

保健管理センター報告書

(平成24年度)



——— あなたの健康をアドバイスする ———

鳥取大学保健管理センター

No. 27

まえがき

本報告書を作成している平成 25 年度は、風疹が全国的に流行しました。幸いにも本学では風疹の流行はみられませんでした。今後もさまざまな新感染症が出現したり、沈静化したと考えられていた感染症が再興感染症として流行する可能性もあります。保健管理センターとしましても、感染症予防の啓発、学内外の保健医療機関との連携を今まで以上に深めることが大切であると思っております。



平成 24 年度の「保健管理センター報告書」第 27 号をお届けいたします。平成 24 年度における鳥取大学保健管理センターの業務実施状況、健診データの概要と鳥取大学の学生及び職員を対象として行った関連の調査、研究報告などを主な内容としています。

「保健管理センター報告書」第 21 号までは、2 年間の業務実地状況、健診データと調査・研究報告をまとめて「保健管理センター報告書」を作成してきましたが、第 22 号からは前年度 1 年間の内容に改めました。

麻疹、風疹、インフルエンザ、結核などの感染症対策、アルコールやタバコの健康障害の啓発教育、平成 16 年度国立大学法人化以降の”労働安全衛生法”への対応など、大学における保健管理業務内容は確実に増大しています。健康相談、学生相談の件数も増加しており、平成 24 年度の学生相談と職員相談の合計（鳥取地区）は、前年度よりも 275 件増えました。この来所者の増加は、学生の多様化と法人化後の職務の負担増が影響している可能性や、労働安全衛生法による職場環境、メンタルヘルスへの理解と関心が深まったことにも関係しているのかもしれませんが、このような現状を鑑みますと、大学の健康管理における保健管理センターの役割は、より重要な位置を占めるものと思われます。昨今の社会情勢の急速な変化をみましても、今後もその傾向は続く可能性が高いと考えております。保健管理センターといたしましても、学生及び職員に対する健康管理・健康教育への支援・指導を更に進める必要があると感じています。

米子分室の開設以来、医学部の教職員の皆様のご協力のもと、米子分室の保健管理業務を行ってきました。平成 17 年 7 月から健康相談の充実を図るため米子分室に非常勤看護師を配置しました。その結果、健康相談、学生相談の利用が年々増加し、学生相談に対応するため平成 20 年 6 月非常勤カウンセラー（週 4 時間）を新たに配置し、現在は週 8 時間に増やしています。また、鳥取地区の非常勤カウンセラーの勤務を週 8 時間から 16 時間に増やしましたが、両地区ともに学生相談件数は増加の一途であり、大学全体としての学生支援システムを構築する必要があると強く感じております。

国立大学法人化後の多忙な日常業務の中で、このような来所者の増加と保健管理業務の拡大に適切に対応するためには、「大学の保健管理体制をいかに整備し、責務を果たしていくべきか」という視点に立ち、常に保健管理センターの役割機能を検討することが、保健管理センターに課せられた大きな課題であると考えます。

今後とも保健管理センターへのご理解とご支援をよろしくお願いいたします。

平成 26 年 3 月

鳥取大学 保健管理センター
所長 中村準一

目 次

まえがき

保健管理センター所長 中村 準一

I 保健管理業務実施状況

1	学生数と職員数	1
(1)	学生数の推移	1
(2)	休学者数の推移	3
(3)	職員数	4
2	業務概要	5
	年間業務	5
3	健康診断	7
(1)	学生の定期健康診断	7
(2)	学生の臨時健康診断	10
(3)	留学生特別健康診断	10
(4)	電離放射線健康診断	10
(5)	学生特殊健康診断	11
(6)	特別健康診断（結核診断検査）	11
4	健康相談の利用状況	13
(1)	学生・職員の健康相談	13
(2)	学生教育災害傷害保険の適用状況	18
5	精神健康部門	19
	平成24年度の学生相談・精神保健相談	19
6	特別事業報告	20
	健康セミナー・AED講習会・講演会の開催（平成24年度）	20
	広報誌「保健管理センターだより」発行	21



