

国立 金沢大学

プログラムの名称：心と体の育成による成長支援プログラム

-- 社会に幸せをもたらす生活の知恵を持った学生の育成

プログラム担当者：保健管理センター 教授 吉川 弘明

キーワード

- 1．自己管理能力 2．コミュニケーション能力 3．他者援助精神
4．健康診断 5．安全衛生

1．大学の概要

金沢大学は角間キャンパスと宝町・鶴間キャンパス（医学系）に約11,000人の学生が在籍する8学部9研究科の総合大学である。2004（平成16）年4月、法人化にあたり「金沢大学は、本学の活動が21世紀の時代を切り拓き、世界の平和と人類の持続的な発展に資するとの認識に立ち、『地域と世界に開かれた教育重視の研究大学』の位置付けをもって改革に取り組むこととし、その拠って立つ理念と目標を金沢大学憲章として制定」した。学生支援の理念・目標は表1に示す。

表1 学生支援の理念・目標

- 学部及び大学院に多様な資質と能力を持った意欲的な学生を受け入れる。
- 入学前から卒業後に及ぶ学生教育の拡大に努める。
- 学生の個性と学ぶ権利を尊重し、専門知識と課題探究能力、さらには国際感覚と倫理観を有する人間性豊かな人材を育成する。
- 教育改善のために教員が組織的に取り組むFD活動を推進する。

本学は、2008（平成20）年度から8学部を3学域16学類へ改組する。本学の改組計画は、学生支援に関する理念・目標を実現しようとするものであり、

- 1) 学際性を意識した教育
- 2) 学生の受入単位の拡大
- 3) 共通的な基礎教育の充実
- 4) 学生の多様化・変化への柔軟な対応
- 5) 教育への全学的な取組が必要

との考えから、学生にとって柔軟で選択の自由度が拡大した教育組織の構築、社会のニーズに適合した人材の育成を目的として作られたものである。

また、本学では、入学から卒業までを通して、いつでも相談できる学生相談体制を用意している。全国各

地から学生が集まっているため、本学の7割以上の新入生が一人暮らしを始める。そのため、入学時には修学支援及び生活支援に力を入れ、2年生の後半から進路選択や就職の支援に力を入れるなど、学生のサイクルに対応した支援を目指している。また、特に個別の支援の必要な学生には、経済的支援、健康支援など担当組織が対応している。

2．本プログラムの概要

金沢大学は従来の学生支援に医師（学校医、産業医）の視点を加え、すべての学生が自己に対しても、社会に対しても幸せをもたらす生活の知恵を身に付けて卒業する全学的教育プログラムを構築することを目指す。具体的には、2006（平成18）年度から導入した必修科目「大学・社会生活論」の「健康論」をより充実させつつ、健康診断の結果をもとに学生各自の高い水準での心身の自己管理能力を育成するとともに、コミュニケーション能力を育成する機会、及び、安全衛生、健康支援等に関する科目を実践的な実習科目を含めて拡充し、社会全体の安全や健康を支援する他者援助精神を持つ人材育成を、従来以上に積極的に行う。プログラムの実施は保健管理センターを中心に、全部局が一体となって、すべての学生を対象に行う。

3．本プログラムの趣旨・目的

近年、私たちを取り巻く環境は急速に変革を遂げ、早急な対応を迫られている。しかし、日本の学生支援のあり方を方向づけた「学生助育総論」（1953（昭和28）年）に目を通すにつけ、私たちが依然、彼らの理想に達していないことを思い知らされる。問題は、学生を中心に据えた学生支援を指向しても、学生は自己の要求に気づき、それを表現する上で成長をしていないことにある。本学では、この問題を解決するため、ヒボ

事例11 金沢大学

クラテスの誓いに端的に示されるような医師の考え、産業医学の父ラマツィーニの人と環境に関する考えを、これまでの学生支援に加えていくことが重要と考えた。

本学は従来の学生支援に医師（学校医、産業医）の視点を加え、臨床心理士（カウンセラー）やこれまでの学生支援組織とのコラボレーションによる新しい学生支援の形態を導入する。この取組は、高度な専門性の他に、心身の健康を自己管理でき、他者と友好的関係をもつためのコミュニケーション能力が高く、他者援助の精神を持つ人材を育成するという大学に対する社会的ニーズに応えることになる。

