

# 生涯健康を目指した 学生健康支援プログラム



国立大学法人  
岐阜大学

## 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ろう
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

- 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。
- 教養教育の実施責任体制を明確にする。
- 論理的に考え、発表する能力を育てる。
- 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。
- 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。
- 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。
- **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

## 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

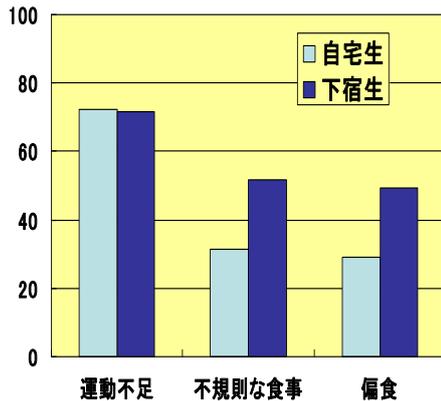
予防接種・感染症予防啓発

→

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

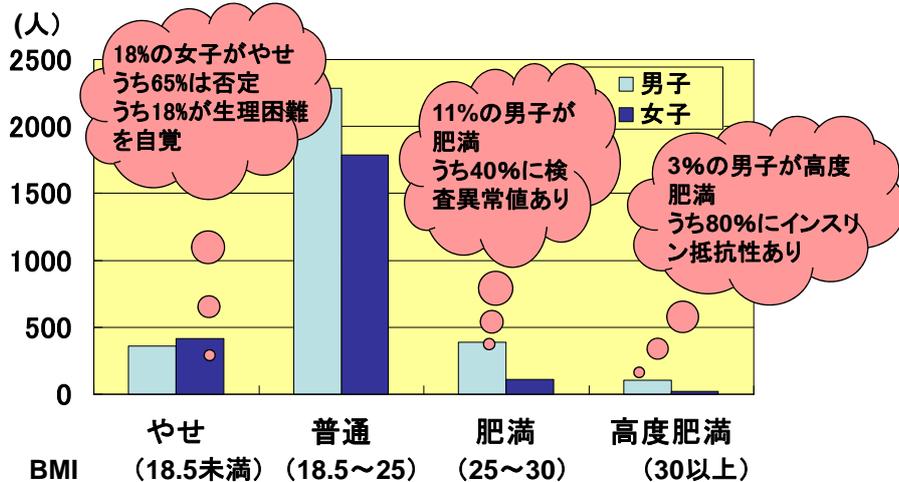
- 慢性頭痛の経験有り----48.4%
- 日常生活に支障あり----17.9%

### 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)

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



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

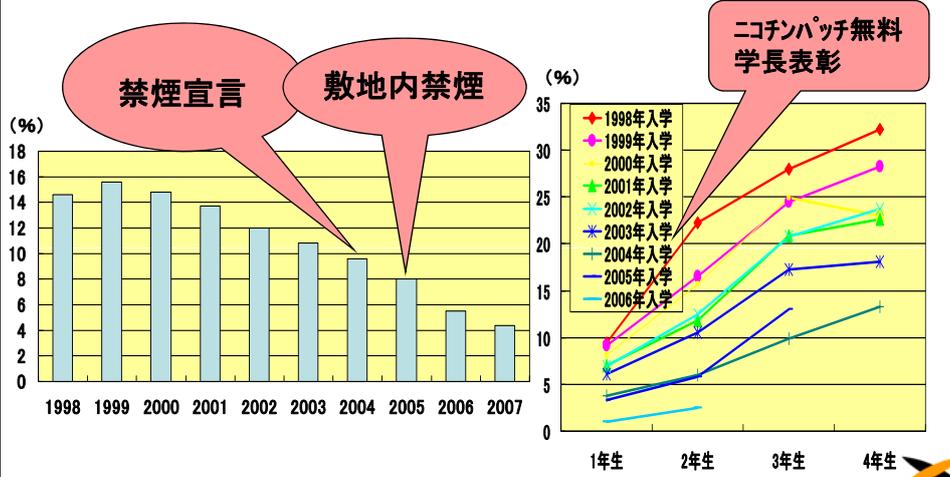
- ・ H10年:喫煙率調査、啓発講演会
- ・ H13年:ニコチン代替療法開始
- ・ H14年:岐阜県大学生の実態調査実施(1)  
健診時に個別指導
- ・ H15年:附属病院が建物全面禁煙  
禁煙WG設置(学長含む11名)  
啓発冊子を作成、全学へ配布
- ・ H16年:禁煙宣言  
岐阜県大学生の実態調査実施(2)  
ニコチンパッチを**成功まで無料提供**  
成功者には学長から**表彰状**
- ・ H17年:敷地内**全面禁煙**
- ・ H18年:喫煙者へ**イエローカード**で啓発  
全学共通教育必修講義で啓発
- ・ H19年:岐阜県大学生の喫煙実態調査実施(3)