H24年度アルコールセミナー風景

////////////////////////////////////
II 調査及び研究報告

1	鳥取大学における休学者の検討（平成22年度・第15報）	22
2	鳥取大学における退学者の検討（平成22年度・第15報）	24
3	鳥取大学における留年学生の検討（平成22年度・第15報）	26
4	大学の学生相談体制とメンタルヘルスを考える	28
5	鳥取大学における学生の食に関する実態調査	33
6	鳥取大学の学生に対する食と食育に関する実態・意識調査	38
7	やせ・肥満学生の食事・健康に対する意識	41
8	不眠の悪化から診断した甲状腺機能亢進症	46

III 保健管理センターの業務内容その他

1	保健管理センターの業務内容について	49
2	保健管理センター関係職員	50
3	保健相談日程表	51
4	保健管理センター運営委員	52
5	鳥取大学保健管理センター規則	52
6	保健管理センター機構図	56
7	沿革	57



I 保健管理業務実施状況

1 学生数と職員数

(1) 学生数の推移

平成24年5月1日現在の鳥取大学学生数は、6,537人（男4,281人、女2,256人）であった。（表1～3）

表1. 学部学生

学部	年次 学科・課程	1年次(12)			2年次(11)			3年次(10)			4年次(09)			5年次(08)			6年次(07以前)			計		
		男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	合計
地域	地域政策	29	23	52	26	26	52	41	18	59	28	25	53	8	3	11	5	1	6	137	96	233
	地域教育	18	33	51	13	44	57	18	36	54	17	33	50	4	4	8	4	3	7	74	153	227
	地域文化	17	40	57	16	37	53	17	35	52	9	39	48	2	2	4	1	2	3	62	155	217
	地域環境	29	18	47	24	25	49	24	26	50	35	14	49	5		5	2		2	119	83	202
	小計	93	114	207	79	132	211	100	115	215	89	111	200	19	9	28	12	6	18	392	487	879
医	医	67	38	105	62	45	107	71	30	101	68	22	90	56	24	80	63	32	95	387	191	578
	生命	21	22	43	21	18	39	21	19	40	23	18	41	2		2	1		1	89	77	166
	保健 看護	12	69	81	13	67	80	16	66	82	6	80	86		3	3	2		2	49	285	334
	検査	13	29	42	12	28	40	17	25	42	14	28	42	1	1	2	1		1	58	111	169
	計	25	98	123	25	95	120	33	91	124	20	108	128	1	4	5	2	1	3	107	396	503
小計	113	158	271	108	158	266	125	140	265	111	148	259	59	28	87	66	33	99	583	664	1247	
工	機械	66	6	72	74		74	65	1	66	69	2	71	13	1	14	9		9	296	10	306
	知能情報	61	3	64	57	6	63	55	5	60	51	2	53	20	3	23	14		14	258	19	277
	電気電子	64	3	67	72	2	74	71	1	72	69	3	72	23		23	16		16	315	9	324
	物質	49	12	61	46	14	60	39	20	59	46	13	59	10	1	11	5		5	195	60	255
	生物応用	19	21	40	26	17	43	20	18	38	29	18	47		2	2	1		1	95	76	171
	土木	57	5	62	61	5	66	58	2	60	61	6	67	17	1	18	12		12	266	19	285
	社会開発システム	51	9	60	62	5	67	52	8	60	55	9	64	23		23	12		12	255	31	286
	応用数理	37	3	40	34	8	42	39	4	43	37	4	41	11		11	6	1	7	164	20	184
	小計	404	62	466	432	57	489	399	59	458	417	57	474	117	8	125	75	1	76	1844	244	2088
	農	生物資源環境	104	98	202	111	96	207	107	97	204	108	96	204	20	6	26	16	3	19	466	396
獣医	16	22	38	16	21	37	15	20	35	19	14	33	18	16	34	18	24	42	102	117	219	
小計	120	120	240	127	117	244	122	117	239	127	110	237	38	22	60	34	27	61	568	513	1081	
合計	716	454	1184	767	464	1210	735	431	1177	674	426	1100	226	67	300	567	67	254	3387	1908	5295	

