

# 国立 岐阜大学

プログラムの名称：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

プログラム担当者：理事（教学・附属学校担当）・副学長 佐々木 嘉三

キーワード

- 1．生涯健康教育 2．健康支援 3．保健管理センター  
4．肥満痩せすぎ 5．禁煙キャンパス

## 1．大学の概要

岐阜の地は、飛山濃水と称される豊かな自然に恵まれ、東西文化が接触するという地理的特性を背景として、多様な文化と技術を創造し伝承してきた。

医学部、工学部、応用生物学部、教育学部、地域科学部の5学部からなる岐阜大学は、この地に、ひとつのキャンパスとしてまとめ、「知の伝承と創造」を追求している。岐阜大学の理念は、「学び、究め、貢献する岐阜大学」である。理念の中で「教育に軸足を置いた教育研究大学」と、位置付けている。深い専門知識、広い視野と総合的な判断力を備えた人材の育成を目指している。

豊かな人間性と学識を備え、高い判断力、構想力、行動力を持った本学の卒業生が、社会で活躍するためには、生涯にわたる健康を自己管理する能力を教育することも重要である。本学は、学生憲章の中に「長い人生を生きるための体力をつけ、健康を守ろう」と自らの健康に注意を払うことを求めている。そして、教育基本戦略の中に「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、学生の範を示す」と、学生の生涯にわたる健康を守るための教育や支援を行うことを明文化している。

## 2．本プログラムの概要

大学は、教養・専門教育と並んで、肉体的・精神的に健康な学生を社会に送る責任がある。岐阜大学は、憲章と基本方針に、学生の生涯にわたる健康を支援することを明文化し、様々な対策を講じてきた。

例えば、質の高い健康診断を行いその結果に基づいた個別指導、個別支援の充実、肥満（男子学生の13%）や痩せすぎ（女子学生の18%）の学生に対して、専門医や保健師による血液検査に基づく健康指導の実施、学生に喫煙習慣をつけないためのキャンパス全面禁煙の実

現と、ニコチン代替療法を無料で実施し喫煙学生を確実に減少させたこと、新入生全員に健康調査面接を行い、精神科専門医や臨床心理士が継続的に行う個別支援の実施、などである。

本プログラムは、「生涯健康教育」の推進に向けて、保健管理センターを中心に全学的なネットワークによる健康支援体制を充実して取り組むことを実現させる。

## 3．本プログラムの趣旨・目的

学生が自らの健康を管理するための知識や実践力を習得し、「生涯にわたる健康を目指した学生健康支援」に資することを目的とする。

これは、生涯にわたる健康の礎となるものであり、大学生時代の軽微な健康障害を支援対象として、健康増進を図ることにより、将来の重篤な健康障害を防ぐことを目的とする。例えば、大学生時代の「肥満」を解消することにより、「糖尿病」や「動脈硬化症」など将来の肥満関連疾患を予防できることは多くの報告がある。また、女子学生の「高度やせ」や「生理不順」を放置すれば、将来の「不妊」を引き起こしかねない。大学生時代に喫煙をほんの好奇心から始めたことが将来の「肺癌」危険度を高めることは周知の事実である。大学生のメンタルヘルス失調に対応することが、将来の社会適応不良の予防に重要であることも指摘されている（図1）。

このように肥満、痩せすぎなど将来の健康障害が予想される学生が増加し、また、心の悩みを抱えている者も多くいる一方で、これに対応する熟練医療専門職スタッフは不足しており、学生の生涯にわたる心と体の健康を守るためには、健康支援の一層の充実が喫緊の課題である。