4. 本プログラムの独自性（工夫されている内容）

本プログラムは、入学時からの健康教育を基盤におき、人と人との関わりを通して、自己管理能力、コミュニケーション能力、他者援助精神を引き出し、卒業後には社会に幸せをもたらす生活の知恵を身に付けた学生を育成する学生支援プログラムである。プログラムを車に見立てて、順に紹介する。

（1）コミュニケーションの場の提供

プログラムの土台となるのは環境づくりである。図1の車輪部分として、角間、宝町・鶴間キャンパス間のシャトルバス運行と両キャンパスにコミュニケーション・プレイスの設置を実施する。本学は約4km隔てた2つのキャンパスに分かれているが、学生がキャンパス間を行き来するためのサポートが不足していた。シャトルバスで2つのキャンパスをつなぎ、学生の交流を促進することで、学生が視野を広げ、活動の場を広げることを目指す。

また両キャンパスに、学生がくつろげる、常設の居場所（コミュニケーション・プレイス）を提供する。学生のニーズをもとに、今までに設置している学生の居場所をインテリアコーディネータによってより居心地のよい場所に整備したり、多様な学生のニーズにこたえて、1人になれる空間や友人とコミュニケーションがとれる空間など、多様な居場所を新たに設置したりすることを目指す。

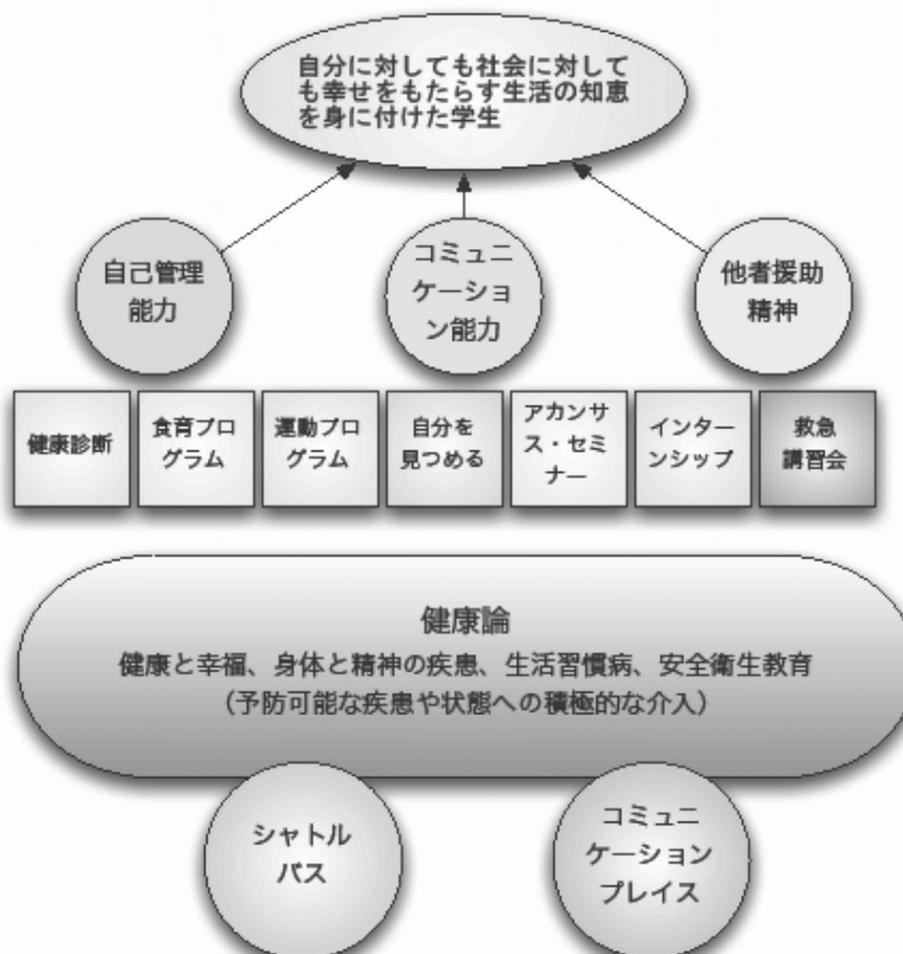


図1 新たな取組の実施計画

(2)「健康論」の教育内容の充実

図1の車のフレームとなるのが、本学の特徴である共通教育「大学・社会生活論」の1コマである「健康論」である。1年生の前期に全学部で行っている点が優れた点であり、新たな取組では、テキストと自己学習パッケージ(e-learning)の作成、及び健康診断の必須化によって、さらに健康教育の充実を図る。

