卵・大豆料理
(たんぱく質)

【副菜】

野菜・茸・芋・海藻料理
(ビタミン・ミネラル)

【牛乳・乳製品】

チーズ・ヨーグルト（カルシウム）

【果物】

みかん・りんごなど
(ビタミンC・カリウム)

※脂肪は調理時に加える

食事

食べることは生きる基本であり、健康の土台は毎日の食事から

■ 栄養バランスのとれた食生活

- *主食、主菜、副菜を基本に、多様な食品をとる。
- *手作りや外食や加工食品・調理食品を上手に組み合わせる。
- *外食は丼ものや単品より、品数が多い定食を選ぶ。
- *正油やソースなどのかけ過ぎに注意し、減塩に努める。

■ 朝食は1日の活力源、1日3度の食事を規則正しく

- *朝食を摂るだけで、心も体もリズムが整う。夜の暴飲暴食は、肥満の原因。
- *極端なダイエットは貧血、生理不順、骨粗鬆症につながる。ダイエットは運動で！

■ 生活習慣病を予防するために、自分の体型を把握しよう

*体格の判定には体格指数 BMI が用いられます。

$$\text{BMI} = \text{体重}(\text{kg}) \div \text{身長}(\text{m}) \div \text{身長}(\text{m})$$

判定：18.5 以上 25.0 未満は標準 25.0 以上は肥満 18.5 未満はやせ

*標準体重を知り、日々の活動に見合った食事量をとりましょう。

$$\text{標準体重}(\text{kg}) = \text{身長}(\text{m}) \times \text{身長}(\text{m}) \times 22 (\pm 10\% \text{以内})$$

保健管理センターにある計測機器を利用して、日頃の健康状態をチェックしましょう。

食中毒

食中毒には注意！特に自炊生活の人は気をつけましょう

食中毒は原因となる細菌（サルモネラ、病原性大腸菌、カンピロバクターなど）やウイルスが付着した食品を食べることによって起こり、通常は腹痛、下痢、嘔吐、発熱などが見られます。食中毒は梅雨時や夏場だけでなく、冬場でも、牡蠣などの貝類を十分に加熱調理しないで食べた場合に発症することがあり、ノロウイルス等による感染性胃腸炎にも注意が必要です。食中毒予防の三原則は「新鮮」「清潔」「加熱」

適度な運動

今より 10 分多く身体を動かすだけで、健康寿命が伸ばせます。

■ 体を動かすことは、こころの健康にもつながります。

- *気づく！ 体を動かす機会や環境は身の回りにたくさんあるはず。自分の生活や環境を振り返ってみよう。
- *始める！ 今より少しでも元気に楽しく体を動かそう。プラス 10！
- *達成する！ 目標は、1日 60 分。8000 歩。体力アップを目指そう。
(アクティブガイド 厚生労働省 抜粋)

Check



ウィズコロナ

身体活動量の減少が多く、疾患リスクの増加につながることは、よく知られています。新型コロナウイルス感染症の重症化リスクとしても、肥満や一部の生活習慣病が指摘されています。しかし、外出の自粛が要請され、多くの大学が可能な限りの非対面授業をとっている現在、ふだんどおり身体活動を継続することは容易ではありません。この困難な状況下だからこそ、健康への意識は身につくのだといえます。このような状況にも対処できる運動習慣を工夫し、身につけて、みなさん個人や家族のスマートライフを目指しましょう。

けがなどの処置

すり傷、切り傷

傷口は、水道水できれいに洗い流します。消毒液を使う必要はありません。出血がある場合は、手足などの傷口を心臓より高く上げ、清潔なガーゼなどで3分間以上直接抑えて止血します。出血が止まったら、絆創膏を貼り傷口を保護します。

上記の方法で出血が止まらない時や受傷後、時間が経って化膿してきたときは医療機関へ行きましょう。

やけど

できるだけ早く冷やすことが大切で、水道水を流しながら冷やします。衣服のままのやけどは、衣服のまま冷やしてください。水疱は破らないようにします。軽いやけどでも約20分間冷やした後に医療機関へ行きましょう。

打撲・ねんざ

負傷後、患部を動かさずに、安静にして3日目まで冷やし（冷湿布）、腫れが治まってくる4日目からは患部を温めます（温湿布）。痛みや腫れが強い時、変形がある時は必ず医療機関へ行きましょう。

鼻血

上体を起こして椅子や床に座り、顔をやや下に向け小鼻をつまみます。のどに降りてきた血液は、できるだけ吐き出します。鼻から額にかけて濡れタオルで冷やします。止まる傾向がなかったり、出血量が多い場合はすぐ医療機関へ行きましょう。

虫刺され

水道水で毒素を絞り出すように洗います。虫の針や毛が残っている場合は取り除き、虫刺されの薬を塗ります。できるだけ掻かないようにしましょう。気分が悪くなったり、呼吸や脈がおかしくなる、あるいは腫れや痛みがひどいときにはすぐ医療機関へ行きましょう。



一般的な病気

学生時代にかかる病気は『風邪』や『腹痛や下痢』などがほとんどです。安静にしていれば2,3日で良くなります。そうは言っても一人暮らしで誰も看病してくれる人がいないと不安です。授業やバイトは簡単には休めない・・・お勧めしたいのは、体温計の常備と市販の**総合感冒薬と胃腸薬を用意しておく**ことです。平熱を把握することで体調の変化が早くわかりますし、夜中や休日に具合が悪くなくてもとりあえず対応できます。2,3日安静にして、薬を飲んでいのにさらにひどくなる場合は医療機関の受診が必要です（健康保険証を必ず用意しておきましょう）。経験したことがないような強い症状、高熱や我慢できない痛みなどがある場合には、すぐに医師の診断を受けましょう。そのような場合に備えて**新潟市の夜間休日診療の連絡先**（裏表紙「緊急連絡先」を参照）をあらかじめ確認しておけば安心です。病気にかからないようにするには、**規則正しい生活、手洗い、うがい**などが最も重要です。



