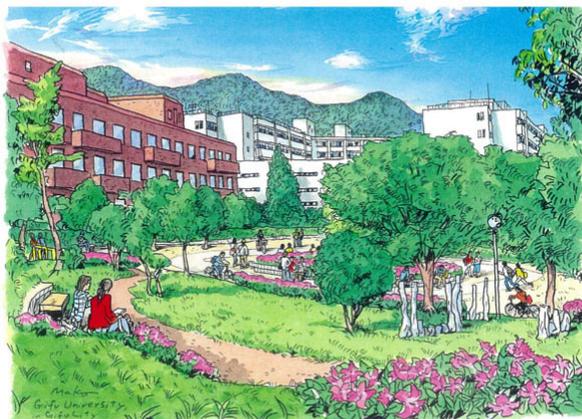


生涯健康を目指した 学生健康支援プログラム



生涯健康教育の推進と健康支援の充実

学生憲章

学び、究め、貢献する岐阜大学

1. 本をたくさん読み、学んでいく上での土壌を作つこう
2. 文学と芸術を愛し、人間と自然への理解を深めよう。
3. 専門職業人として、高度な専門知識を身につけよう。
4. 自分の考えを論理的な文章にまとめ、発表できるようにしよう。
5. 国際語である英語をマスターし、十分に意思疎通できる実力をつけよう。
6. IT技術により、正しい情報の受信と発信ができるようにしよう。
7. 長い人生を生きるための体力をつけ、健康を守ろう。

教育基本戦略

自ら考え、行動し、広い視野をもった人材を養成する

1. 教養教育を重視し、自然、社会、人間についての理解力を高める。
2. 教養教育の実施責任体制を明確にする。
3. 論理的に考え、発表する能力を育てる。
4. 芸術や文学などを通して、人と自然に対する深い理解と倫理観を養う。
5. 異文化を理解するための教育をさらに深め、国際的な視野と見識をそなえた学生を育てる。
6. 英語力を確実にするため、外部資格 (TOEIC、TOEFL、英検など) を学習目的に加える。
7. 生涯健康教育として、運動習慣をつけると同時に、禁煙教育を徹底する。
教職員は、禁煙し、学生に範を示す。



保健管理センターの理念・憲章・基本戦略

学生の健康情報を
一元的に電子管理

健康診断の質の継続改善
保健指導・医師の指導充実
健康診断システムの開発

(1)健康を守る
応急処置・医療連携
健康相談・心の相談

(2)健康増進
質の高い各種健康診断
早期発見・治療・予防

(4)研究・地域連携
岐阜県大学保健管理研究会
同窓生の健康調査(科研費)
生涯健康の基礎をつくる施策

(3)安全衛生環境改善
就学中の事故予防
感染症予防など

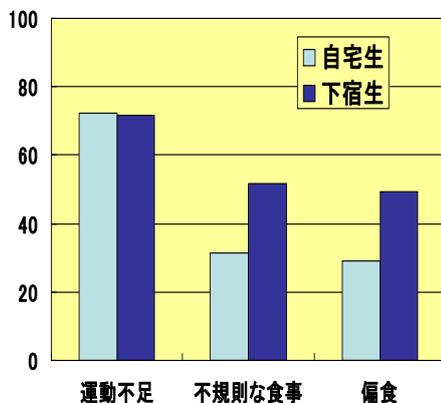
科学的なデータ
管理・解析

新入生全員に教育
Webを利用したコミュニケーション

生涯の健康を維持し社会で活躍する学生を育成
学生の期待以上のサービスを提供する

学生の健康支援ニーズ

学生の自己生活評価
あてはまると思う学生の割合(%)



女子学生の生理

- 生理不順----15.8%
- 生理関連症状で日常生活に支障あり----14.0%

慢性頭痛

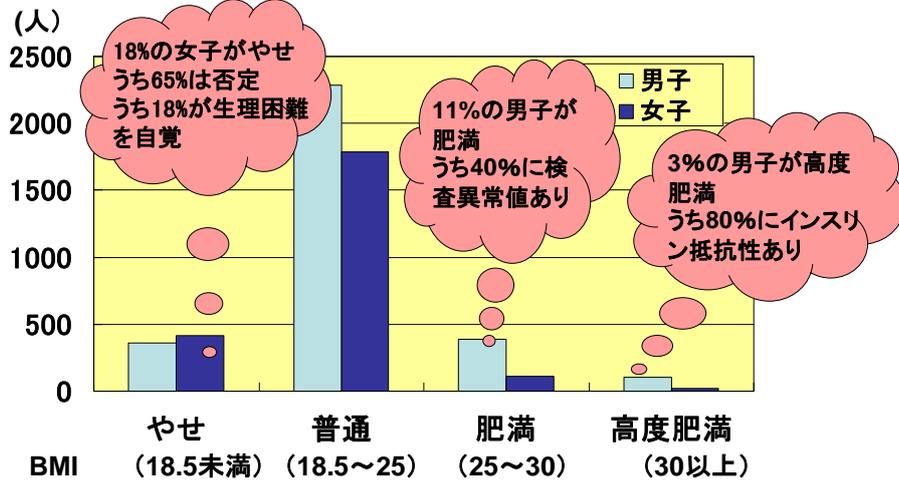
- 慢性頭痛の経験有り----48.4%
- 日常生活に支障あり----17.9%