表2. 大学院学生

研究科 年次	1年次(12)			2年次(11)			3年次(10)			4年次(09以前)			計		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	合計
地域学(修士)	15	11	26	18	12	30	4	3	7	8	4	12	45	30	75
医学系															
博士課程	14	6	20	27	8	35	16	11	27	38	12	50	95	37	132
博士前期(臨床心理2年)	2	10	12	2	7	9							4	17	21
博士前期(生命2年)	9	5	14	2	7	9							11	12	23
博士後期(生命3年)		1	1	1	1	2	1	3	4		1	1	2	6	8
博士前期(保健2年)	11	9	20	6	9	15					1	1	17	19	36
博士後期(保健3年)	2	3	5	2	5	7	3	2	5	3	3	6	10	13	23
博士前期(機能2年)	14	3	17	11	2	13							25	5	30
博士後期(機能3年)	4	2	6	1	2	3	2	3	5	7	2	9	14	9	23
工学															
博士前期(2年)	214	16	230	177	23	200	10		10				401	39	440
博士後期(3年)	7		7	13	4	17	21		21	21	1	22	62	5	67
農学(修士2年)	30	24	54	40	34	74	6	3	9				76	61	137
連合(博士3年)	12	7	19	17	4	21	22	11	33	28	14	42	79	36	115
合計	334	97	431	317	118	435	85	36	121	105	38	143	841	289	1130

表3. 研究生・聴講生等

学部等	研究生			聴講生等			計		
	男	女	計	男	女	計	男	女	合計
地域学部	10	5	15	19	26	45	29	31	60
医学部									
工学部				6	5	11	6	5	11
農学部	1	2	3	3	9	12	4	11	15
地域学研究科	1		1	3	3	3	1	3	4
医学系研究科	4	5	9				4	5	9
工学研究科	7	1	8				7	1	8
農学研究科				2	2	2	2	2	2
その他	2	1	3				2	1	3
合計	25	14	39	28	45	73	53	59	112

過去5年間の学生数の年次変化は、表4および図1に示す。図2の女子比率とは、学生数に占める女子学生の割合である。

表4. 学生数の年次変化

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
男子学生数	4,253	4,230	4,372	4,355	4,281
女子学生数	2,098	2,155	2,233	2,259	2,256
合 計	6,351	6,385	6,605	6,614	6,537
女子比率	33.6%	33.7%	33.8%	34.2%	34.5%

図1

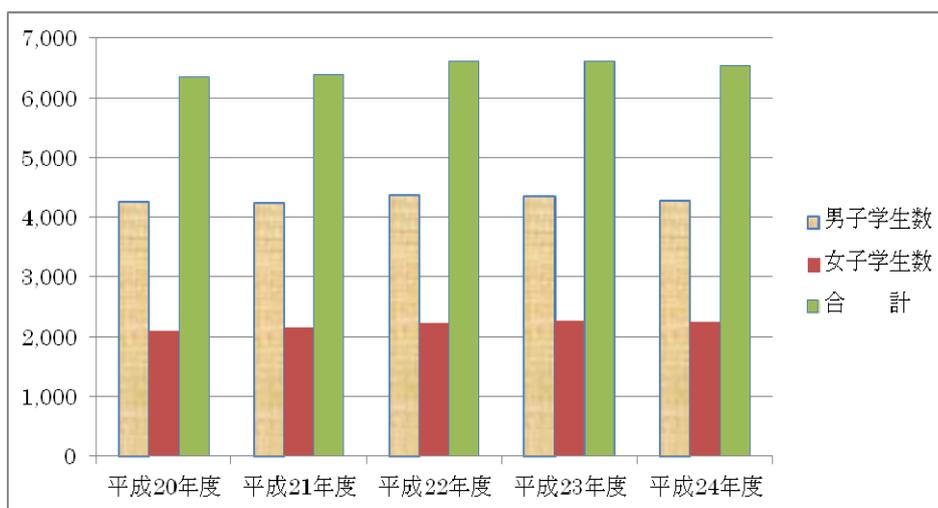
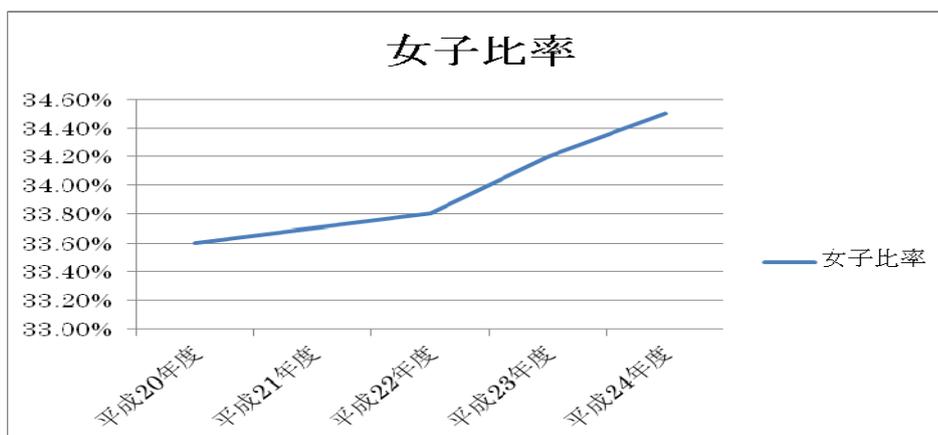