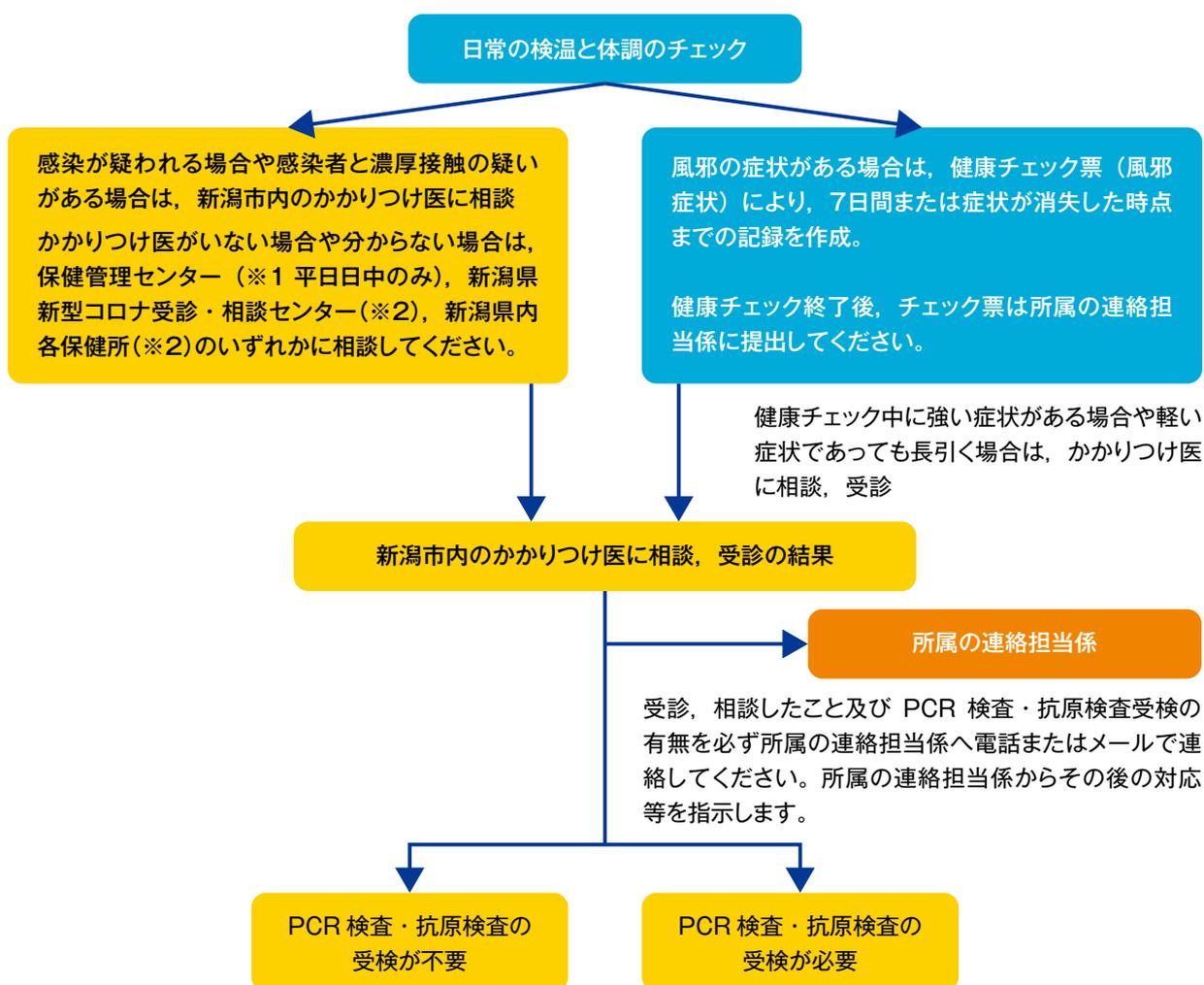
感染症

新型コロナウイルス感染症を含む多くの感染症の予防として、手洗い、マスクの着用による咳エチケット、消毒などの衛生管理を行い、栄養バランスのとれた食事、規則正しい生活習慣と適度な運動で体の抵抗力を高めましょう。適切な予防接種も重要です。

特に新型コロナウイルス感染症対策では、「三密」（密集、密接、密閉）を避け、人との間隔はできるだけ2m（最低1 m）とりましょう。こまめに換気を行い、会話の際はいつでもマスクをつけて、大声で話さない、相手と手が触れ合う距離での会話は避ける、といったことに心がけてください。

発熱、せき、のどの痛みなどの症状がある場合、まずかかりつけ医に必ず電話で相談してください。かかりつけ医がわからない場合は、保健管理センター（平日日中、五十嵐：025-262-6244、旭町：025-227-2040）か、新潟県新型コロナ受診・相談センター（24時間対応、025-256-8275）に必ず電話で相談してください。新型コロナウイルスのPCR/抗原検査を受検することになった場合は、所属学部・研究科の学務係に必ず電話で連絡してください。また、発熱等の風邪症状がある学生は、自宅待機するとともに外出を自粛し、体温と症状についての健康チェック票（風邪症状用）を使用し健康チェックを行ってください。健康チェック票は学務情報システムから、もしくは保健管理センターホームページ（学内限定）から、ダウンロード可能です。なお、感染の状況により対応が変更になる場合がありますので、最新の情報は保健管理センター及び大学のホームページで確認してください。

感染が疑われる場合等の対応について



- ※1 新潟大学保健管理センターの連絡先
保健管理センターホームページ <http://www.hac.niigata-u.ac.jp>
●保健管理センター TEL 025-262-6244
●保健管理センター旭町分室 TEL 025-227-2040
- ※2 新潟県新型コロナ受診・相談センターの連絡先
TEL 025-256-8275（毎日24時間対応、土日・祝日含む）

新潟県内各保健所の連絡先（平日日中のみ）
<https://www.pref.niigata.lg.jp/site/shingata-corona/corona-center1109.html>

※新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる場合の対応については、令和4年1月時点のものであり、詳細については、本学HP学生生活生向け重要なお知らせ（新型コロナウイルス感染症対策関係）をご確認願います。

インフルエンザ、麻しん、風しん、水痘（みずぼうそう）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、咽頭結膜熱、結核、百日咳、髄膜炎菌性髄膜炎と診断された場合は、すみやかに所属学部・研究科の学務係に電話やメールなどで診断結果を連絡してください。保健管理センターから電話にて個別の確認と保健指導を行います。指示された出席停止の期間はキャンパス内に入ることを控えてください。

海外渡航の際に注意すべき感染症が多くあります。外務省や厚生労働省の海外安全・検疫所ホームページを参照し、渡航先の情報収集を十分に行い、必要であれば予防接種を行うなど準備を整え、十分な体調管理を行ってください。

各感染症の情報については保健管理センターホームページにも掲載されていますのでご参照ください。

HIV・AIDS

HIV（ヒト免疫不全ウイルス）は感染してもすぐには発病せず、6カ月位から15年以上の潜伏期間があります。この期間に性行為などにより他人に感染させる可能性があります。AIDS（後天性免疫不全症候群：エイズ）は、HIV感染の潜伏期間の後に発病した状態で、死亡率が高く、免疫系の破壊により様々な感染症や悪性腫瘍にかかります。エイズの発病を抑える薬は開発されていますが、治す薬はありません。したがってHIV感染予防が非常に大切です。HIVは主に血液・精液・膣分泌液によって感染するので性行為におけるコンドームの正しい使用は有効な手段です。

こころの健康（こころの相談）

大学生としてのキャンパスライフに楽しみと不安の両方を抱え、複雑な気持ちでいる人もいるでしょう。高校の時のようなクラスメートはいなくなるため、自分から行動しないといつの間にか周りにグループが出来ていて自分だけ取り残されてしまうこともあります。何か困った時に助け合える友人は貴重な存在で、社会人になってから友人を作ることはなかなか難しいです。ぜひ色々な人とコミュニケーションを取って、勉強・研究に部活・サークルなど喜怒哀楽のある豊かなキャンパスライフを送ってください。そのような中で、困ったことや、友人に相談しにくいこと、相談したけれど解決できなかったことなどは保健管理センターで相談をしてみてください。一人で抱え込まずに相談することも立派な解決法です。

健康診断を受けましょう

大学では学校保健安全法に基づき年に1回定期健康診断を行っています。それはみなさん自身の健康を守るという目的と共に、自分自身では気付かないうちに他人にうつす可能性のある病気を早期に発見するために行うものでもあります。必ず受検してください。

本学の健康診断では法律に定められた健診項目と共に、生活や気分についてチェックする問診も行います。自分自身の確認の機会としてください。

五十嵐キャンパスの健康診断は予約制です。決められた期間内の講義の空き時間に予約を入れてください。予約は保健管理センターホームページのトップ画面のバナーからログインして行ってください。また、身体計測は全て自動計測機による計測となります。学生証を使用し計測データを入力しますので、忘れずに持参してください。

健康診断に関する情報は、ガイダンス等で配付される学生定期健康診断のお知らせや、保健管理センターホームページで確認してください。

レッドリボン



UNAIDS（国連合同エイズ計画）のシンボルマーク。

レッドリボンはあなたがエイズに偏見を持っていない、エイズとともに生きる人々を差別しないというメッセージです。

注意

学生証の保管について、学生証の磁気が弱まり、計測データの入力ができなくなるのでスマートフォンケースでの保管は控えてください。

01

構内(五十嵐キャンパス)交通規制等

構内(五十嵐キャンパス)における学生のみなさんの交通事故等を防止し、騒音等を廃して教育・研究環境を維持するため、交通規制を行っています。

自動車による通学

- 原則として認めていません。
- ただし、大学院生(養護教諭特別別科生, 研究生, 科目等履修生, 特別聴講学生を含む)については、以下の条件を満たす限りにおいて、申請に基づき「入構票」を交付し、入構を許可しています。
- また、経済学部夜間主学生については、夜間通学の困難さから以下の条件によらず、申請に基づき「入構票」を交付し、入構を許可しています。
- 地域住民や周辺店舗の迷惑となりますので、違法駐車は厳禁です。

条件：通学距離が5km以上で、かつ、公共交通機関の利用が著しく困難な地域に在住する者
 申込時期：年2回(4月, 10月)。申込方法等は掲示によりお知らせします。
 担当窓口：学務部学生支援課(総合教育研究棟A棟1階2番窓口)
 障がい, 怪我, 病気等により自動車を利用しなければ通学が困難な場合は、学務部学生支援課に相談してください。

自動二輪車等による通学

- 自動二輪車, 原動機付自転車による通学を希望する者は、所定の手続きを行い、「入構票」の発行を受けてください。

申込時期：年2回(4, 10月)。申込方法等は掲示によりお知らせします。
 担当窓口：学務部学生支援課(総合教育研究棟A棟1階2番窓口)
 ※「入構票」の交付を受けた車両であっても、**構内への乗り入れは、所定の「バイク置場」までです。**

