

I. はじめに

保健福祉センター（健康サポート室、学生相談室）では、心や人間関係の相談、体に関する相談や応急処置、学生の健康診断の管理、健康教育（たより）、集団生活や実習等に関わる感染症予防対策、イベントなどへの対応、教職員の健康管理などを行うこととしているので、それぞれの項目について2015年度の活動を振り返り、次年度に向けた課題について整理する。

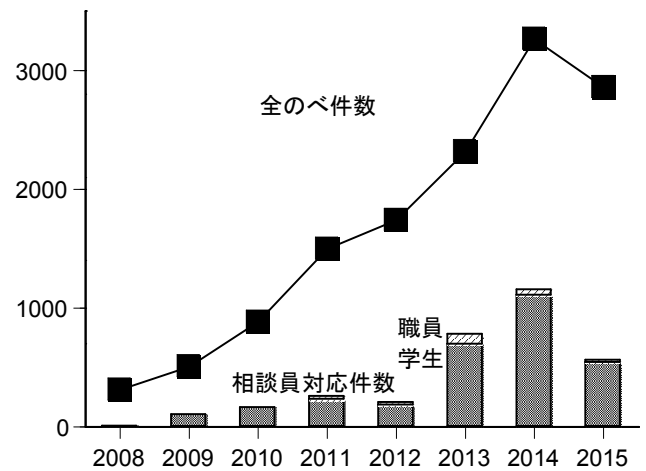
表 1. 2015年度の相談対応延べ数

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合計	
1	内科系 発熱、気分が悪い、 生理痛など	学生：男	1	3	1	2	0	0	2	1	0	2	0	0	12
		学生：女	21	14	20	20	5	0	5	6	18	10	9	0	128
		教職員：男	1	4	2	2	1	3	1	0	2	1	2	1	20
		教職員：女	3	3	6	4	1	0	3	2	8	5	4	3	42
2	外科系 ケガ、火傷、虫刺さ れなど	学生：男	1	5	3	1	1	0	1	5	1	0	0	0	18
		学生：女	13	13	16	13	5	4	11	13	8	6	5	0	107
		教職員：男	2	0	1	0	1	0	0	4	1	1	0	0	10
		教職員：女	0	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	5
3	心の相談、生活相談、 友人関係、進路のこ となどの相談	学生：男	4	3	1	3	3	5	10	8	11	4	9	4	65
		学生：女	81	66	100	70	42	43	70	69	77	61	68	33	780
		教職員：男	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2
		教職員：女	4	5	1	7	2	12	6	5	0	3	12	5	62
4	医療相談 病院に行ったほうが いいか、受診後の報 告など	学生：男	2	0	0	3	1	0	0	0	2	0	0	0	8
		学生：女	10	8	12	8	6	2	3	6	8	0	5	1	69
		教職員：男	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
		教職員：女	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	3	1	6
5	体重管理（定期測定）	学生：男	9	9	5	9	0	2	4	4	1	2	1	0	46
		学生：女	10	9	11	9	1	7	2	14	15	8	6	2	94
		教職員：男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		教職員：女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	婦人科系	学生：女	5	2	2	3	1	4	0	1	3	0	1	0	22
		教職員：女	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
7	禁煙支援・飲酒指導	学生：男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		学生：女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		教職員：男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		教職員：女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	健診・書類関係	学生：男	3	9	9	10	0	3	7	3	4	4	2	6	60
		学生：女	84	60	49	36	8	30	35	79	59	60	30	25	555
		教職員：男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		教職員：女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
9	その他	学生：男	3	10	5	5	1	3	2	4	16	1	1	1	52
		学生：女	114	59	41	53	18	10	47	26	47	41	29	9	494
		教職員：男	0	0	1	2	0	0	1	0	1	0	1	1	7
		教職員：女	3	3	0	4	0	1	3	5	3	1	1	2	26
10	呼び出し	学生：男	1	2	5	0	0	0	0	3	2	0	0	0	13
		学生：女	33	5	55	9	0	0	0	15	33	1	0	1	152
学生合計			395	277	335	254	92	113	199	257	305	200	166	82	2675
教職員合計			14	15	11	19	6	16	17	18	17	11	23	16	183
全合計			409	292	346	273	98	129	216	275	322	211	189	98	2858
再掲： 医療機関へ紹介	学生：男	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	5	
	学生：女	4	5	4	6	3	1	7	7	6	3	3	0	49	
	教職員：男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	教職員：女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	

