

# 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

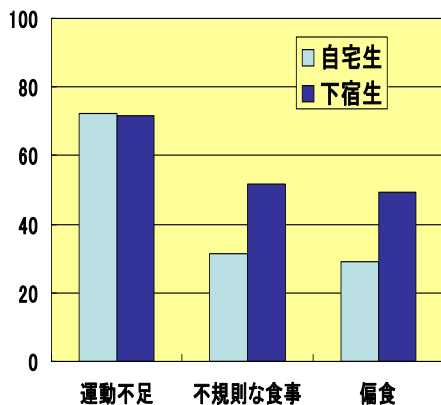
科学的なデータ  
管理・解析

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

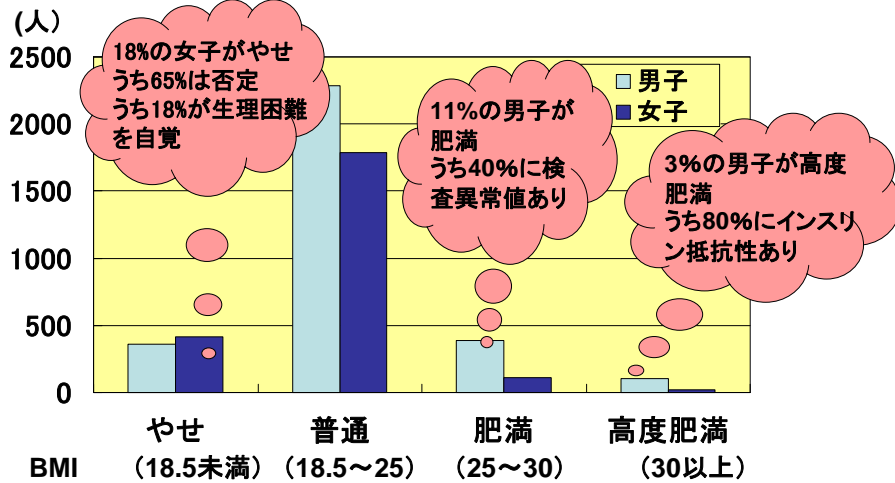
- 慢性頭痛の経験有り----48.4%
- 日常生活に支障あり----17.9%

### 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)

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

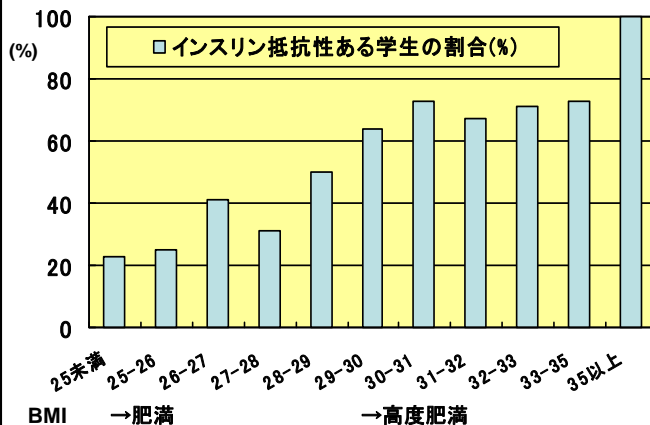


## 岐阜大学の肥満学生の検査異常例

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。

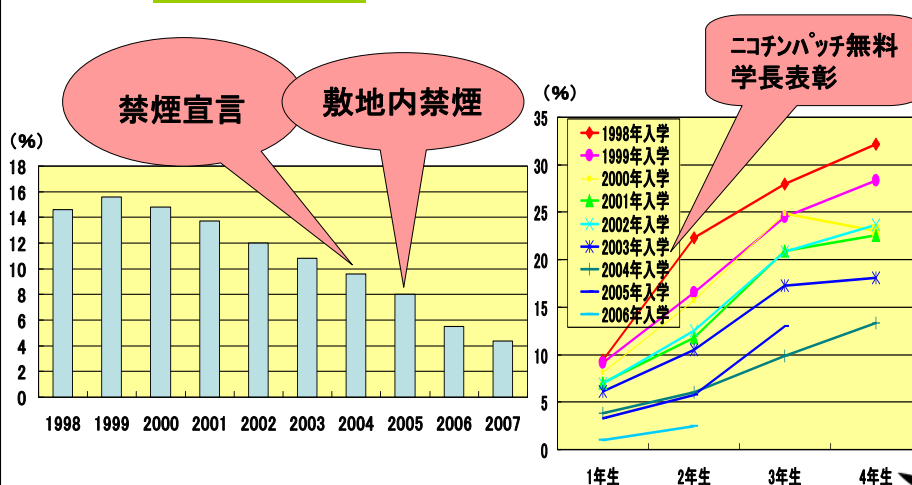
- 全くやめる気がない人には、本人の責任です。無理は言いません。ただ、大学では働かないでください。勤務時間外にお酒を飲まないのと同じことです。
- もし、少しでもやめようと思っ  
ているのなら、大学病院の禁煙  
外来に相談してください。専門  
家がお手伝いします。保険もき  
くようになります。
- 学生の人は、保健管理センター  
が無料で相談に応じます。