■五十嵐キャンパス構内
 駐車場・駐輪場配置図



自転車による通学

自転車の運転等にもルールとマナーがあります。次のマナーを守り、安全・快適に通学しましょう。自転車保険には、必ず加入しましょう。

駐輪マナー

- ・自転車は決められた場所（駐輪場）に置きましょう。
※歩道上（特に点字ブロック上）や道路上への駐輪は、通行の妨げになるのでやめましょう。
- ・盗難防止のため、自転車には防犯登録をして、駐輪時は2重ロックをお勧めします。
- ・自転車を構内に放置してはいけません。長期間放置してあるものは、大学で廃棄処分します。

通学マナー

- ・左側通行の徹底
- ・携帯電話やヘッドホン等を使用しながらの運転の禁止
- ・夜間はライトを点灯
- ・交差点での信号遵守・一時停止と安全確認
- ・二人乗り・並進・傘さし運転の禁止

歩行者のマナー

歩行者も交通社会の一員です。次のマナーを守り、安全に通学しましょう。

- ・歩行中の携帯電話の使用やイヤホンで音楽を聞くことは、周りの交通状況を把握できない状態となり、たいへん危険なので、やめましょう。
- ・横断歩道の無い所での無理な横断は、たいへん危険です。道路を横断する際は、横断歩道を渡りましょう。

自転車運転者講習制度 (平成27年6月1日から)

講習の対象となる危険行為とは
酒酔い運転
信号無視
一時不停止
車道、路側帯の右側通行
歩道通行時の通行方法違反
等、計14項目あります。



02

交通事故

本学学生が、加害者又は被害者となる交通事故が多発しています。

交通事故は、決して他人事ではありません。万が一、事故が起きると、学生本人ばかりでなく、家族にとっても精神的・経済的に多大な負担がかかります。

自動車やバイク等（自転車も車両です）を運転するときは、交通ルールを守りましょう。

- 飲酒運転は、絶対にしない。
- 制限速度内を厳守する。（スピードの出し過ぎが死亡事故の第一要因）
- シートベルトを着用する。
- バイクに乗るときは必ずヘルメットを着用する。
- 運転中に携帯電話は使用しない。

万が一、事故を起こしたときは

- 被害者がいるときは、119番で救急車を呼びましょう。
- 被害者を放置して逃げてはいけません。
- 110番で警察へ連絡しましょう。
- 所属学部・研究科の学務係又は指導教員に必ず連絡しましょう。
- 事故に遭ったときは、医師の診察を受けましょう。
- 自覚症状がなくても重大な障がいが見つかる場合があります。

学生が悪質な交通規則違反及び重大な過失によって交通事故を起こした場合は、懲戒処分（退学・停学・訓告）の対象となる場合があります。

事故等の事例

- ・友達複数で旅行に出かけ、深夜にレンタカーで高速道路を走行中に運転を誤り、中央分離帯に激突した。
- ・自転車で坂道を下っていたところ、カーブを曲がりきれずに、対向してきた乗用車と衝突した。





01

セクシュアル・ハラスメント

セクシュアル・ハラスメントとは、相手方の意に反する性的な言動（発言や行動）をいいます。セクハラに該当するかどうかは、その行為を受けた人が不快に感じたかどうかによって決まります。

なお、セクハラは異性に対するものだけではなく、同性に対するものも含まれます。

■ 例えば、こんなことがセクハラになります。

- ・スリーサイズなど身体的特徴を話題にする。
- ・卑猥な冗談を交わす。 ・ 性的な経験について質問する。
- ・性的な風評を流したり、性的なからかいの対象とする。
- ・食事やデートにしつこく誘う。 ・ヌードポスター等を教室、研究室に貼る。
- ・雑誌等の卑猥な写真・記事等をわざと見せたり、読んだりする。
- ・身体を執拗に眺め回す。
- ・性的な内容の電話をかけたり、性的な内容の手紙・Eメールを送りつける。
- ・身体に不必要に接触する。 ・ 性的な関係を強要する。
- ・「男のくせに根性がない」、「女は学問などしなくてもいい」などと発言する。
- ・歓送迎会等の酒席で指導教員等のそばに座席を指定する。
- ・性的指向や性自認を「からかい」や「いじめ」の対象とする。

もし、セクハラを受けたら

大学生活を送る上で、誰かの言動をセクハラと感じたら、相手に対して言葉と態度で伝えてください。相手が目上の人や上級生であっても自分の意思を伝えることが大事です。

セクハラにあったときは、あなたが悪いわけではないので、相手に「ノー」と言えなくても自分を責める必要はありません。

一人で悩んだりせずに誰かに相談するか、大学のハラスメント相談員に相談してください。

性的指向や性自認の多様性

性的指向 (Sexual Orientation: 恋愛や性愛がどのような対象に向かうか) や性自認 (Gender Identity: 自分の性をどのように認識しているか)^{※1}には多様性があります。日本で2018年に行われた調査^{※2}によれば、回答した成人約6万人のうち、8.9%がLGBT等の性的マイノリティに該当しており、「左利き」や「AB型」の人の割合に近いといわれます。

個々人の性的指向や性自認を尊重し、性的マイノリティに対する差別を解消しようとする動きが国内外で進んでいます。**性的指向や性自認を理由に、からかったり差別したりすること、本人の意思に関係なく情報を暴露すること(アウティング)は、人権の侵害です。**

性的マイノリティに関する相談は、学務部学生支援課「学生なんでも相談窓口」(五十嵐キャンパス)、保健学研究科「GSH(性尊保健)研究実践センター」(旭町キャンパス)で受け付けています。プライバシーは固く守られます。安心してご相談ください。

※1 Sexual Orientation and Gender Identity の頭文字から、「SOGI(ソジ)」とも表します。

※2 電通ダイバーシティラボ「LGBT調査2018」

デートDV

DVとは、英語のドメスティック・バイオレンスを略したもので、夫婦や恋人など親密な間柄で起こる暴力のことです。中でも交際相手からふるわれる暴力を「デートDV」といいます。「デートDV」には、身体的な暴力だけでなく、精神的な暴力・経済的な暴力・性的な暴力があります。

交際相手を「怖い」と思ったり、交際相手からの要求を「嫌だな」と感じながら、「付き合っているのだから」と我慢したりしていませんか？

恋人同士であっても、過剰な束縛や性的暴力はDVに該当します。このことを正しく理解して、DVの被害者にも加害者にもならないようにしましょう。

02

アカデミック・ハラスメント／パワー・ハラスメント

本学は、学生の良好な勉学環境を確保する観点から、アカデミック・ハラスメント（教育・研究の場における権力を利用した嫌がらせ）やパワー・ハラスメント（職務上の地位または人間関係などの優位性を利用した嫌がらせ）の防止等について、職員・学生に呼び掛けています。

学生のみなさんで、次のような行為を受けて困っている方は、各学生関係窓口、学務部学生支援課に相談してください。（プライバシーや秘密は、確実に守られます。）

なお、次のような行為は、アカデミック・ハラスメントやパワー・ハラスメントの基準ではありませんが、これらのハラスメントを起ささないために喚起するものです。

- ・大学における正当な教育研究活動を直接的・間接的に妨害すること。
- ・学生の進級・卒業等を正当な理由なく認めないこと。また、正当な理由なく単位を与えないこと。
- ・就職・進学の妨害、望まない異動を強要すること。 ・指導下にある学生を合理的な理由なく差別的に扱うこと。
- ・教育経費から支出すべきものを、学生に負担させること。 ・アイデアの盗用や研究成果を搾取すること。
- ・精神的虐待をすること。 ・暴力をふるうこと。 ・誹謗、中傷すること。 ・不適切な環境下で指導を強制して行うこと。
- ・地位又は職務権限を利用し、これに抗し難い学生に教育研究上、修学上、著しい不利益を与えること。
- ・個人的な問題を必要以上に知ろうとしたり、介入しようとしたりすること。
- ・その他、相手の意に反する要求又は圧力等を与え、修学、教育、研究等を行う上で、一定の利益又は不利益を与えること。

大学におけるハラスメントは、「教員から学生」とは限りません。「学生から教員」「学生から学生」と様々なケースがあります。「ハラスメントかな?」と思ったら相談してください。

相談

相談内容に関する秘密は厳守されますので、安心してください。どこの部局の相談者に対しても親身に相談にのります。学務部学生支援課「学生なんでも相談窓口」でも相談を受け付けます。