以上、生涯にわたり健康を守るための学習が教養教育、専門教育と並んで重要であることを学生に理解させ、正しい知識と生活習慣等を身に付けさせるため、

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

図1 生涯健康教育の重要性

生涯健康教育の推進と健康支援の充実を図り、学生の安全安心のキャンパスライフサポートを実現することが本プログラムの大きな目的である。

#### 4. 本プログラムの独自性(工夫されている内容)

##### (1) 健康診断の充実

保健管理センターにおいて、学校保健法に規定する健康診断項目に生活習慣病予防のための健康診断項目を加え、健康診断を充実させる。2005(平成17)年度の調査で、生理不順を訴える女子学生や、慢性頭痛をもつ学生、歯科治療の必要な学生が多くいることが判明している(図2)。18%の女子学生はやせであり、14%の男子学生が肥満で、健康指導を必要としていた(図3)。しかも、肥満学生の多くがすでに代謝異常(インスリン抵抗性)を呈していた(図4)。そこで、健康診断結果に基づく保健指導をより充実・強化する。

学生の健康支援ニーズ	
女子学生の生理	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 生理不順----15.8%</li> <li>- 生理関連症状で日常生活に支障あり----14.0%</li> </ul>
慢性頭痛	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 慢性頭痛の経験有り----48.4%</li> <li>- 日常生活に支障あり----17.9%</li> </ul>
歯科健康診断	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 良好----33.6%</li> <li>- 虫歯治療要----22.9%</li> <li>- 歯周疾患----20.9%</li> <li>(年齢とともに増加)</li> </ul>

図2 学生の健康支援ニーズ

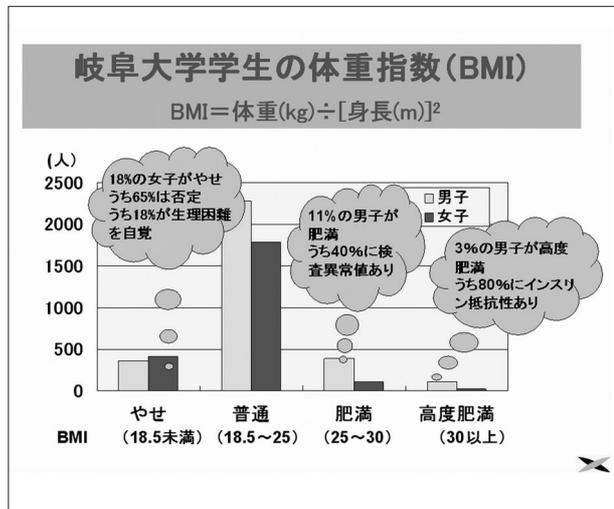


図3 岐阜大学学生の体重指数(BMI)

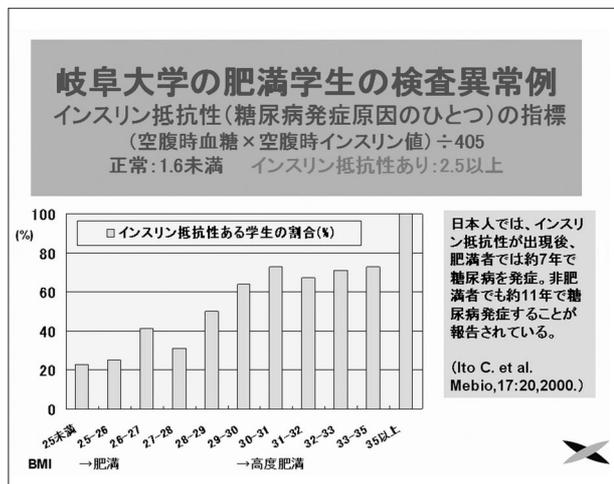


図4 岐阜大学の肥満学生の検査異常例

##### (2) 全学的健康管理システムの構築

2006(平成18)年度に学生の健康診断結果データベース化しており、これをさらに有効活用して、学生も結果を閲覧できるシステム、健康診断を予約するシステム等を整備し、健康支援活動の充実を図る(図5)。