注）相談経路は直接面接したもののほか、電話、電子メールによるものも含む。

平日月～金曜日に健康サポート室、学生相談室を開き、9：00～17：00 は看護師常駐（学生長期休暇中は9：30～16：20）、15：00～18：30 には相談員常駐とした。2015年度は各種の相談を含め、延べ2858人の来室があった。昨年度の3264人より減少した。毎日のように、繰り返し来室していた学生が2014年度末で卒業したことによると考えられる。

図1. のべ相談件数の推移



II. 心や人間関係の相談

●毎日のように、繰り返し相談に来る学生は減少した。看護師、相談員が受けたのべ相談件数は表1に示すとおり909人まで減少し、その分、全体の相談数も減少した。

相談内容は自分の人間関係のこと（友人関係、異性との付き合いなど）、進路や教員との関係などの相談があった。一部は、精神科の受診につながった事例もあった。明らかな「相談」ではないものの、何となく健康サポート室や学生相談室（後述）を訪れ、しばらく過ごしていく学生や、リラックスできるスペースとして活用する学生もいた。音楽を流す、アロマを活用する、ヒーリングスペースを設けるなどの工夫を続けている。

2012年度から「満足度調査」、「UPI、ADHD・ASDスクリーニング検査簡易版（信州大学）などの健康感についての調査」を実施している（質問項目は表2）。

2012年度当初は、問題があると考えられる回答をした学生を呼び出して面接した。しかし、入学当初の不安感からか、質問項目では問題を多く抱えているような回答内容であっても、呼び出した時点では特に問題を自覚していない学生も多かった。今年度はこの2012年度入学生が卒業することから、2016年3月における卒業生名簿上の名前の有無と、新入生のときの回答との関係を検討した。名簿上の有無と新入生時の回答の分割表を作成し、Fisherの正確確率検定で危険度0.15未満の関連の可能性のある項目を選択したうえで、これらの項目を説明変数として後進ステップワイズ選択法で投入したロジスティック回帰分析で、オッズ比の危険度0.05未満で目的変数である卒業生名簿上の名前の有無について有意に関連すると判断される要因を明らかにした。その結果、希死念慮というメンタルヘルスの問題と不本意入学につながる保護者の意思が重要であった（表3）。このような学生には、個別のサポートを強化することで、退学・休学・留年の予防が可能かもしれない。

表2. 新入生を対象に実施した調査：性別以外の項目

心身の健康感に関する項目	
調査への回答	あり／なし
UPI短縮版（20項目）	各 該当／非該当
希死念慮の有無（UPI短縮版の一項目）	該当／非該当
ADHD関連困り感（7項目）	各 該当／非該当
ASD関連困り感（9項目）	各 該当／非該当
月経周期の規則性	該当～非該当：5段階
月経時の身体的・精神的苦痛	各 該当～非該当：5段階
月経前の身体的・精神的苦痛	各 該当～非該当：5段階
大学への満足度	
入学試験の種類	推薦／前期／後期
第一志望か	
大学に満足しているか	
本当に入学したい大学か	
自分の判断で大学を選んだか	
保護者の勧めで大学を選んだか	
高校の勧めで大学を選んだか	
大学の授業は満足か	
授業への出席率は良いか	
大学をかかわりたいか	
大学をやめたか	各 該当～非該当：4段階
信頼できる教師にめぐり合えないか	
教員と個人的にかかわったことがあるか	
教員に反感を感じるか	
学内に精神的な支えがほしいか	
心のふれあう友だちに恵まれないか	
大学の雰囲気になじめているか	
サークルで活動しているか	
アルバイトをしているか	
卒業後に就きたい職業は決まっているか	

表3. 卒業生名簿上の名前の有無に関連した調査項目

	P値	
	Fisherの正確確率検定	ロジスティック回帰分析：オッズ比
性別：女性であること	0.123	ns
UPI短縮版高得点	0.019	ns
希死念慮あり	0.002	<0.001
ASD関連困り感高得点	0.011	ns
月経時の精神的苦痛が強い	0.032	ns
保護者の勧めで大学を選んだ	0.114	0.047
授業への出席率が良くない	0.001	ns
大学をやめた	0.033	ns
大学の雰囲気になじめない	0.111	ns