詳しいことは、「セクハラ等の各種ハラスメントの防止」のホームページをご覧ください。

<http://www.niigata-u.ac.jp/university/about/compliance/harassment/>

03

インターネット利用上の注意とマナー

本学学生によるインターネットへの無責任な書き込み事件が、発生しています。

このような書き込みに対し、学外から当該学生の所属及び氏名を明記されたうえで非難及び抗議を受けることがありました。**当該学生は、所属学部から厳重注意処分**を受けています。

違法行為を示唆するような無責任な書き込みは、反社会的な行為ととられるばかりでなく、大学の名誉を傷つける誠に遺憾な行為です。

学生のみなさんは、次のマナーと注意事項を遵守し、品位を持って自己責任の下にインターネットを正しく使用してください。

■ マナー

- ・ネット上での無責任かつ反社会的にとられかねない行動（言動）は、厳に慎みましょう。
- ・インターネットの世界は大変便利な通信手段や情報発信源ですが、無責任に人を誹謗・中傷する舞台にもなりうる世界でもあることを認識してください。
- ・不特定多数の人々がインターネットを利用することを念頭において、ネット上での自分の言動には責任を持って対応してください。

■ 注意事項

- ・怪しいサイトには絶対に入ってははいけません。
- ・個人情報やネット上に公開するときは特に注意しましょう。
- ・ネット上にある写真や絵、著作物は、著作権法の対象になっていることを認識してください。
- ・肖像権やプライバシーを侵害してはいけません。

■ 電子メールの注意事項

- ・見知らぬ相手からのメールには、ウイルスが混入されている場合があるので、注意しましょう。





04 拾得物・紛失物

学内で拾い物、落とし物をしたときは、その施設の事務室、又は学務部学生支援課（総合教育研究棟A棟1階2番窓口）に届け出てください。

学務部学生支援課等に、携帯電話、時計、財布等の貴重品が数多く拾得物として届けられています。

特に、4月は落とし物が多いので、各自、責任を持って管理してください。

05 ゴミ処理

ゴミ処理のマナーが悪く、学内外において大きな問題となっています。

ゴミ出しは、一人ひとりができる環境活動の第一歩です。

地域住民とのより良い関係を築くためにも、ゴミ出しのマナーは必ず守りましょう。

■ ゴミ出しマナー

- ・ ゴミの分別・日時・場所（ゴミステーション）を守りましょう。
- ・ 新潟市のホームページにゴミの収集等について情報が掲載されていますので、確認してください。

新潟市ホームページ（ごみとリサイクル）

<http://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/index.html>

- ・ ゴミは、最後まで責任を持って、ゴミ箱に捨てましょう。（ポイ捨ては、やめましょう。）

■ キャンパスクリーンデー

- ・ 原則、毎月第1火曜日の4限終了後、教職員が一斉に構内を清掃します。皆さんも是非参加してください。



06 騒音

次の行為は絶対に慎みましょう。

- ・ 深夜に大声を出す。
- ・ 自動車、バイク、スケートボード等により騒音を出す。
- ・ ステレオ等を大音量で聴く。
- ・ 防音設備の無い場所で楽器を演奏する。

大学周辺の住宅地での騒音は、地域住民の迷惑となります。

大学周辺には、子供やお年寄り、病気の方や、早朝からの仕事に備えて早い時間に就寝する方など、様々な方が暮らしています。

自分一人が楽しければ良いという考えでは無く、全ての住民が静かで快適な環境で生活できるよう、一人ひとりが思いやりをもって、行動しましょう。



07 路上強盗・窃盗・痴漢

不審者の出没により、大学構内やその周辺で学生が危害を加えられたケースがあります。被害に遭わないように各自で十分に注意してください。

■ 単独での行動には要注意

- ・ 構内の人目につかない場所や夜間は単独行動をしないよう日頃から心がけましょう。
- ・ 歩きながらのイヤホン使用や携帯電話操作は、不審者が近づいても気づかない場合がありますのでやめましょう。
- ・ 不審者を見かけたら、その場を直ちに立ち去り、被害に遭わないようにしてください。

事件・事故の通報



局番なし（無料）

110

■ 窃盗の被害を防ぐために、
アパート等の玄関や窓の鍵かけを徹底しましょう。

- ・ 在室中でも玄関の鍵は必ずかけましょう。ドアの内鍵は、あれば必ずかけましょう。
- ・ 暑いからと言って窓を開けたまま就寝するのは危険です。また、換気のため窓を開けたまま外出するのも絶対にやめましょう。

■ 女子学生のみなさんへ

- ・ 痴漢や性犯罪に気をつけましょう。
- ・ 夜間の一人歩きは避けましょう。
- ・ 自宅では、玄関や窓の鍵をかけましょう。
- ・ 設備等の点検員には身分証明書の提示を求めましょう。

最新の情報は、新潟県警のホームページをご覧ください。

新潟県警ホームページ

<https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kenkei/>

万が一被害に遭ったときは、速やかに警察に通報し、その後、所属学部・研究科の学務係又は学務部学生支援課に連絡してください。

事件の事例

- ・ 大学前の通りを歩いていたら、話しかけてきた不審な男に付きまといわれ、身体を触られた。
- ・ アパートで寝ていたところ、インターホンが鳴り、しばらくして不審な男が玄関から侵入してきた。



08 懲戒

学生が本学の定める諸規則に違反し、または学生の本分に反する行為があったときは、懲戒処分となります。

違反行為等を行わないよう普段から心がけ、十分に注意しましょう。

主な懲戒の標準例

行為の内容	処分例
傷害	退学または停学
窃盗、万引き等	退学、停学または訓告
痴漢	退学、停学または訓告
無免許運転、飲酒運転等	停学または訓告
カンニング等	停学または訓告※
ハラスメント	退学、停学または訓告

※授業科目の試験等における不正行為の場合、その科目は不合格(0点)となり、それ以外の当該学期の履修登録科目は、すべて履修取り消しとなります。

09 盗難・置き引き

学内の体育館等の更衣室、部室等で盗難事件が発生しています。

盗難に遭わないように各自で十分注意しましょう。

■ 貴重品の取り扱い

- ・ 体育実技等授業の際は、担当教員の指示に従って保管してください。
- ・ サークル活動中は、身につけるか、マネージャーに預けるなどしましょう。
- ・ 図書館、教室等では、必ず身につけておきましょう。

■ 盗難・置き引きに遭った場合は、警察に届けるとともにキャッシュカードやクレジットカードを悪用されないように、速やかに金融機関などに連絡してください。

キャッシュカード紛失時の連絡先(近辺の銀行)

銀行名	時間帯	連絡先
ゆうちょ銀行	24時間365日	0120-79-4889
第四北越銀行	平日(9:00~17:00)	取引店
	上記以外	0120-86-4464
大光銀行	平日(8:50~17:10)	取引店
	上記以外	0258-36-4100

災害はいつ我が身に降りかかってくるか分かりません。普段からの心がけが大切です。防災意識を持ちましょう。

安否確認システムへの登録設定は済みましたか？

以下のサイトの動画を参考に今すぐ設定を！

- ・ 初期登録
- ・ LINE での利用設定

<https://www.niigata-u.ac.jp/university/facility/crisis-management/anpic/>



安否確認システム

災害発生後、本学または安否情報システム「ANPIC」から安否確認メールが送信されます。

在学生用メールアドレスに安否確認メールが届きます。

安否状況をANPIC アプリ、LINE又はメールによる返信で報告してもらいます。
(学務情報システムから携帯電話等への転送設定をお願いします。)

災害にそなえて

- 1 **家具の置き方、工夫していますか？** → 地震にそなえ「家具は必ず倒れるもの」と考え、転倒防止対策を講じる
- 2 **食料・飲料などの備蓄、十分ですか？** → 電気やガス、水道などのライフラインの途絶にそなえ、飲料水や食料を備蓄しておく
飲料水：3日分（1人1日3リットルが目安）
非常食：3日分（アルファ米、ビスケット、板チョコ、乾パン等）
トイレトペーパー、カセットコンロ、懐中電灯等
- 3 **非常用持ち出しバッグの準備、できていますか？** → 非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておく
- 4 **安否の発信方法、知っていますか？** → (大学) 災害発生後、本学または安否情報システム「ANPIC」から安否確認メールが送信される(事前の登録を)
- 5 **避難場所や避難経路、確認していますか？** → 自治体のホームページ等から避難場所、避難経路を事前に確認しておく
- 6 **防災情報へのアクセス、できていますか？** → 新潟県防災ナビ(アプリストアでダウンロード)、新潟市危機管理防災局 Twitter を平時から活用する