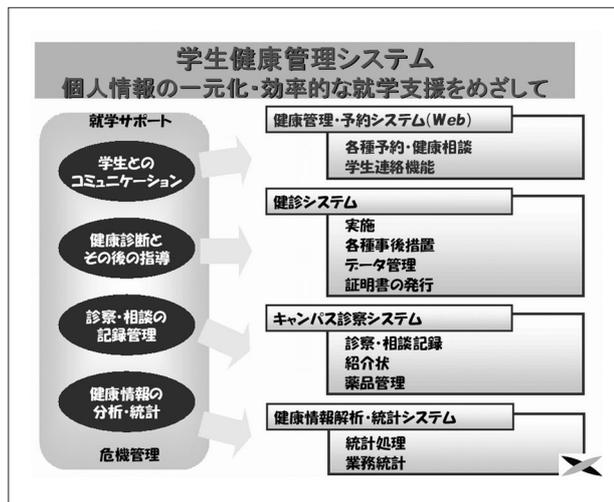


図5 学生健康管理システム

学生の健康診断・相談等の健康情報を電子化・一元化を進め、健康診断の結果を保健管理センターから所見学生個々に連絡し、保健指導を行うためのITを活用した情報システムの構築を進める。

### (3) 保健管理センターと連携した「学生相談ラウンジ」の設置

総合的な学生相談窓口として、「学生相談ラウンジ」を設置し、既存のキャンパスライフヘルパー、学生相談室員、教務厚生委員、学務関係事務職員等の機能を効率的かつ有効に連携させる。本年度は、学生が集まりやすい学生会館の会議室を「学生相談ラウンジ」として使用できるよう設備備品等の整備を行う(図6)。

本学は、20年以上前より、UPI (University Personality Inventory) 調査を新入生全員に実施してきたが、最近では、約14%の学生にその後の継続支援が必要である。さらに、不登校の学生の多くが、ドロップアウトの原因になったり、メンタル失調を呈するこ

とから、不登校を早期に発見し、早期に支援を開始することが重要であると認識している(図7)。

### (4) 学生支援参考事例等実地調査

健康支援や学生相談など学生支援体制をより優れた仕組みにするため、国内及び米国(南フロリダ大学、ハワイ大学)の大学の先進的な取組事例について調査研究を行い、本プログラムに反映させる。特に米国の両大学では、Student Health ServiceとStudent Affairsを訪れ、保健管理センターのシステムや役割について総合的に討論し、意見を交換する予定である。

南フロリダ大学は、学生のメンタルヘルスサービスとストレスカウンセリングに対応するHELPS (Health Enhancement for Lifelong Professional Students) というプログラムをアウトソーシングで確立させており具体的な、長所、短所について踏み込んで話を聞いてくる予定である。

本学でも「キャンパスライフの健康管理」というパンフレットを発行しているが、同大学も"The Newsletter and Student Handbook"を発行しており、より有効な学生への情報発信について議論する予定である。また、両大学の学生情報を管理するコンピューターシステムや奨学金制度 (Financial Support) についても、その運営管理体制等について調査する予定である。南フロリダ大学のSpecter教授 (Associate Dean for Student Affairs) は、全米のStudent Affairsの委員も務めており、全米に関する情報も得ることができるようである。同教授には、今後、来日し、本学で講演をしてもらうことも可能との返事をもらっている。

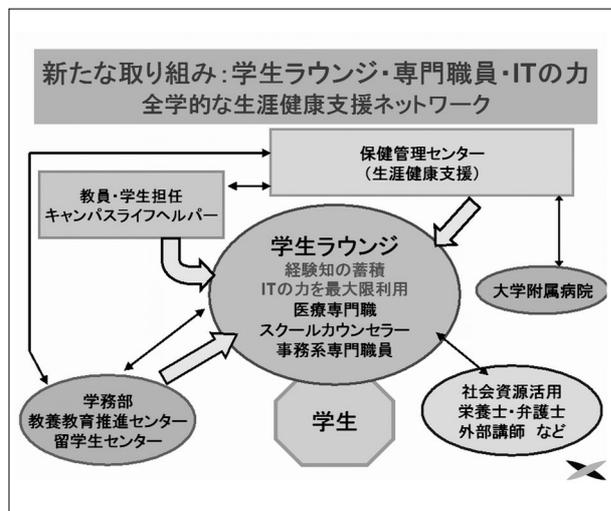


図6 新たな取組：学生ラウンジ・専門職員・ITの力

### (5) 禁煙教育の充実・強化

本学は、1998(平成10)年から禁煙教育に取り組み(図8) 近年は確実に学生の喫煙を低下させる実績を

### UPI: University Personality Inventory

#### 新入生全局面接と継続支援 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)

図7 UPI: University Personality Inventory

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)