◆2012年度から実施しているメンタルヘルス等の調査が退学・休学・留年のハイリスク学生を見出すのに有効であることが示された。当初は呼び出してもあまり自覚がなくても、困った時に相談場所として気楽に訪れることができる場所としてのアピール及びセンターの充実に努めたい。2016年度からは新任の相談員が着任する予定である。

Ⅲ. 体に関する相談や応急処置

●平日9:00~17:00には看護師が常駐し、生理痛・頭痛・腹痛等の体調不良、軽い擦り傷・切り傷、軽い捻挫、湿疹などに対応した。ベッドでの休憩が必要な際には恵陵館健康サポート室、本館休養室のベッドを使用した。擦り傷などには積極的に湿潤療法での治療を試みた。体調不良で動くことも困難な学生が無理をして健康サポート室まで来ることがないように、内線で看護師を呼べば迎えに行くため、学内の電話には健康サポート室の内線番号を貼っている。

◆体に関する相談や応急処置の件数は、心や人間関係の相談に比べると年毎の増加率は少ないが、医薬品には使用期限があり、医療器具、消耗品類の必要数や種類について今後もしていく。

Ⅳ. 学生の健康診断

●健康診断は学校保健安全法に従い、全学生を対象にして、北海道結核予防会札幌複十字検診センターに委託して行った。身長、体重、自動血圧計による血圧、内科検診は全員、胸部レントゲン検査は1年次と卒業年次の学生を対象に実施した。内科検診で精密検査となった学生もいたが、精密検査で異常であったものはいなかった。血圧が高かった者は、健康サポート室で再検したが、多くは再検では正常であった。肥満傾向、やせすぎ、再検にても血圧が高い学生については、看護師の助言、昼休みのラジオ体操、定期的な計測で経過を見ている。

保健福祉センターは診療所であり、視力計やオージオメーターがあるので、健康診断書を発行できる体制は整備できている。ただし、血液検査はできないので、その際には市内医療機関の受診を勧めている。看護師・保健師免許申請の際に保健所に提出する健康診断書の発行要請についてはほとんどの学生の希望があり対応した。また、就職試験や実習などで健康診断書が必要な場合も対応している。

◆健康診断後の体重管理については効果がある場合と、そうではない場合があった。効果的な方法について検討したい。

Ⅴ. 健康教育

●救急救命講座

パーソナルトレーニングキット（ミニアン）を利用した学内での救急救命講座を実施した。学生に対しては必修科目の一部を活用し、1年生には全学科で実施できた。教職員に対しては実施できなかった。

昨年度に引き続き、胸部圧迫のみのトレーニングキット（あっぱ君）を用い、市民を対象に実施した。2015年度は名寄高校1年生全員155名を対象に1回の講座を開催した。

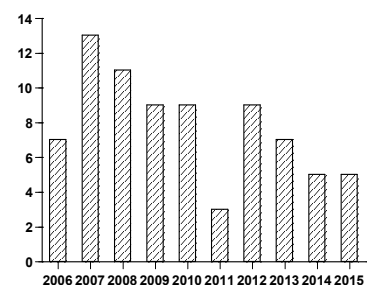
◆本学の3つの建物全てにはAEDが整備され、収納ボックスも目立つように整備されている。来年度以降も学内の全学生と全教職員がいざというときに対応できるよう、パーソナルトレーニングキットを利用した救急救命講座を実施していきたい。市役所の市民出前講座に加えてもらっているので、働き盛りの年齢層への普及にも努めたい。

●学サポだより

2015年度は5号まで発行した。1、2号は年度当初のお知らせで、3号以降には健康診断結果の還元、予防接種の勧め、足洗い場完成のお知らせ、料理教室の案内、インフルエンザ対策、冬を乗り切る対策、感染性胃腸炎の予防、ドライアイ対策などの記事とした。2015年度は地方部会の開催当番となったこともあり、たよりの発行に手が回らなかった。