火災・救助・救急は 119

通報メモ

1. 火事です(救急車です)
2. 住所は、 区 丁目 番 号 番地
3. アパート(マンション)名は、 階の 号室
4. 名前は、 です。
5. 近くに目標として があります。
(階は さんのお宅です)

※火事の場合は、何が燃えているのか・逃げ遅れがいるのか
救急車の場合は、誰が・いつ・どうしたのかを伝えてください。

火災のとき

① 大声で知らせる

- 「火事だー!」と大声で叫んで隣近所に援助を求める
- どんな小さな火災でも必ず119番通報をする

② 初期消火する

- 出火直後が初期消火のチャンス
落ち着いて、素早く
- 消火器・水にこだわらず、牛乳・座布団など手近なものを用いて消火する

③ 早く逃げる

- 火が天井まで達したら初期消火は困難
- 避難する時は部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断する
- 煙を吸い込まないように、一気に駆け抜ける

水害のとき

行政から発信される「警戒レベル」や「避難情報」は、テレビやラジオ、エリアメール、インターネットなどのほか、防災行政無線や広報車などで伝達されます。

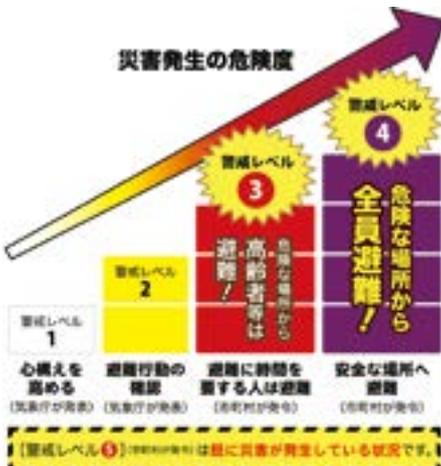
警戒レベル1：災害への心構えを高める

警戒レベル2：市町村のハザードマップを確認し、いざというときの避難行動を考えておく

警戒レベル3：高齢者や要介護者等が危険な場所から避難

警戒レベル4：対象地域住民のうち危険な場所にいる人は全員避難

警戒レベル5：既に災害が発生している状況
命を守るための最善の行動を



■ 地震のとき

室内では

- 1 窓ガラスの飛散、本棚や天井からの落下物、大きな機材の移動などに注意する。
- 2 机の下などに身を伏せる。
- 3 可能であれば、窓やドアをあけて出口を確保する。
- 4 揺れがおさまるまであわてて外に飛び出ない。
- 5 火気、ガスなどを使用している場合は、使用を中止する。

屋外では

- 1 自動販売機、ブロック塀などは倒れる恐れがあるので近づかない。
- 2 建物からの窓ガラスの飛散、看板の落下などに注意する。
- 3 建物、電柱などの倒壊に注意する。

参考 五十嵐キャンパスの避難場所は以下のとおりです。

陸上競技場、サッカー・ラグビー場、野球場、第2野球場・ラグビー場、工学部西側駐車場、第1学生食堂前学生広場 ※津波避難場所ではありません。

参考 旭町キャンパスの避難場所は以下のとおりです。

保健学科脇駐車場、医学部赤門脇駐車場、歯学部総合病院西病棟前広場、歯学部総合病院外来棟駐車場、あゆみ保育園脇広場 ※津波避難場所ではありません。

■ 津波のとき

- ・新潟県には津波災害の危険があります。
- ・地震が起こったら、1) ゆれから身を守る、2) ゆれがおさまるのを待つ、3) 津波からの避難行動をとる、の順で行ってください。
- ・避難行動には「地震が起こったときに、あなたが居る地域」によって、3つのパターンがあります。

沿岸・沿川地域（緊急避難地域）

▶津波警報を待たずに、直ちに高台や避難ビルへ避難！

河川遡上地域（早期避難地域）

▶河川沿いから直ちに離れて！高台や避難ビルに避難！

低平地浸水地域（長期湛水地域）

▶高台や避難ビルなど堅牢な建物（コンクリート造）の高層階に直ちに避難！

津波警報・注意報

種類	発表基準	発表される津波の高さ
大津波警報	予想される津波の高さが高いところで3mを超える場合	10m超(10m~)
		10m(5m~10m)
		5m(3m~5m)
津波警報	予想される津波の高さが高いところで1mを超え、3m以下の場合	3m(1m~3m)
津波注意報	予想される津波の高さが高いところで0.2m以上、1m以下で、津波による災害のおそれがある場合	1m(0.2m~1m)

「強い揺れ」や「弱くても長い揺れ」を感じたときは、すぐに避難を開始しましょう。

- ・津波は、長時間にわたって、繰り返し襲ってきます。津波の危険がないことが確認できるまで（気象庁の発表を確認）安全な場所に留まりましょう。
- ・津波は想定より、高く、激しい力で襲ってくる場合があります。ここで安心と思わず、より高く、より海や河川から離れた場所に避難しましょう。

11

海外渡航

海外に行く場合、大学が実施するプログラムであるか、私事であるかにかかわらず、必ず渡航前に次のことをチェックし、安全な渡航ができるよう入念に準備してください。

- 1 「外務省海外安全ホームページ」からの情報収集 <https://www.anzen.mofa.go.jp/>
- 2 外務省海外旅行登録「たびレジ」登録 <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>
- 3 在外公館連絡先を確認 <https://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/index.html>
- 4 海外渡航前安全管理オリエンテーション出席（7月・12月）
- 5 海外旅行保険・危機管理サービス加入
- 6 「海外渡航計画書」を所属学部・研究科の学務係に提出

詳しくは、新潟大学ホームページで確認してください。

新潟大学 → 国際交流・留学 → 海外への留学 → 留学の安全・危機管理
<https://www.niigata-u.ac.jp/international/study-abroad/safety/>



サークルを装う宗教・政治団体等

大学構内において、特定の政党を支持したり、これに反対するための政治活動や特定の宗教のための宗教活動を行う団体は、大学として承認していません。

大学の内外で「サークル」等を装って学生（特に新生や下宿生）を勧誘する宗教団体等の存在が社会問題となっています。これらの団体は、活動内容を明かすことなく、スポーツやボランティア等の「サークル活動」を装って勧誘し、親しくなってから徐々にマインドコントロールを行うと言われていています。このような団体に入会してしまうと、みなさんの貴重な時間が奪われるばかりか、精神的・肉体的・経済的にも大きな負担となり、学生生活が台無しになってしまいます。

■ 主な勧誘方法

- (1) 言葉巧みにファミリーレストラン等に誘い、複数人で取り囲み、しつこく入会を勧誘する。
- (2) 「〇〇に興味ありませんか」「〇〇に参加しませんか」「〇〇の勉強をしませんか」などと声を掛け、アンケート用紙などに、個人情報に記載させる。
- (3) スポーツや文化系のサークル・同好会などと称して、みなさんが興味を引きそうなスポーツや演劇、合唱などの大会、講演、集会などに「参加しませんか」「一緒にやりませんか」などと言って近づき、個人情報を聞き出す。
- (4) 家庭教師などのアルバイトを募集中であると言って近づき、個人情報を聞き出す。

■ 勧誘活動の特徴

- (1) 最初は、カルト的な団体であることを言わない。
- (2) 親しくなるにつれて、「〇〇のセミナー」や「〇〇の合宿」などの集まりに参加するよう誘われる。
- (3) 一度参加すると何度も誘われ、徐々にマインドコントロールされる。
- (4) 退会できないようにマインドコントロールされたり、脅される。
- (5) 寄付金などの金銭を要求される。
- (6) 家族や友人などとの連絡を絶つように仕向けられる。

学内外を問わずこのような団体から勧誘された場合には、強い意志を持ってきっぱりと断ってください。

万が一、このような団体から勧誘を受けた場合や、現在所属する団体に不安や疑問等を感じたら、所属学部・研究科の学務係、学務委員あるいは学務部学生支援課「学生なんでも相談窓口」に相談してください。



不審な募金活動に注意!

訪問してきたボランティア団体を名乗る者に、支援活動のためコーヒーやハンカチ等を購入させられたとの報告が届いています。

募金と偽って資金を集めている団体もありますので、訪問者に疑問や不審な点があったら、団体名や連絡先、口座振込先を確認し「あとで連絡するので、今はお引き取りください。」と断り、団体の素性を調べるなど、安易に金銭を渡さないよう十分に注意してください。

新潟大学学生新聞「購読勧誘」への注意!