図8 禁煙教育

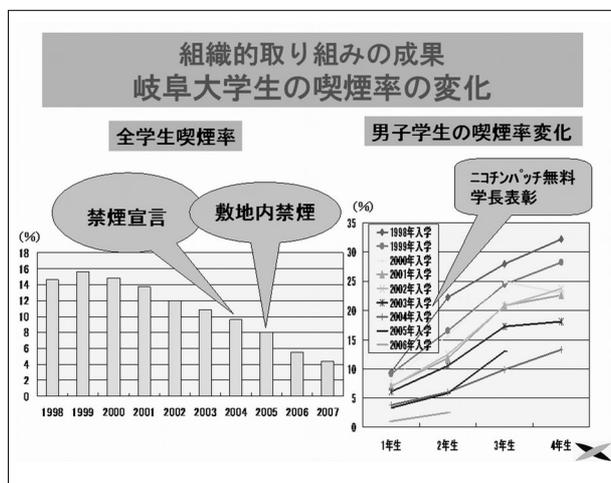


図9 岐阜大学生の喫煙率の変化

示してきた(図9)。喫煙させない啓発指導と禁煙サポート体制をより充実し、禁煙教育の一層の強化に取り組む。

(6) 運動サポートの実施

体育館に健康トレーニング設備を設置するとともに、体重・体脂肪計、血圧計、カロリーメーター等も整備し総合的運動サポート体制を充実して、健康保持を奨めるための指導も行う。

(7) 感染症対策の充実

感染症が集団発生した際の危機管理体制を確立し、新入生全員に麻疹・風疹・水痘・流行性耳下腺炎の抗体検査を実施しワクチン接種指導の充実を目指している。また、海外渡航時の計画的な予防接種実施指導(破傷風、日本脳炎、A型肝炎など)、健康診断による結核予防体制などの充実を図る。

(8) 地域との連携と情報の発信

本学は、「岐阜県大学保健管理研究会」の会長を務め、岐阜県下の大学、短大、高等専門学校、専門学校の保健管理担当者の勉強会、意見交換、業務援助などを行ってきた。「キャンパスライフの健康管理」という学生配布用の健康教育冊子を発行してきた(1冊300円、岐阜新聞出版部発行、毎年8,000部以上の販売)。

また、岐阜県下の学生全員に喫煙に関するアンケートを実施するなど、1大学ではできないことを進めてきた。これらの活動を益々発展させ、県下の大学の保健管理業務に貢献することを目指している。また、本プロジェクトで得られた知見を発信し、我が国の大学生の健康増進に貢献することを目指している。

5. 本プログラムの有効性(効果)