みんなで禁煙キャンパスを実現しま  
しょう。

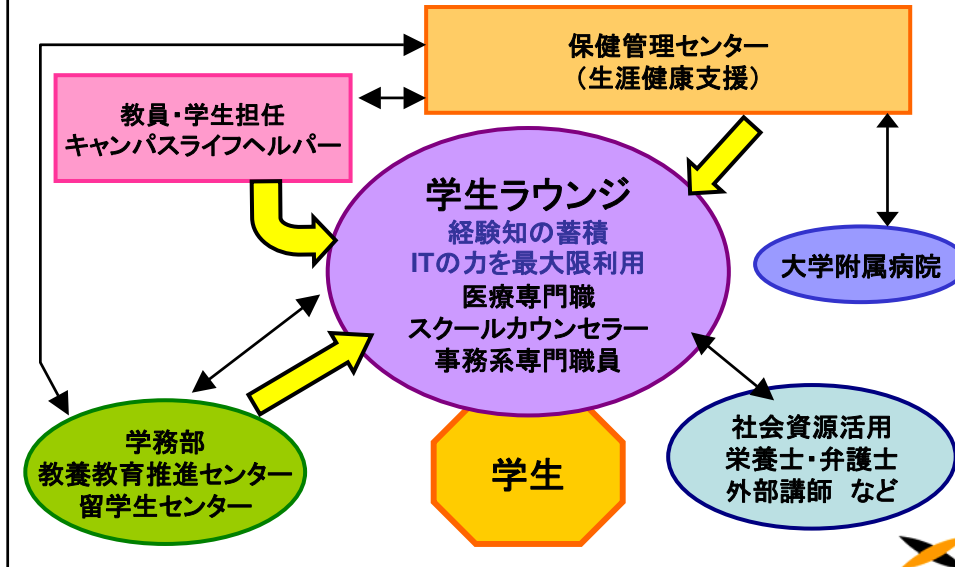
組織的取り組みの成果  
岐阜県大学生の喫煙率の変化

全学生喫煙率

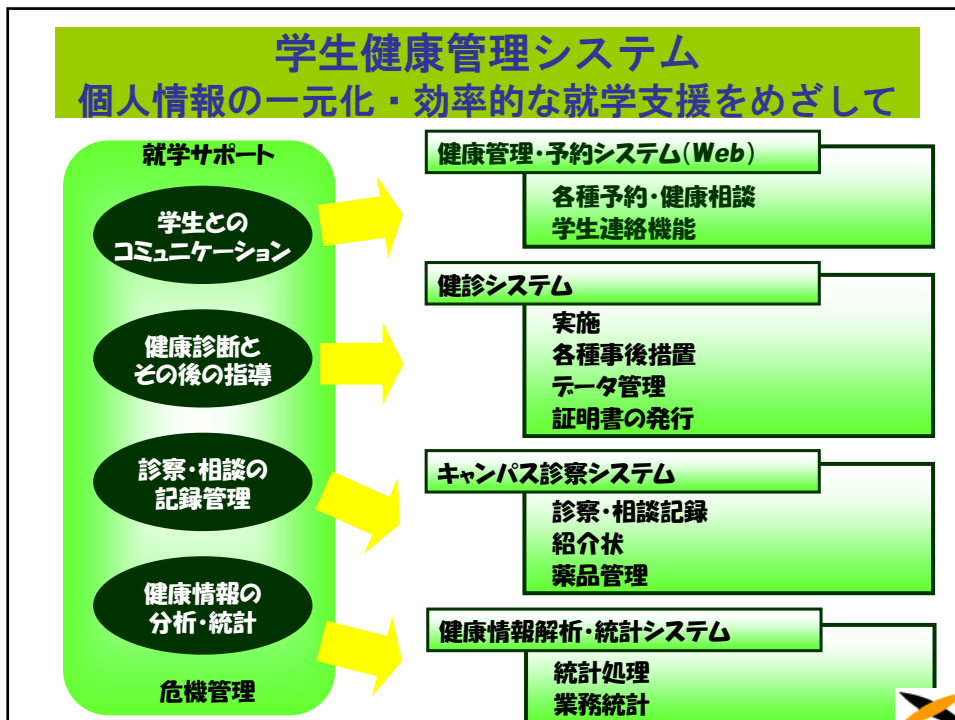
男子学生の喫煙率変化



## 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