「新潟大学の学生新聞（新大キャンパス）」と名乗り、年間購読及び金銭支援などをしつこく勧誘する事例が続いていますが、この新聞は本学と一切関係ありませんので注意してください。

悪質な業者は、巧妙な手口でみなさんを狙っています。

うまい話には必ず裏があります。内容をしっかり見極めて実態を理解してください。
しつこい勧誘や電話には、きっぱり「要りません」と断りましょう。

悪質商法の一例

資格取得商法

公的資格を掲げ「特別にあなたが資格取得講座の受講者に選ばれました」などと偽りの説明をし、申込みをさせ、高額な受講料などを請求する商法。

マルチ商法

販売組織の会員が友人などを誘い、商品を購入させたりして組織に入会させ、さらに会員を増やす商法。友人や先輩・後輩に対して勧誘を行うことが多いため、大学内において被害が広がりやすく、また学生が被害者だけでなく加害者になる場合があります。

キャッチセールス

街頭などでアンケート調査などと声をかけ、どこかに連れて行き、商品やサービスの契約を結ばせる商法。

アポイントメントセールス

景品が当たった・あなたが当選した・無料サービスします・会ってお話したいなどと言って販売目的を隠してどこかに呼び出し、商品やサービスの契約を結ばせる商法。

ネガティブ・オプション

注文していないのに商品を送りつけられて、受け取った以上支払わなければならないと勘違いして支払うことを狙った商法。

訪問販売

「お届け物です」と人が訪ねてきて、ドアを開けると実は新聞の勧誘員。部数を伸ばしたいので名前だけでも良い、いつでも解約できるからと言って勧誘される。押し問答になるのも面倒で契約をしてしまう。

オークシントラブル(ネットオークション)

お金を振り込んだのに商品が届かない(落札者)、商品を送ったのにお金が振り込まれない(出品者)、商品に欠陥がある、落札した商品と異なる、などの相手が見えない個人間取引におけるトラブル。

デート商法

言葉巧みな話術で異性に好意を抱かせ、それにつけ込んでアクセサリーなど高額な商品を販売する商法。

投資詐欺

SNS上で「必ず儲かります」、「稼ぎ方教えます」といった情報用教材DVD、特定の情報や教育プログラムを高額で購入させる手口。



迷惑メールがきっかけの不当請求

パソコンや携帯電話に届いた「出会い系サイト」「アダルト系サイト」の広告メールにうっかり接続してしまったり、利用料金の請求が来てしまった。

※ここにあげた事例は、一例です。

日々、手口は巧妙化し、新手の悪質商法が発生しています。
十分に注意してください。

※「これで絶対に安全」という完璧な対策はありません。

一人ひとりがリスクを自覚し、被害に遭わないよう注意しましょう。

最新情報は、消費生活安心ガイド（経済産業省）を見てください。



●消費生活安心ガイドホームページ

<http://www.no-trouble.caa.go.jp>

クーリング・オフ制度

購入(契約)した商品を、違約金を支払わず無条件に解約できる制度。

万が一このような事件の当事者となった場合、
クーリング・オフの制度があります。

- ①訪問販売・電話勧誘販売・特定継続的役務等契約（身体の美化、語学が上達、技能の向上といった役務サービスの提供を受ける目的を達成するために、一定期間、継続的に役務提供を受ける契約）なら、契約書面を受け取った日を含めて8日間。
- ②マルチ商法なら、契約書面を受け取った日を含めて20日間。
必ず書面で行い、証拠が残るようにコピーを取っておきましょう。また、簡易書留や内容証明郵便で送ると安心です。

03

消費者金融・クレジットカード

消費者金融は利用手続の簡単さから、ごくわずかな借金のもりで始めても、高金利の支払いのため、他の消費者金融から借りるなどし、いつのまにか高額の借金となります。

クレジットカードは提示するだけで買い物ができますが、自己の返済能力を十分考えて利用してください。

04

振り込め詐欺(恐喝)

「振り込め詐欺(「オレオレ詐欺(恐喝)」「架空請求詐欺(恐喝)」「融資保証詐欺」「還付金等詐欺)」は、一般的には高齢者を対象とする犯罪とされていますが、**学生**などを中心として被害が拡大しつつあります。

次の防止対策により振り込め詐欺に遭わないように注意してください。

■ 防止対策

「利用料金を払え」という架空請求が急増

- (1) 身に覚えのない請求は無視。
- (2) 相手（請求者）に連絡しない。
- (3) 料金を請求されたら支払う前に相談を。

家族とのコミュニケーションは十分ですか？

- (1) 日頃から家族とのコミュニケーションを十分にとっておくことです。
- (2) 家族と非常の場合の連絡方法を2つ以上用意しておくことや本人確認のため家族しか分からない「合い言葉」を取り決めておくなど、事前に対策を講じておきましょう。
- (3) **すぐに振り込まない。（確認してから）**
ひとりで振り込まない。（誰かに相談してから）

名義貸し（アルバイト）詐欺

「消費者金融の実態調査」などと称したアルバイトを持ちかけ、複数の消費者金融会社のカードを契約させられた後、それらのカードで知らないうちに高額の借入れをされてしまう被害が報告されています。

このような「名義貸し（アルバイト）詐欺」により発生した借金は、全て本人に返済義務が生じます。「形だけの借金をしてくれれば謝礼を払います。返済は会社が行うので、安心です。」などといったアルバイトは詐欺ですので、十分注意しましょう。

最新の情報は、新潟県警のホームページをご覧ください。

●新潟県警ホームページ

<https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kenkei/>

相談窓口

- 困ったときの相談は、**新潟県消費生活センター**へ
TEL **025-285-4196**
新潟市消費生活センターへ
TEL **025-228-8100**
- カードに関する相談は、**日本クレジットカード協会**へ
TEL **03-6738-6626**
- 振り込め詐欺に関する相談は、**新潟県警察本部けいさつ相談室**へ
TEL **025-283-9110**

万が一被害に遭ったときは、できるだけ早く所属学部・研究科の学務係又は学務部学生支援課に相談してください。



消費者ホットライン



局番なし

188

消費者ホットラインは、「誰もがアクセスしやすい相談窓口」として開設されたものです。

大学での正課中の事故等に備えて、各種保険を用意しています。

学生教育研究災害傷害保険(学研災)^{がっけんさい}

- ・大学の正課中
- ・学校行事中
- ・課外活動中（大学に届け出たものに限る）
- ・学校施設内での休憩中並びに通学中（大学施設間の移動中を含む）

に、発生した不慮の事故により、**学生本人が身体に傷害を被った場合**を補償範囲とした学生のための全国的な制度。



学生教育研究賠償責任保険(学研賠)^{がっけんばい}

- ・大学の正課中
- ・インターンシップ（大学が認めたものに限る）
- ・介護等体験活動（大学が認めたものに限る）
- ・教育実習
- ・保育実習
- ・ボランティア活動（大学が認めたものに限る）
- ・上記活動を行うための往復途中

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範囲とした学生のための全国的な制度。

※ 教育実習やインターンシップに参加する学生は、これら保険の加入が必須条件です。

学研災・学研賠は、安い保険料で、より多くの補償が得られるようにとの趣旨で運営されていますので、**新入生は、入学時に全員が加入するようにしてください。**まだ加入していない場合は、所属学部・研究科の学務係へ申し出てください。

学研災付帯学生生活総合保険(付帯学総)

この保険は、学研災・学研賠では補償されない学内外におけるケガや病気、他人の財物損壊の賠償などを含めた保険制度です。

この保険は、医学部、歯学部、保健学研究科、医歯学総合研究科以外の学生は任意加入ですが、**医学部、歯学部、保健学研究科、医歯学総合研究科の学生については、臨床実習、看護実習等の医療関連実習中における事故など予期せぬ事態への対応策として、全員が加入することとなっています。**

不明な点がありましたら、学生生活総合保険相談デスク（TEL 0120-811-806）に問い合わせてください。

スポーツ安全保険

スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動を行う団体の構成員を被保険者とする保険があります。この保険は、任意加入ですが、大学の課外活動も対象となっていますので、課外活動を行う学生は、加入するようにしましょう。