以上のような事業を実施することにより、期待される成果は以下の通りである。

- (1) 先進的な取組事例について調査研究を行うことで、担当者の意識改革や学生支援の諸施策に、優れた内容を取り入れる。
- (2) 健康診断の受診率向上、学生相談ラウンジの利用促進、禁煙や健康管理の啓発による学生の意識向上。
- (3) 生活習慣病予防、キャンパス内全面禁煙、禁煙サポートなど、保健管理センターを中心に取り組んできた健康支援をさらに充実し、学生の生涯にわたる健康を保障する安全安心のキャンパスライフサポートの実現に向けた取組を推進することができる。
- (4) 学生総合健康管理システムの構築により、保健管理センターが積極的に取り組んできた継続的な学生の支援、個別指導、学生の満足度の得られる健康指導サービスをさらに発展させ、質の高い健康診断に基づく学生個人の必要性に対応した保健指導の質的向上を図ることができる。
- (5) きめ細かな保健指導や運動サポートを通して健康増進を促し、学生の生涯健康度をあげることができる。
- (6) 「学生相談ラウンジ」が中心となり、既存の各種学生相談窓口の機能を効率的、かつ、より有効に連携させ、メンタルサポート体制等の充実を図る。また身体的・精神的健康度を保てないなどの理由による不登校・長期休学・退学の減少に資する。また、親元を離れたの生活や授業環境への戸惑いなど生活環境の変化から身体的・精神的健康度を保てない学生に対する効果が期待される。
- (7) 健康診断項目に生活習慣病関係の検査項目を加えることにより、早期からの個別の健康指導につなげることができる。
- (8) 保健管理センターの健康診断記録や関係部局における相談記録の電子化・一元化により、関係者が情報を共有し、問題を抱える学生の早期発見と適切な指導を行うことができる。なお、本学の学生相談の専門家

(学生支援の経験が知識を蓄積させる)の養成を「学生相談ラウンジ」が担い、医療専門職、カウンセラー、事務職員が協働して、最善の対応を追及し続ける場がここで培われることになる。

(9) 保健管理センターが積極的に取り組んできた継続的な学生の支援、個別指導、学生の満足度の得られる健康指導サービスをさらに発展させ、質の高い健康診断に基づく学生個人の必要性に対応した保健指導の手法を、様々な学生生活支援にも応用し、学生支援全体の質的向上を図ることができる。

(10) 生活習慣病は、青年期からの肥満解消、禁煙により予防可能であり、専門医、専門保健師、管理栄養士による栄養情報の提供や食習慣改善の支援により、学生が正しい生活習慣を習得し、健康増進と生活習慣病の予防に効果が期待される。

## 6. 本プログラムの改善・評価

(1) 大学教育委員会で、生涯健康教育と健康支援が全学的な取組として適切に行われたかを検証し、効果、実効性の評価を行う。

(2) 学生へアンケートを実施し評価する(回収率が高くなるよう、健康診断時などを利用して、全員の意見を反映させる)。

(3) 大学教育委員会、学生アンケートの評価結果を分析し、生涯健康教育と健康支援のさらなる改善・充実

に活用する。

## 7. 本プログラムの実施計画・将来性

(1) 健康診断結果については、SPSSを利用して詳細な統計解析を行う。

(2) 学生の様々な情報データ(出席状況なども含む)を総括して、表示し、学生の個別支援の記録を記入できるような学生支援システムを最終的に完成させる。これにより一元的な管理と完全ペーパーレス化を達成する。

(3) 学生ラウンジの利用者数のみならず、解決例数の増加、解決内容の向上も目指す。

(4) 国内外の視察後は、国内外から講師を招いて、多くの支援スタッフ向けに講演会を開く。

(5) 学内敷地内完全禁煙は、体制として実行しているが、実効性のある禁煙サポートを実施することにより喫煙者がいなくなり真のスモークフリーキャンパスとなることを目指す。

(6) 運動指導士による運動指導や、管理栄養士による食事指導など個別指導体制のさらなる充実を図る。

(7) 大学教育委員会に生涯健康教育推進委員会を設置して、具体的なプログラムの実施計画を作成し、全学的な取組を推進する。

### 選 定 理 由

岐阜大学においては、保健管理センターが中心となって、生涯健康教育を目標とした総合的な学生支援を実施してきており、学生の喫煙率の大幅減少など注目すべき成果を上げています。

今回新たに、学生相談ラウンジの設置、IT利用による健康指導等により、これまでの健康教育支援を深化させようとしており、高く評価できます。これにより、学生の自分自身の健康に対する意識が高まるものと期待されます。さらに、単に在学中だけでなく、卒業後における(健康への)学生の自己管理能力が増進することが期待できます。

以上により、本取組は、他の大学等の参考となる先進的で優れたものであると言えます。