図2



(2) 休学者数の推移

平成24年5月1日現在の鳥取大学休学者については、学部103人(男75人、女28人)、大学院74人(男52人、女22人)であった(表5、表6)。過去5年間の休学者数を表7に示す。

表5. 学部学生

学部	年次 学科・課程	1年次(12)		2年次(11)		3年次(10)		4年次(09)		5年次(08)		6年次(07)		06入学以前		計		
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	合計
地域	地域政策					1		2		2		1		1	1	6	2	8
	地域教育			1		1			2						2	1	5	6
	地域文化						2	1	2		1					3	3	6
	地域環境						1		1		1		1			3	1	4
医	医			2	1					2		3				7	1	8
	生命		1					2	1		1					3	2	5
	保健				1					1		1				1	2	3
工	機械	1				1		2		1	1			1		6	1	7
	知能情報							2		1	1			1		4	1	5
	電気電子							1		1		1				3		3
	物質				2			1		4	1	1				8	1	9
	生物応用		1														1	1
	土木				2		1				1		2			6		6
	社会開発システム				2			1	1		3		1			7	1	8
	応用数理									1						1		1
農	生物資源環境					2		4	4	6	1	1		1	1	14	6	20
	獣医					2			1							2	1	3
合計		1	2	9	2	8	4	17	10	23	6	13		4	4	75	28	103

表6. 大学院学生

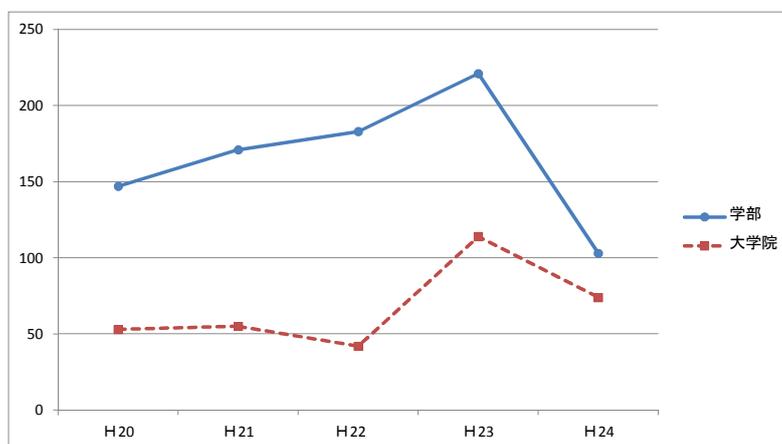
<修士・博士前期>

研究科	年次	1年次(12)		2年次(11)		3年次(10) 以前		計		
		男	女	男	女	男	女	男	女	合計
地域学研究科				1	1	4	2	5	3	8
医学系研究科		2					1	2	1	3
工学研究科				4		5		9		9
農学研究科		1		2	1	1	2	4	3	7
合計		3		7	2	10	5	20	7	27