## 組織的取り組みの成果 岐阜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



## 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

項目	人数	割合
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%	

### 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)

## 近年のキャンパスメンタルヘルスを とりまく課題

- ・ 学生のストレスへの抵抗力、対処能力の変化
- ・ 全入化時代と学業的適応能力の変化
- ・ 無気力、不登校、休・退学
- ・ ひきこもり
- ・ いじめ
- ・ 対人関係、コミュニケーション能力
- ・ 発達障害の学生の支援
- ・ 精神医療機関受診学生の増加

## 学生相談の春夏秋冬



春

入学の喜び、苦しみ  
不本意入学  
生活適応の問題



夏

友人が出来ない  
対人緊張  
就職が決まらない

冬



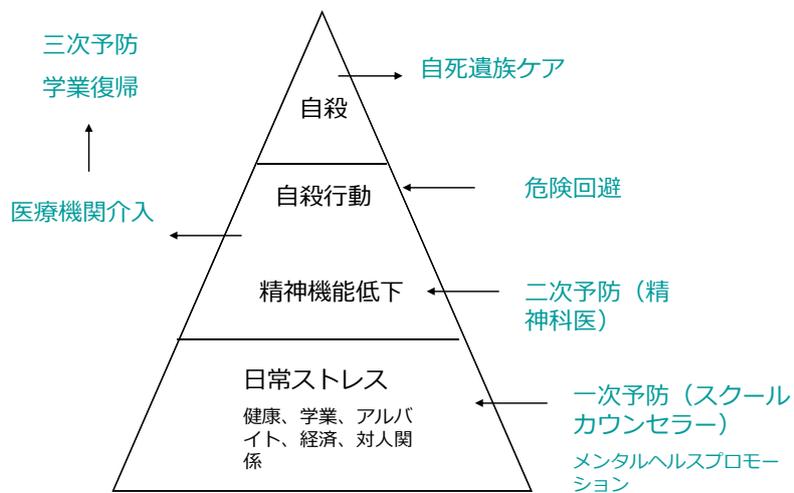
卒業、留年の危機  
社会へ出る自信が無い

秋

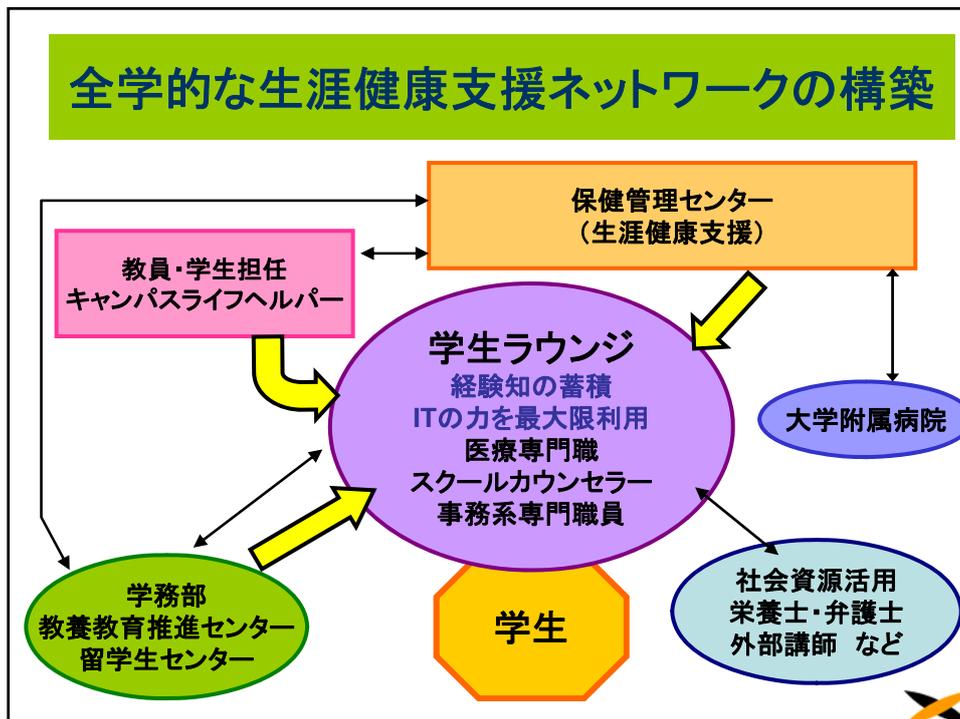
気分が沈む  
学業がついていけない  
体調不良



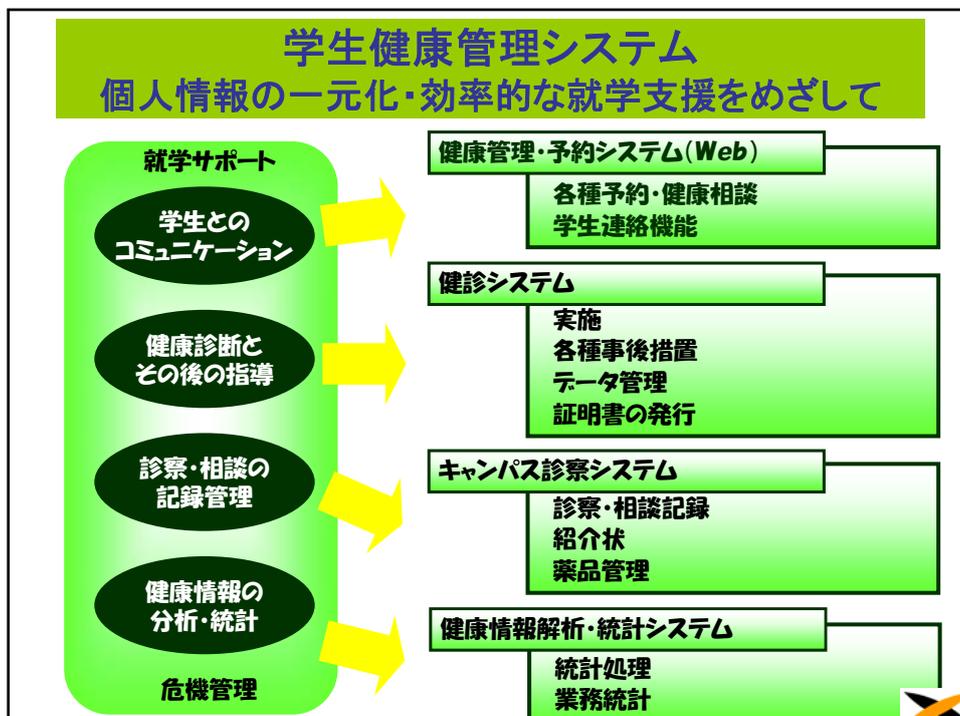
## 学内でのメンタルヘルスケア



## 全学的な生涯健康支援ネットワークの構築



## 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