表2 「健康論」テキストのアウトライン

1. 人間の幸福と健康
2. 健康とは
・身体的健康
・心理的健康
・社会的健康
3. 健康的なライフスタイルとは
4. 人生80年における国民健康システム
5. 障害とは
6. 金沢大学保健管理センターの役割
7. 定期健康診断は何のため?
8. メタボリックシンドローム
9. 肥満とその対策
・食事療法
・運動療法
10. タバコの害・受動喫煙
11. アルコールの害
12. 救急処置に必要なこと
・救急蘇生法の実習(心臓マッサージ、人工呼吸)
・AEDの使い方を覚える
13. 熱中症
14. 危機管理が必要な感染症
・麻疹、風疹、流行性耳下腺炎、水痘
・結核、鳥インフルエンザ、ノロウイルス
15. 保健管理センターの感染症対策
16. 留学時の健康診断書
17. 精神疾患
・統合失調症
・うつ病
・人格障害
18. 精神疾患の事例と接し方
19. 保健管理センターのカウンセリング
20. 学内の学生相談体制
・なんでも相談室
・ピア・サポートルームほか

表2に「健康論」テキストのアウトラインを示す。

テキストは医師と臨床心理士の協働により心身の総合的健康を概説した内容とする。自己学習パッケージ(e-learning)は、対面授業に加えて、いつでも繰り返し健康の知識を確認できる教材として機能させる。健康診断は、保健管理センター、共通教育機構、大学教育開発・支援センター、学生部との共同作業として、「大学・社会生活論」の単位取得の必須項目と位置づけ、結果のフィードバックにより学生が自分の健康への意識を高めることを目指す。表3に本学が2006(平成18)年から健康診断時に実施している感染症対策と予防接種勧奨の実績を示す。感染症対策は、予防可能な疾患から身を守るという、自己管理能力を身に付けさせる学生支援の取組の一部である。

「健康論」において、健康な心と身体があってこそ、学業や学生生活を楽しむことができることを教え、自己管理能力を習得させることを目標においた講義内容を展開する。この考え方、概念を伝えることが非常に重要であり、後述する(3)の健康教育プログラムへの興味をもたせるきっかけともなる。

さらに、夏季・春季休業期間中には2日間で1単位が取得できる「健康論集中講義」を開講する。集中講義では講義と実習の両方を行い、実習の部分は後述する(3)の食育プログラム、運動プログラム、救急講習会の内容を予定している。

(3)7つの健康教育プログラムの提供

図1の車に積んでいる積荷が以下の健康教育プログラムである。多様な学生のニーズに対応する7つのプログラムは、1つでも複数でも、どのような順番でも、何度でも参加することが可能であり、開催も学生が参加しやすい昼休みや授業1コマ分の時間設定とする。本プログラムの独自性は、少人数、予約制でファシリテーター(専門家)を介して双方向コミュニケーションを行うという点である。単位取得にはならないが、参加費無料(実費請求)で、楽しみながら健康教育を受けることができる。

表3 新入生に対する感染症対策(2006年~)

	健康診断		抗体検査		抗体がない学生の割合(%)			
	受診者数	受診率	受診者数	受診率	麻疹	風疹	流行性耳下腺炎	水痘
H18	1,834	99.6	1,694	92.1	10.8	15.1	14.2	3.0
H19	1,793	99.8	1,791	99.7	7.9	21.7	17.9	2.7

単位：受診者数(人) 受診率(%)