<博士・博士後期>

研究科	年次	1年次(12)		2年次(11)		3年次(10)		4年次(09)		5年次(08以前)		計		
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	合計
医学系研究科				1		2	1	4	3	8	6	15	10	25
工学研究科						4		3		6	1	13	1	14
連合農学研究科									1	4	3	4	4	8
合計				1		6	1	7	4	18	10	32	15	47

表7. 休学者年次推移



(3) 職員数

平成24年5月1日現在の職員総数は2,022人で、鳥取地区職員は722人、米子地区職員（医学部）は1,300人であった。（表8）

表8. 平成24年度鳥取大学職員数

平成24年5月1日

区 分	学長	理事	監事	副学長	学長補佐	教授	准教授	講師	助教	助手	教諭	小計	事務職員	技術職員等	小計	計	
事務局	1	5	2									8	135	15	150	158	
												併任(9) 兼任(4)					
技術部														61	61	61	
保健管理センター						1	1					2		2	2	4	
附属図書館													13		13	13	
附属学校部													4	1	5	5	
附属小学校											18	18				18	
附属中学校											24	24				24	
附属特別支援学校											31	31				31	
附属幼稚園											6	6				6	
地域学部						32	30	3				65	10		10	75	
附属芸術文化センター						6	1					7				7	
医学部						56	43	30	90			219	86	18	104	323	
附属病院						3	9	31	97			140	3	805	808	948	
大学院医学系研究科						7	4	2	8			21				21	
大学院工学研究科						54	44	4	29			131				131	
工学部													15		15	15	
農学部						37	31	5	8			81	13		13	94	
附属フードサイエンスセンター						3	1	1				5				5	
附属菌類きのこ遺伝資源研究センター						3	1		3			7				7	
附属鳥由来人獣共通感染症疫学研究センター									1			1				1	
附属動物医療センター						1						1				1	
大学院連合農学研究科						1						1				1	
乾燥地研究センター						4	6		4			14	6		6	20	
大学教育支援機構						8	15		1			24				24	
総合メディア基盤センター						2	3		2			7				7	
国際交流センター						1	4	2				7				7	
生命機能研究支援センター						1	3		3			7				7	
産学・地域連携推進機構						2	2	1	1			6				6	
イノベーション科学センター							1					1				1	
染色体工学研究センター						1						1				1	
合 計	1	5	2			併任(6) 兼任(4)	併任(3)	223	199	79	247	79	835	285	902	1,187	2,022