もし、事故に遭ったら 請求手続

学研災、学研賠、付帯学総加入者が、保険金を請求する場合は、所属学部・研究科の学務係へ連絡し、所定の請求手続を行ってください。

01

20歳になったら国民年金

国民年金は、全ての公的年金の基礎となる制度です。
日本に住んでいる20歳から60歳までの人は、公的年金に加入することが法律で義務付けられています。

■ 加入手続き

20歳になったら、学生も国民年金の被保険者になります。
加入手続きは、住所地の市町村の国民年金担当窓口で直接行ってください。（郵送による手続きもできます。）

■ 毎月の保険料

国民年金の保険料（定額）は、月額16,610円（令和3年度）です。

■ 支払い方法

支払い方法は以下の3つがあります。

- ・口座振替での支払い
- ・日本年金機構から送付される納付書「領収（納付受託）済通知書」での支払い
- ・クレジットカードでの支払い（継続納付）

なお、まとめて前払い（前納）すると、割引が適用されます。

■ 学生納付特例制度

所得が少なく保険料を納めることが困難な20歳以上の学生について、「学生納付特例制度」という保険料の納付が猶予される制度があります。

- 対象となる学生
 - 大学（大学院）に在学する学生で、学生本人の前年所得が基準以下の者
 - ・所得のめやす（学生本人の所得のみで審査）
 - 128万円+扶養親族等の数×38万円で計算した額以下の場合
- 申請窓口
 - ・住民登録をしている市（区）役所・町村役場の国民年金担当窓口
 - ・お近くの年金事務所
 - ※申請は、毎年必要です。
- 障害基礎年金・遺族基礎年金
 - 納付特例期間中にケガや病気で障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害の状態に応じて「障害基礎年金」又は遺族の方が、「遺族基礎年金」を受けることができます。
- 学生納付特例期間中の保険料の納付
 - 学生納付特例制度は、在学期間中の保険料納付を猶予する制度です。卒業してから10年以内であれば遡って納めること（追納）ができます。将来受け取る年金額を増額するためにも、追納することをおすすめします。
 - ※学生納付特例を受けた期間は、将来受ける年金の受給資格期間に算入されますが、年金額には反映されません。

■ 国民年金に関する問い合わせ先

詳しいことは、市町村の国民年金担当窓口又は最寄りの年金事務所に問い合わせてください。

●日本年金機構ホームページ

<http://www.nenkin.go.jp/>

20歳 → 60歳



学生納付特例制度



社会人になって
全額納めることが
できました！

01

アルバイト

本学では、アルバイトを希望する学生のために「学生アルバイト情報ネットワーク」に加入してアルバイトを紹介しています。アルバイトに従事するに当たっては、学業に支障をきたさないように心がけてください。

(<http://www.career-center.niigata-u.ac.jp/arbeits.html>)

アルバイトをする前に知っておきたい7つのポイント

(https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/pdf/parttime_point.pdf)

- 1 アルバイトを始める前に、労働条件を確認しましょう！
- 2 バイト代は、毎月、決められた日に、全額支払いが原則！
- 3 アルバイトでも、残業手当があります
- 4 アルバイトでも、条件を満たせば、有給休暇が取れます
- 5 アルバイトでも、仕事上のけがは労災保険が使えます
- 6 アルバイトでも、会社都合の自由な解雇はできません
- 7 困ったときは、総合労働相談コーナーに相談を

ポータルサイト
「確かめよう 労働条件」
詳しくはこちら



平日夜間・土日の相談は労働条件相談ほっとラインへ

はい！ ろうどう
0120-811-610

月～金：午後5時～午後10時 土・日：午前10時～午後5時

02

マイナンバー

2015年10月より国民にマイナンバー（個人番号）が通知されています。利用については、2016年1月から始まっていますが、この通知は、個人情報保護や各種手続きの上で非常に重要なものですので、紛失しないよう大切に保管してください。

また、この通知は住民票に記載された住所に届きます。もし実家等に届きましたら、必ず取り寄せ、自分の手元で保管してください。

- ・日本国内の全住民に通知される、一人ひとり異なる12桁の番号です。
- ・住民票に記載の住所へ通知カードが送付されます。
- ・必ず自分の手元で保管してください。

◎マイナンバーの写し等が必要となる身近な例

- ・アルバイトで給与が支給される場合。
- ・学内のTA等で給与や謝金が支給される場合。
- ・日本学生支援機構の奨学金を申し込む場合。



国民生活を支える社会的基盤として、社会保障・税番号制度が導入されるものです。

※詳細はデジタル庁ウェブサイトに掲載されていますので、ご確認ください。

<https://www.digital.go.jp/policies/posts/mynumber>

01 大学からの連絡事項

大学からの連絡は、次の方法で行います。

- ① 各学部・研究科及び学務部の「掲示板」
- ② 学務情報システムの「連絡通知」
- ③ 学務情報システムの「電子メール」

必ず1日1回は「掲示板」及び「連絡通知」を確認する習慣を身につけましょう。
※学務情報システムの「連絡通知」や「電子メール」は、携帯電話からも確認できます。
詳しくは、「学務情報システム操作概要」等を参照してください。

「連絡通知」及び「電子メール」には、学部等の掲示板に貼り出されている掲示物の全てが掲示されるわけではありません。
必ず、各学部等の掲示板も確認してください。

各学部等の掲示板には、教務関係を始め、奨学金制度及び授業料免除制度に関する重要な情報が掲示されます。
掲示情報を見落とすことがないように十分に注意してください。



02 電話照会に注意

本学職員を名乗る人物から「学生の住所や電話番号を教えてください」と保護者へ電話照会する事例が発生しています。

住所や電話番号はみなさんから届け出てもらっていますので、所定の届出を行っていただければ、保護者に照会することはありません。

不審だなどと思った場合には、折り返し本学代表電話（025-223-6161）を経由して該当する職員が存在するか確認した上で回答するなど安易に個人情報を回答しないよう、家族にも説明しておきましょう。

03 大学に対する意見・要望

学務部学生支援課では学生のみさんから、大学生活において日頃感じている要望や相談したいことについて、広く意見等を寄せていただき、今後の学生サービス等の向上を図ることを目的として、電子メールで意見等を受け付けています。

なお、アドレス及び意見等の記入要領は、次のとおりです。

アドレス：gakusei@adm.niigata-u.ac.jp

※この他、独自に投書箱を設置している学部等があります。

■ 記入要領

記入様式は自由ですが、みなさんの意見等に対して連絡を行う場合がありますので、原則として在籍番号及び氏名を記入してください。

■ 利用目的等

意見等は今後の学生サービス等の向上の参考とし、それ以外には、利用しません。
また、個人の秘密は守りますので、気軽に意見等をお寄せください。
ただし、個人への中傷的な投書は、ご遠慮ください。



学生のみなさんには、学生生活を送る上で、学業、進路、人生、対人関係、家庭、家計・学資等の問題で悩んだり困ったりすることがあると思います。

本学では、そのようなみなさんのいろいろな悩みや困りごとについての相談に応じられるように、各学部等によって体制は異なりますが、「学務委員、学年主任、アドバイザー教員等」が置かれています。

また、全学的には、「学生相談室」、「学生なんでも相談窓口」、「学生支援相談ルーム」及び特別な支援が必要な学生に対しての単位取得に関する対応と大学生活をサポートするための支援を行う「特別修学サポートルーム」を設けています。

ひとりで悩まず何でも相談してください。

学生のみなさんのプライバシーや秘密は確実に守られます。

学生相談室



学生相談室の「相談員」は、本学の教員で構成していて、学識があり自らの学生生活や人生経験をもとにして、助言、指導にあたります。

学生の所属する学部等に関係なく、相談はどの相談員にもできます。

相談を希望する場合は、相談員に事前に電話等で連絡してください。

相談内容

- どんな小さなことでも気軽に相談してください。
- 学生みなさんのすべての悩みや困りごとに対して相談に応じます。
- 学生のみなさんのプライバシーや秘密は確実に守られます。

学生相談室相談員の一覧・連絡先等の詳細は、[本学ホームページ](#)で
[学生生活・就職](#)>[学生生活](#)>[学生相談窓口](#)>[学生相談室](#)
 を順にクリックしてください。

学生なんでも相談窓口

“どこに相談に行ったらいいのかわからない。” “至急相談したい。”

“教員である学生相談員や学務委員等に直接相談しにくい。”

こんな学生のために、学務部学生支援課に「学生なんでも相談窓口」があります。

相談内容により、より適切な又はより詳細な相談員・説明者等が必要と判断される場合は、学生にその事を伝え、了承を得て、所掌する窓口へ連絡し、対応に当たります。

- 気軽に相談してください。
- 学生のみなさんのプライバシーや秘密は確実に守られます。

学生なんでも相談窓口の詳細は、[本学ホームページ](#)で
[学生生活・就職](#)>[学生生活](#)>[学生相談窓口](#)>[学生なんでも相談](#)
 を順にクリックしてください。