(i) 健康診断の結果のフィードバック

学生に健康診断の受診を勧奨し、自分の健康診断結果を自己管理に役立てさせることを目的として、健康診断後、一定期間、医師と看護師から個別指導を受ける機会を設ける。また、健康診断の結果は保健管理センターのデータベースで管理し、Webによる健康診断結果閲覧システムによっていつでも閲覧できるようにする。近年、実習で提出が求められる麻疹、風疹、流行性耳下腺炎、水痘の抗体検査の結果も閲覧できる。

(ii) 食育プログラム

知識編と実践編から成り、管理栄養士による食や健康に関する講義や、調理実習を行う。生活習慣病予防のプログラムは自己管理能力を、料理や食事を楽しむプログラムは、臨床心理士がファシリテーターとして参加し、コミュニケーション能力、他者援助精神の育成も目的とする。実践編では、自炊を助ける簡単な料理法を紹介したり、地元の食材や料理人による調理実習を行ったり、金沢らしさも盛り込む。

(iii) 運動プログラム

知識編と実践編から成り、アスリートやスポーツジムのトレーナーによる講義や、簡単に行えるエクササイズを行う。生活習慣病予防のプログラムを中心に、器具のいらないウォーキングやストレッチ、保健管理センターにあるエアロバイクでの運動などを、学生どうしの交流を図りながら進める。リラクゼーションを目的としたプログラムも用意する。

(iv) 自分を見つめるプログラム

臨床心理士がファシリテーターとなって、自分と向き合う作業をグループワークで行う。自分を見つめるだけでなく、他者への関心、他者との関わり、広い視野をもつことを促進することを目的に、心理検査や対話、アートワーク、ボディワークなどによって自己管理能力、コミュニケーション能力を育成する。また、大学が養成している学生サポーターに対人援助の研修の機会を提供することで、現在の学生支援の取組との相乗効果も見込まれる。

(v) アカサス・セミナー

キャンパス内で、講師（学内、学外）を囲んで、講義とは違う自由な雰囲気の中で、お茶等を摂りながら様々な分野の話を聴いたり、参加者どうしコミュニケーションする催しを行う。テーマは、食事、睡眠、運動、飲酒、喫煙などの生活習慣や、頭痛、不安などの身近な症状、予防可能な感染症や疾患、安全衛生、障害、そして香りや音楽などの心身への影響など、心身の健康にかかわることを幅広く扱う。また、新入生の大学

適応、在学生の進路選択のサポートとなるようなテーマも扱う。講師は、心身の健康の専門家だけでなく、病気を患った人、喫煙をやめた人、卒業生などを予定しており、体験から学ぶ機会を提供する。

(vi) アカサス・インターシップ

教育活動と課外活動を融合させた実践の場をさらに拡大し、学内インターンシップ制度を立ち上げる。学内アルバイトや学生ボランティアを単なるお手伝いではなく、学生にとって社会へ出て行く練習の場となるように教職員が指導するものにする。生協委員、生協アルバイト、学生ボランティアへの指導は金沢大学生協と連携して行い、学生のコミュニケーション能力を育成する。図書館、就職支援室とも連携して行う。

(vii) 救急講習会

運動部・サークルに対して行ってきた救急講習会を全学生対象に広げる。他者援助精神の育成を目的として、AEDの使用法、熱中症対策、救急蘇生法などを実習し、予防が必要な疾患、他者の救命に役立つ技術の説明も取り入れる。また、日本赤十字の救急法講習会、消防局の普通救命講習会を健康論集中講義に組み入れ、受講者に修了証書を授与する。

(viii) その他の取組

以上の取組を行うに当たって、健康調査及び実態調査によって学生のニーズを把握し、学生支援に結び付ける。また、多様な学生への対応について、臨床心理士が教職員にレクチャーする機会を増やす。すべての教職員が5年の間に研修を受けることとし、全学的学生支援体制を拡充する。

5. 本プログラムの有効性（効果）

本学の学生には、次の3つの力が備わることが期待できる（図1参照）。

自己管理能力

コミュニケーション能力

他者援助精神

本学は、自分の学問上の専門の他に健康の知識も習得するという考え方ではなく、健康な身体と精神があってこそ学習・研究も大学生生活も充実するという考え方に立つ。「健康論」「健康論集中講義」によってこの意識改革を行い、各種健康教育プログラムの実施によって病気の学生が学生相談窓口を利用するのではなく、健康な学生も健康の維持・増進や幸福のために利用するようになると期待できる。