◆今後も特集を組むなど、健康サポート室と学生相談室の活動を学内に浸透させるよう図りたい。たよりの発行回数が減少傾向であるので、今後、記事を多

図2. たよりの発行回数



くの関係者に依頼するなど工夫したい。

●自己健康管理（セルフメディケーション）についての啓発

2009年度、インフルエンザの大きな流行があった際に、学生の中に体温計を所持していない学生がいることが判明した。体温計などの簡単な医療器具、医薬品、消耗品類をどの程度準備しているかの調査も行い、その結果に基づいて、自らの健康管理のためにどのような医療器具や医薬品が必要かを、具体的な商品名まであげた注意文書を、入学予定者の保護者あてに入学関連書類とあわせて送付している。2011年度には自己健康管理（セルフメディケーション）についての調査を実施し、注意文書が役立ったとの調査結果を得たので、2012年度以降の入学予定者にも同様の注意文書を送付している。

また、2013年度から調査事業として、学生の出生時の状況を調査し、健康診断結果や発達障害傾向との関連を見ることにした。その中で保護者への質問票に、入学生の心身のことで保護者が気になることを記載してもらう欄を設けた。

◆今後とも同様の注意文書を送付するほか、調査事業も継続する。

VI. 感染症予防対策

●北海道結核予防会札幌複十字検診センターに委託して、全ての新生生に、罹患歴にかかわらず麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎、B型肝炎の抗体検査、IGRA検査と胸部レントゲン検査、看護学科新生生全員にはC型肝炎の抗体検査を実施した。また、3、4年生にも麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎、B型肝炎の抗体検査を実施した。抗体価が低い者には医療機関への紹介状を発行し予防接種を受けるよう勧奨した。判定基準は、日本環境感染学会が2014年に公表した「院内感染対策としてのワクチンガイドライン：第2版」に従っている。実際に受けたかどうかの調査をするため、予防接種を受けた医療機関でサインをしてもらうように、学生に接種証明用の確認書用紙を配布した。接種証明用の確認書用紙が提出されたものには、今年度から支援金を支給している。新任教職員の中に昭和40年4月1日以後に出生した職員がいる場合には罹患歴、ワクチン歴調査を実施し、抗体検査を勧めた。

インフルエンザ、流行性耳下腺炎、感染性胃腸炎（ノロウイルス）などの第二、三種感染症は例年のように散発したが、学校保健安全法に従い大学に届け指示を仰ぐよう啓発した。

◆今後も、1年生全員の上記の抗体検査のほか、3、4年生全員に麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎、B型肝炎の抗体検査を実施し、予防接種の結果を確認するほか、受けていない学生については接種の再勧奨をする。

VII. イベントなどへの対応

●宿泊オリエンテーションへの対応

児童学科が士別市・つくも青年の家で開催する1泊の宿泊オリエンテーションに健康管理ということで参加した。事前にアンケートを実施し、既往歴や集団生活で困ることなどを調査した上で、センター長が随行した。大きな事故はなかった。

◆2016年度は社会保育学科のほか、看護学科も宿泊オリエンテーションを計画している。事前のアンケートでこれまでのように安全を期したい。

●大学祭への対応

大学祭の時の健康管理や事故対応については、これまでと同様に看護学科の先生方をお願いし救護班を組織した。対応した事例は表2のとおり、延べ3名、実3名でありいずれも軽症であった。看護学科救護班の先生方には、健康サポート室に出向いていただき、あるいは連絡や引継ぎを丁寧にしていただいたので、対応がスムーズであった。

表2. 大学祭での対応

	日程	学生／学外者	疾病等	対応
1	7/18	2K学生	頭痛、熱っぽい：大学祭実行委員で疲労	水分補給、頸部クーリング、ベッド休息
2	7/18	学外者 6歳	フリマで来学、嘔吐、発熱	吐物消毒・清拭、頸部クーリング、ベッド休息後帰宅
3	7/19	2K学生	フリマで来学、下痢	水分補給、休息後一時帰宅、再来学