歯科健康診断

- 良好----33.6%
 - 虫歯加療要----22.9%
 - 歯周疾患----20.9%
- (年齢とともに増加)

岐阜大学学生の体重指数(BMI)

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div [\text{身長(m)}]^2$$



岐阜大学の肥満学生の検査異常例

インスリン抵抗性(糖尿病発症原因のひとつ)の指標

$$\text{指標} = (\text{空腹時血糖} \times \text{空腹時インスリン値}) \div 405$$

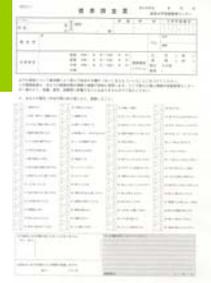
正常: 1.6未満 **インスリン抵抗性あり: 2.5以上**



日本人では、インスリン抵抗性が出現後、肥満者では約7年で糖尿病を発症。非肥満者でも約11年で糖尿病発症することが報告されている。

(Ito C. et al. Mebio, 17:20, 2000.)

UPI: University Personality Inventory 新入生全員面接と継続支援 精神保健心理相談



- ・ 面接者中
 - 継続支援・留意必要——13.4%
 - 精神医学診断のつく者——0.9%

- ・ 精神保健心理相談
 - 延べ537件(306名)
 - 精神医学診断のつく者——30.7%
 - 休退学に関係した者——6.2%

- ・ 相談内容
 - 学業勉強のこと
 - 健康面の不安
 - 精神的な問題 など

全学的な学生相談体制

学生相談室員
キャンパスライフヘルパー
セクハラ相談員
学生担任
学務係・学生支援課 など
(相談員の資質向上を工夫)



生涯健康教育の重要性

将来の予測される健康障害を予防することが可能に

学生時代に可能な健康支援の対象	→	予防が期待できる疾病など
肥満	→	糖尿病、動脈硬化 など
やせ・生理不順	→	不妊・骨粗鬆症 など
喫煙	→	慢性呼吸器疾患、癌 など
メンタルヘルス失調	→	社会適応不良 など
睡眠障害	→	うつ、気分障害 など
口腔内ケア不良	→	歯周病・各種生活習慣病
慢性頭痛	→	QOLの低下
予防接種・感染症予防啓発	→	予防可能な感染症



学生の将来の健康を守るためには、
学生にタバコを覚えさせないことが重要で、そのためには教職員
が一致して見本を示さなければならない

- ・ H10年:喫煙率調査、啓発講演会
- ・ H13年:ニコチン代替療法開始
- ・ H14年:岐阜県大学生の実態調査実施(1)
健診時に個別指導
- ・ H15年:附属病院が建物全面禁煙
禁煙WG設置(学長含む11名)
啓発冊子を作成、全学へ配布
- ・ H16年:**禁煙宣言**
岐阜県大学生の実態調査実施(2)
ニコチンパッチを**成功まで無料提供**
成功者には学長から**表彰状**
- ・ H17年:**敷地内全面禁煙**
- ・ H18年:喫煙者へ**イエローカード**で啓発
全学共通教育必修講義で啓発
- ・ H19年:岐阜県大学生の喫煙実態調査実施(3)



岐阜大学が、キャンパスを全面禁煙にしたのは、学生の人たちがタバコを覚えなないようにするためです。

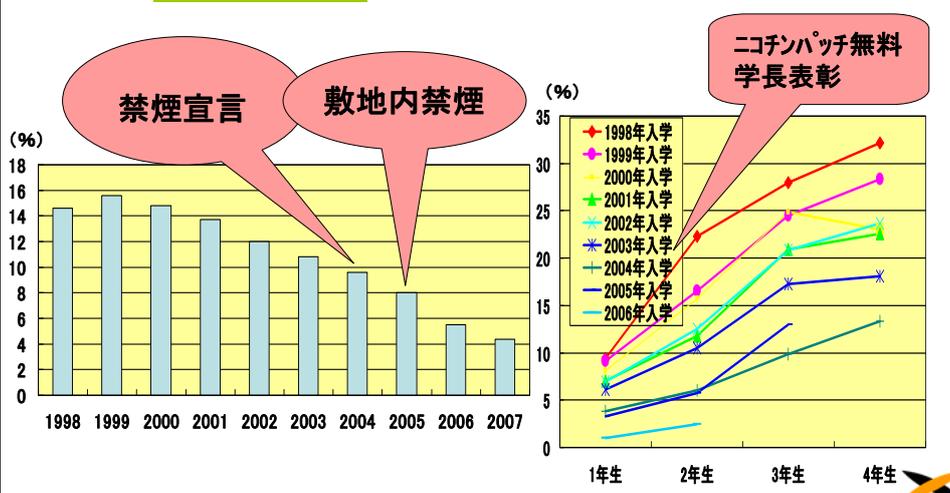
- 全くやめる気がない人には、本人の責任です。無理は言いません。ただ、大学では働かないでください。勤務時間外にお酒を飲まないのと同じことです。
- もし、少しでもやめようと思っ
ているのなら、大学病院の禁煙
外来に相談してください。専門
家がお手伝いします。保険もき
くようになります。
- 学生の人は、保健管理センター
が無料で相談に応じます。