相談は、電話、メールあるいは直接窓口で受け付けます。

受付時間 平日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分まで

電話番号 025-262-7524

E-mail gakumado@adm.niigata-u.ac.jp

受付場所 総合教育研究棟 A棟1階 学務部学生支援課⑤番窓口

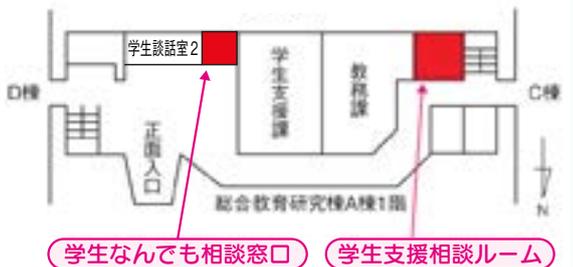
学生支援相談ルーム

- “モヤモヤとして気分がはれないなあ”
- “先生との関係がうまくいかないなあ”
- “なんとなく授業に行きたくないなあ”
- “誰かに相談したいけど、どこに行けばいいんだろう…”

みなさんが大学生生活で抱えているいろいろな悩みや問題を専門のカウンセラー（臨床心理士）に話すことで整理し、解決に向けてのお手伝いをしています。

学生支援相談ルームの詳細は、本学ホームページで
学生生活・就職>学生生活>学生相談窓口>**学生支援相談ルーム**
を順にクリックしてください。

案内図



- 学生のみなさんのプライバシーや秘密は確実に守られます。
- まずは、お電話ください。

受付時間 平日 午前 9 時～午後 5 時まで
電話番号 025-262-5477
場 所 総合教育研究棟A棟1階学務部奥

特別修学サポートルーム

特別な支援が必要な学生に対しての単位取得に関する対応と大学生生活をサポートするための支援を行います。

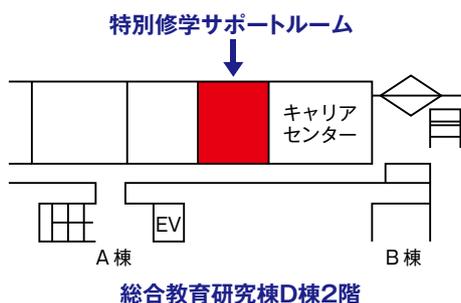
- ・友達との会話、友達づくり、先生との人間関係づくり等に困難さがある。
- ・板書を写すのが遅い、また、板書をしながら話を聞くことが苦手である。
- ・レポートの締め切りが間に合わず、勉強の仕方がわからない。定期試験も不安。
- ・授業、レポート、試験、実習、アルバイト、サークルなどの調整がうまく出来ない。
- ・車椅子のため段差のある施設は利用できない。高いところにある設備等に手が届かない。
- ・視覚に障がいがあり、黒板や教科書の文字が見えにくい。試験の際、文字で解答することに困難さがある。
- ・聴覚に障がいがあり、授業中、先生の声が聞こえにくい。ノートを取ることが困難である。
- ・病気等のため、長距離の歩行が困難である。また、移動に時間がかかる。

こういった困難さのある学生に対して（診断書の有無にかかわらず）、共に考えサポートしていきます。

障がいにより学生個々の修学支援が異なります。ひとりで悩まず、何でも相談に来てください。専門の相談員（特別支援教育士スーパーバイザー）が相談に応じます。

- ・学生のみなさんのプライバシーや秘密は確実に守られます。

特別修学サポートルームの詳細は、本学ホームページで
学生生活・就職>学生生活>学生相談窓口>**特別修学サポートルーム**
を順にクリックしてください。



相談の予約は、電話またはメールで受け付けます。
受付時間 平日 午前 9 時～午後 5 時まで
電話番号 025-262-6300
E-mail support-r@ge.niigata-u.ac.jp
場 所 総合教育研究棟D棟2階キャリアセンター隣

緊急連絡先

◀ 学外の相談機関等 ▶

犯罪被害等に関する相談

- 新潟県警察本部けいさつ相談室
TEL 025-283-9110
警察業務に関する相談、要望、苦情など全般
- 犯罪被害者支援室
TEL 025-285-0110
犯罪被害の支援に対する相談全般
- 女性被害110番
TEL 025-281-7890
性犯罪の被害に関する相談
- 性暴力被害者センターにいがた
TEL 025-281-1020
性暴力の被害に関する相談

悪質商法による被害の相談

- 新潟県消費生活センター
TEL 025-285-4196
- 新潟市消費生活センター
TEL 025-228-8100

カードに関する相談

- 日本クレジットカード協会
TEL 03-6738-6626

心の健康に関する相談

- 新潟市こころの健康センター
TEL 025-232-5560
- 新潟いのちの電話(心配事相談)
TEL 025-288-4343

人権相談、性別による 差別的取扱い等に関する相談

- 新潟地方法務局人権擁護課
TEL 025-222-1564
- 新潟県男女平等推進相談室
TEL 025-285-6605

五十嵐キャンパス最寄りの交番

- 五十嵐交番(五十嵐1の町)
TEL 025-260-5934
- 内野駅前交番(内野町)
TEL 025-262-0122

交通事故に起因する諸問題に関する相談

- 新潟県交通事故相談所
TEL 025-280-5750

夜間の医療相談

- 救急医療電話相談(19:00~翌朝8:00)
TEL #7119
025-284-7119

休日診療

- 新潟市急患診療センター
TEL 025-246-1199
- 新潟県歯科医師会休日急患歯科診療センター
TEL 025-212-8020

発達障がい支援センター

- 新潟市発達障がい支援センター「JOIN(ジョイン)」
※新潟市内の居住者
TEL 025-234-5340

 ●北陸ガス(引越時)
TEL 0570-025-880

 ●東北電力(引越時)
TEL 0120-066-774

 ●新潟市水道局
TEL 0120-411-002

 ●NHK(引越時)
TEL 0120-151515

◀ 各学部・研究科の担当係(連絡先) ▶

窓口時間：平日 8:30 ~ 17:15

区分	連絡先	区分	連絡先
人文学部	学務係 TEL 025-262-6281 FAX 025-262-7373 gakumu01@human.niigata-u.ac.jp	創生学部	学務係 TEL 025-262-6998 FAX 025-262-7373 sousei@adm.niigata-u.ac.jp
教育学部	学務係 TEL 025-262-7096 FAX 025-262-7122 gakumu2@ed.niigata-u.ac.jp	教育実践学研究所	学務係 TEL 025-262-7107 FAX 025-262-7122 gakumu2@ed.niigata-u.ac.jp
法学部	学務係 TEL 025-262-6283 FAX 025-262-7457 gakumu2@jura.niigata-u.ac.jp	保健学研究所	学務係 TEL 025-227-2357 FAX 025-227-0716 gaku1@clg.niigata-u.ac.jp
経済科学部	学務係 TEL 025-262-6284 FAX 025-262-7457 toki@econ.niigata-u.ac.jp	現代社会文化研究所	学務係 TEL 025-262-6166 FAX 025-262-7457 jimugen@cc.niigata-u.ac.jp
理学部	学務係 TEL 025-262-6106 FAX 025-262-6354 gakumu@ad.sc.niigata-u.ac.jp	自然科学研究所	学務係 TEL 025-262-7387 FAX 025-262-7398 z-gakumu@adm.niigata-u.ac.jp
医学部	医学科 学務係 TEL 025-227-2016 FAX 025-227-0750 medgakum@med.niigata-u.ac.jp	医歯学総合研究科(医科)	学務係 TEL 025-227-2016 FAX 025-227-0750 medgakum@med.niigata-u.ac.jp
	保健学科 学務係 TEL 025-227-2357 FAX 025-227-0716 gaku1@clg.niigata-u.ac.jp	医歯学総合研究科(歯科)	学務係 TEL 025-227-2798 FAX 025-227-0803 gakumu@dent.niigata-u.ac.jp
歯学部	学務係 TEL 025-227-2798 FAX 025-227-0803 gakumu@dent.niigata-u.ac.jp	養護教諭特別別科	学務係 TEL 025-262-7107 FAX 025-262-7122 gakumu2@ed.niigata-u.ac.jp
工学部	学務係 TEL 025-262-6709 FAX 025-262-7010 gakumu@eng.niigata-u.ac.jp	学務部学生支援課	学生係〈課外活動・学生の事件事故・学生寮〉 TEL 025-262-7506 FAX 025-262-6304 gakusei@adm.niigata-u.ac.jp
農学部	学務係 TEL 025-262-6605 FAX 025-262-6854 nougaku@agr.niigata-u.ac.jp		