2 業務概要

1. 年間業務

平成24年度年保健管理センター業務実施状況を表1に示す。

表1. 平成24年度保健管理センター業務実施状況

月	日	事業	対象者	内容
4	4.5 13 6 11～19 23～27 27 27	入学時健康診断 (鳥取地区) (米子地区) 入学式オリエンテーション 学生春季定期健康診断 (鳥取地区) (米子地区) 保健管理センター運営委員会 電離放射線健康診断 (米子地区)	新入生 新入生、留学生 2年次以上学部学生・ 大学院生・研究生 運営委員 学生・教職員	健康診断票及び麻疹など予防接種歴に関するアンケート記入、 身体計測、尿検査、血圧測定、問診 胸部X線間接撮影 保健管理センターについて説明(事業内容、利用方法、 AED、麻疹など) 問診票記入、身体計測、血圧測定、尿検査、診察 胸部X線間接撮影(学部4年生以上、大学院生(修士・博士) 研究生・医学部学生は全員) 保健管理センター運営について報告・協議 自覚症状、診察、血液検査、皮膚症状等
5	14 15.17.28 10 16～18 ～31	健康診断証明書発行開始 電離放射線健康診断 (鳥取地区) (米子地区) 健康診断二次検査 麻疹についての調査票回収	学生(健診受診者) 学生・教職員 要再検査者(胸部X線) 新入生	平成24年度健康診断証明書発行 被曝量・自覚症状チェック、血液検査、皮膚症状等診察 および健診省略者、要再検査者、放射線業務可否の判定 胸部X線間接撮影に基づく要精密検査、病院紹介 麻疹についての調査票回収
6	6.7.13.14 4～8 5 7 12～ 19 21.22	クオンティフェロン検査 臨時健康診断(鳥取地区) 骨量測定 講演会 健康診断二次検査 ストレスマネジメント講演会 全国大学保健管理協会総会	医学部医学科1年生・編入生 水泳部 教職員 工学部学生 要再検査者 (血圧・尿検査要再検査者) 教職員 全国大学保健管理協会 の所長・教員	問診票記入、採血 自覚症状、血圧測定、尿検査、心電図、診察等 超音波踵骨測定装置を使用した骨量測定、生活指導等 講演「心の健康について」(中村所長) 血圧測定・尿検査・診察・問診・指導 講演「何を悩んでいるのか。学生は今。」(浦木カウンセラー) 京都大学、事業報告、事業計画、収支報告等
7	～24 4.5 4.5.11.12 17～ 25～	健康診断二次検査 クオンティフェロン検査 クオンティフェロン検査 臨時健康診断 アルコール健康障害の啓発 (年度末まで継続)	要再検査者 (血圧・尿検査要再検査者) 医学部学部編入生・大学院生 医学部保健学科1年生 中国五大学学生競技大会 夏季大会出場者 学生	血圧測定・尿検査・診察・問診・指導 問診票記入、採血 問診票記入、採血 問診票記入、尿検査・血圧測定・心電図検査、診察など アルコールパッチテスト・体質別指導
8	4.5 ～10 27 29～31	オープンキャンパス 臨時健康診断 骨量測定 第42回中国・四国大学 保健管理研究集会	来学者 中国五大学学生競技大会 夏季大会出場者 教職員 中国・四国大学保健管理 施設教職員	救護担当 問診票記入、尿検査・血圧測定・心電図検査、診察など 超音波踵骨測定装置を使用した骨量測定、生活指導等 香川大学、幹事会・総会・一般研究発表・特別講演・ 教育講演・看護分科会等
9	3 10 14 28 ～30	医学部編入学試験 (米子地区) 禁煙達成認定証授与式 保健管理センター運営委員会 サークルリーダー研修 抗体価検査・ワクチン接種 証明書回収 健康診断問診票ほか 各種提出書類の整理	受験生 禁煙達成学生 運営委員 サークルリーダー 医学部保健学科1年生 学生、教職員	救護担当 禁煙指導を受け禁煙達成した学生に禁煙達成認定証授与 保健管理センター運営について報告・協議 講演「お酒と健康」(三島准教授) 麻疹・風疹・ムンプス・水痘・B型肝炎抗原抗体検査結果 およびワクチン接種証明書の回収および指導 学生健康診断票、健康相談管理記録、麻疹調査票 抗体検査結果など各種提出書類整理