みんなで禁煙キャンパスを実現しま
しょう。

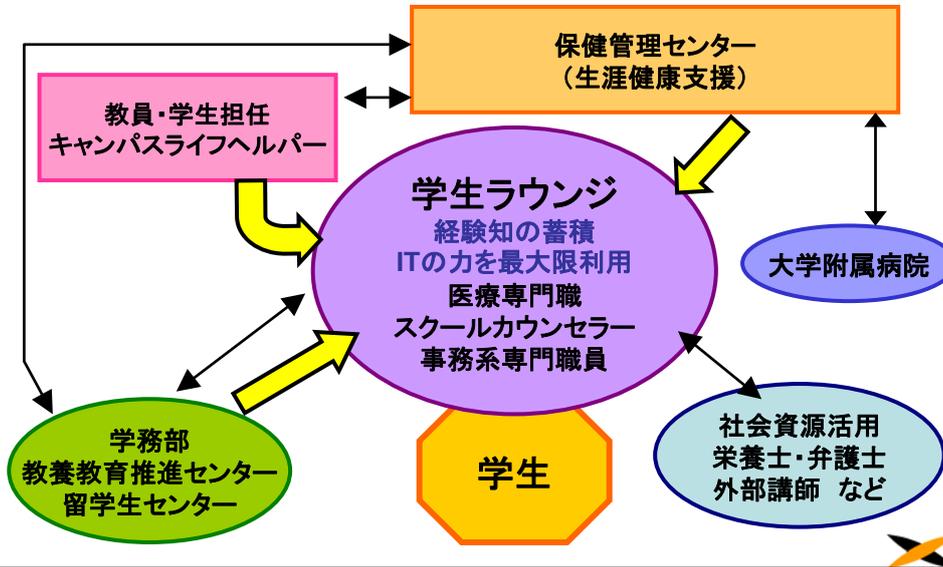
組織的取り組みの成果
岐阜県大学生の喫煙率の変化

全学生喫煙率

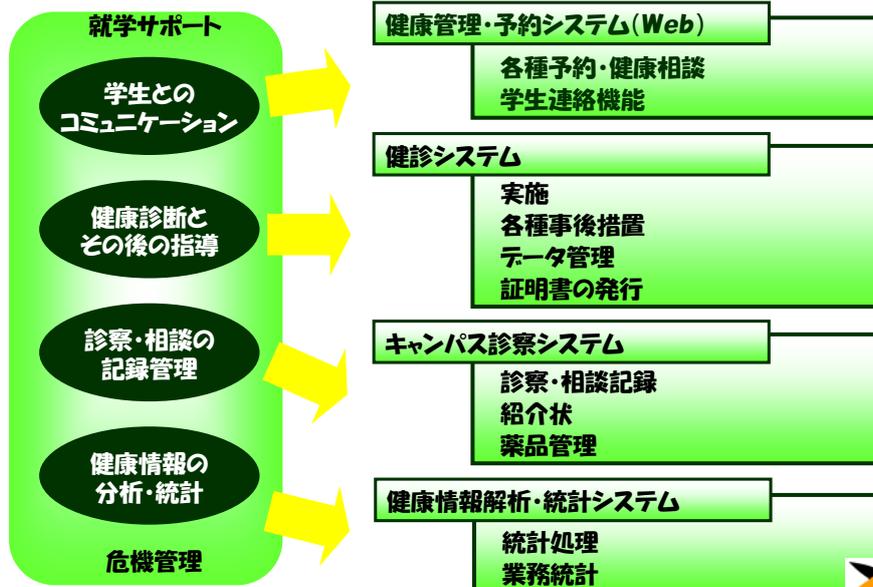
男子学生の喫煙率変化



新たな取り組み: 学生ラウンジ・専門職員・ITの力 全学的な生涯健康支援ネットワーク



学生健康管理システム 個人情報の一元化・効率的な就学支援をめざして



新たな取り組みの有効性 大学における“生涯健康教育“

- **生涯学生支援の一環**
 - 大学時代のみならず、将来の健康も守る
- **最後の砦**
 - 社会に出る前の最後の健康教育チャンス
- **学生支援全体の質的向上**
 - 学生ラウンジにおける経験知の蓄積
- **他大学への発信**
 - 大学生の健康管理の指針を提言
- **大学のユニバーサルアクセスの実現**
 - 多様な学生に対する支援の充実による
- **生涯医療費の削減・QOLの向上**
 - 大学時代の適切な健康指導により壮年期・中年期の健康増進を強化する