また、学生は学業・研究のほかに、友人との交流を

大学生活に求めている。コミュニケーションの場所とコミュニケーションの機会を提供することで、学生のコミュニケーション能力を引き出すことができる。他者とうまくかかわれない学生には、健康教育プログラムを通して臨床心理士が働きかけることで、コミュニケーション能力が高まることが期待できる。

学生どうし学生を支援する精神はすでに本学の学生に存在している。学生生活調査によると、「ボランティア学生登録制度ができたなら登録する」意思のある学生が54.6%、「社会と人のためになる人生を送りたい」学生が約20%（複数回答項目）であった。救急講習会によって、自分が他者のために何かできるという自信がつくことが期待できるし、健康教育プログラムを通して働きかけることで、他者援助精神が高まることを期待できる。

6. 本プログラムの改善・評価

自己管理能力を養成する健康教育については、「健康論」及び「健康論集中講義」の課題や試験において、知識の習得度を確認する。自己管理能力、コミュニケーション能力、他者援助精神を育成する健康教育プログラムについては、プログラム終了後に毎回参加者に感想を記載してもらい、プログラムの改善・評価を行う。学内外のインターンシップの評価、学生生活実態調査の評価も総合的な評価・改善に役立てる。

本プログラムを実施した後、評価室による自己点検評価並びに外部委員による第3者評価により、取組を評価する。以上の評価結果は、翌年のプロジェクト全体の修正に活用するとともに、大学全体の安全衛生体制作りの基本的な資料として活用する。

7. 本プログラムの実施計画・将来性

本プログラムの実施計画を表4に示す。プログラムの土台となる環境づくりと「健康論」のカリキュラム整備を初年度から開始し、徐々に健康教育プログラムの内容を充実させていく計画である。

本プログラムは保健管理センターを中心に、全部局が一体となってすべての学生を対象に行う。保健管理センターには、医師3名、臨床心理士2名、保健師1名、看護師3名が常勤職員として配置されている。計画の推進に当たっては、非常勤職員として、保健師、管理栄養士、臨床心理士、精神科医、事務補佐員を雇用する。

拡張された健康教育プログラムは本学の正規のカリキュラムに組み入れ、各部署の実情に合わせ適宜変更する。健康診断と健康指導の充実などの経費が必要なものは予算化し、事業として大学の承認を受ける。評価体制・方法・指標の設定に関しては、保健管理センターの中期目標・中期計画のなかに盛り込んで的確な評価を受けるとともに、効果のあった事業を推進し、

表4 本プログラムの実施計画

項目	2007年	2008年度	2009年度	2010年度
コミュニケーション・プレイス整備	→			
キャンパス間シャトルバス運用	→			
「健康論」カリキュラム整備	→			
健康教育プログラムの実施	→			
1 健康診断と健康指導の充実（医師、看護師、管理栄養士）	→			
2 食育プログラム（管理栄養士、臨床心理士）	→			
3 運動プログラム（生協、アスリート、トレーナー）	→			
4 自分を見つめるプログラム（臨床心理士）	→			
5 アカサス・セミナー（多彩な講師）	→			
6 アカサス・インターンシップ（生協、図書館、就職支援室）	→			
7 救急講習会（医師、救命救急士）	→			

事例11 金沢大学

新規事業の選択にその評価を生かす。

本学による取組は、これまで以上に全学的な、部局を超えた方針に基づいており、部局間の調整が必要と

なる。しかし、その過程こそが大学組織を学生支援と安全衛生の精神が共存する体制にする前提になるのであり、全国の大学の参考になると思われる。

選 定 理 由

金沢大学においては、心身の健康支援において着実な取組が行われてきています。

また、今回申請のあった「心と体の育成による成長支援プログラム」の取組は、「健康論」等により、学生に健康の意義を認識させ、自己管理能力を育成することを目的とした特徴ある取組です。

着実な個々の取組を統合して、大学の実情にあった支援プログラムに展開させようとする試みです。

特に、学生のコミュニケーション能力を育成する取組は、他の大学等の参考となる取組であり、心身の総合的支援が行われることを期待します。