◆2016年度も同様の対応をする。

●入試への対応

入試に当たっては、事務局より、受験生の救護の依頼を受けた。前期入試では鼻出血 1 名、腹痛 1 名に対応した。後期入試では対応が必要な受験生はいなかった。

◆2016 年度も依頼があれば、同様の対応をする。

VIII. 学内の安全対策、健康管理

●体重管理

健康診断で BMI が 18.5 未満、あるいは 25 以上の学生を体重管理の対象とした。

表 3. 体重管理の状況

	低体重	過体重	肥満
BMI	18.5 未満	25 以上 30 未満	30 以上
対象者	83	46	10
健康サポート室で支援	6	5	3
	低体重者、過体重者ともに呼び出して 1 回のみか、2 回のみ来室で、継続支援ができなかった。 通年で来室していた者は 2 名だが、体重よりもメンタル面の支援が優先された。		

BMI が正常範囲でも健康的なダイエットを希望し、来室していた学生が多数おり、年間体重管理者数は延べ 140 名であった。

◆2016 年度にも継続したいが、体重管理のためには、モチベーションの維持が課題である。

●料理教室

4 月 22 日に、新入生で初めての一人暮らし、初めての自炊をしている学生を対象に「チョーかんたん、お料理教室」を開催した。6 名の参加者と共に包丁も火も使わない、レンジ料理を 5 品作り、試食した。簡単でおいしいと好評であった。

◆2016 年度にも継続したい。

●学内禁煙

本学は敷地を含み学内禁煙であることから、公衆衛生学の講義の一コマで担当教員により喫煙対策を周知する健康教育を実施してもらった。健康サポート室では、喫煙者で禁煙を希望する場合は、学生にはニコチンパッチ提供、教職員には市内禁煙外来への紹介状を書くといったサポートをすることを周知したが、相談者は少なく、いずれも禁煙には至っていない。

◆ガイダンスでの健康教育では十分な時間が取れないので、2016 年度には必修科目のコマを利用して健康教育と調査を実施する。喫煙者で禁煙を希望する場合は、学生にはニコチンパッチ提供、教職員には市内禁煙外来への紹介状を書くといったサポートを何度も周知する。

●アルコール対策

毎年のように各地の大学でアルコール一気飲みの事故が起こっている。本学ではこれまで一気飲みによる健康被害が発生したことはないが、新入生のガイダンスで、アルコールパッチテストを実施し、その機会にアルコールに対する適切な対応について健康教育をする機会を設けた。

◆2016 年度にも新入生のガイダンスで、アルコールパッチテストを実施し、その機会にアルコールに対する適切な対応について健康教育をする機会を設ける。

●教室の照度検査

◆欠灯など問題がある点は毎年事務局に報告している。定期的な照度検査は継続する。

IX. ホームページ、年報

●活動について、大学のホームページに掲載している。今年度は年報 8 号を発行し、全学の教員に配布すると同時に、全国保健管理協会北海道地方会に加盟している道内の大学、短期大学、高等専門学校に郵送した。

◆来年度も引き続き、ホームページの更新と充実をめぐる。また、秋をめどに前年度の年報を発行するが、通信費の問題もあり冊子体ではなく、ホームページ上の公表とする。

X. 医療安全対策

●医療安全管理指針、学内感染対策指針、医薬品の安全使用のための業務手順書、医療機器の安全使用と保守点検のための業務手順書を定めホームページ上に公表している。医療安全管理者にセンター長、医薬品安全管理責任者と医療機器安全管理責任者に看護師を指名している。今年度、問題になるような事故はなかった。

◆2016年度も台帳の管理を確実にするなど、安全対策が確実に実施されるように努める。

XI. 学会、研究集会活動

●第53回全国大学保健管理協会北海道地方部会研究集会を本学で開催した。第53回全国大学保健管理協会北海道地方部会研究集会（8月：名寄）、第53回全国大学保健管理研究集会（9月：盛岡）で、それぞれ「大学における『安心できる居場所』としての保健福祉センターの対応と工夫：発表者 平野」と「顎関節症とA型行動パターンについて：発表者 大見」、「PHQ9と発達障害関連困り感：発表者 大見」という演題で発表を行った。

◆2016年度には第54回全国大学保健管理協会北海道地方部会研究集会：札幌、第54回全国大学保健管理研究集会（大阪）に参加して、調査結果を公表し、他大学保健管理部門との交流と研修を図る予定である。また、新任相談員が着任することから、研修の機会としてふさわしいかを、実際に学生相談学会に参加して確認する予定である。