10	1～ 2 電離放射線健康診断 3.4 ? 13 24～ 17.18 19 20.21 24	禁煙のススメ月間 採血実習 電離放射線健康診断 (鳥取地区) (米子地区) 留学生オリエンテーション 臨時健康診断 第48回全国大学保健管理 研究集会 国立大学法人等保健管理施設 協議会総会 A0入試 クオンティフェロン検査	学生、教職員 医学部医学科4年生 学生・教職員 留学生 中国五大学学生競技大会 冬季大会出場者 全国大学保健管理施設 教職員 保健管理施設の所長・教員 受験生 要再検査者(判定保留)	禁煙相談 採血実習介助 被曝量・自覚症状チェック、血液検査、皮膚症状等診察 および健診省略者、要再検査者、放射線業務可否の判定 保健管理センターオリエンテーション 問診票記入、尿検査・血圧測定・心電図検査、診察など 神戸大学、総会・研究発表・基調講演・シンポジウム等 兵庫教育大学、総会・事業報告・事業計画等 救護担当 問診票記入、採血、病院紹介など
11	3 5 7 ～9 18 19～28 26.30. 30	オープンキャンパス米子地区 救急処置・応急手当講習会 電離放射線健康診断 (米子地区) 臨時健康診断 推薦入試 健康診断二次検査 特別健康診断 クオンティフェロン検査	来学者 教職員 学生・教職員 中国五大学学生競技大会 冬季大会出場者 受験生 要再検査者 (やせ要再検査者) 鳥取地区外国人留学生 要再検査者(判定保留)	救護担当 救急処置、AEDを用いた応急手当の講習 被曝量・自覚症状チェック、血液検査、皮膚症状等診察 および健診省略者、要再検査者、放射線業務可否の判定 問診票記入、尿検査・血圧測定・心電図検査、診察など 救護担当 問診票記入、身長・体重・体脂肪・骨量等測定、診察、指導 カウンセリング等 問診票記入、胸部X線直接撮影、尿検査、血圧測定、診察 および要精密検査対象者の病院紹介等 問診票記入、採血、病院紹介など
12	～3 4 8 10 13～ 21 21	インフルエンザ・ノロウイルス等の予防教育 特殊健康診断 骨量測定 キャンパス駅伝 電離放射線健康診断 (鳥取地区) 健康診断二次検査 保健管理センター運営委員会 食事・運動に関する 健康教育セミナー 次年度健康診断計画	学生・教職員 学生(有機溶剤使用) 教職員 学生・教職員 学生・教職員 要再検査者 (血圧・尿検査要再検査者) 運営委員 BMI30以上の肥満学生 新入生、在学生	HP、掲示等で、インフルエンザ、ノロウイルス等の注意喚起 (流行状況に応じて、その後も継続) 問診票でスクリーニング、要検査学生の診察 超音波踵骨測定装置を使用した骨量測定、生活指導等 救護担当 被曝量・自覚症状チェック、血液検査、皮膚症状等診察 および健診省略者、要再検査者、放射線業務可否の判定 血圧測定・尿検査・診察・問診・指導 保健管理センター所長選考について審議の上決定 講演「健康な学生生活をおくるために～食事・運動・生活指導～」 次年度入学時及び春季定期健康診断実施についての計画
1	19.20.	大学入試センター試験	受験生	救護担当
2	8～10 16 19.26 25 27	推薦入試 医学部実習介助 グループワークトレーニング 一般入試前期日程試験 骨量測定 「センターだより」発行	受験生 医学部医学科学生 学生 受験生 教職員 学生・教職員・全国大学	救護担当 共用試験CBTにおける救護 ソーシャルスキルトレーニング 救護担当 超音波踵骨測定装置を使用した骨量測定、生活指導等 保健関係の資料・健康に関する情報提供等
3	8 7.8 12 20.21 20 21	医学部実習介助 獣医師免許申請時の健康診断 一般入試後期日程試験 第15回フィジカル・ヘルス・ フォーラム 全国大学保健管理協会 中国・四国地方部会 幹事会 中国・四国地方部会 保健・ 看護分科会運営委員会 保健管理センター報告書発行	医学部医学科学生 獣医師国家試験合格者 受験者 全国大学保健管理施設の 教員 地方部会世話人・幹事 保健・看護分科会運営委員 保健関係機関	共用試験CBTにおける救護 診察、獣医師免許申請に要する健康診断書発行 救護担当 岡山大学、特別講演・シンポジウム等 岡山大学にて地方部会の事業報告、事業計画、 平成25年度保健管理研究集会等の協議 保健看護分科会の事業報告、事業計画、 平成25年度情報交換会計画・HP担当報告等協議 センターの紹介・利用方法・利用状況・研究報告等

3 健康診断

(1) 学生の定期健康診断

<鳥取地区>

表1. 健康診断受診率（平成24年度）

学部・大学院 学科	地域	医 生・保	工	農 生物環境	農 獣医	大学院					合計
						地域（修）	工（修）	農（修）	工（博）	連（博）	
対象者数	879	166	2089	862	219	75	440	137	67	115	5049
受診者数	636	165	1390	556	112	44	350	103	14	35	3405
受診率（%）	72.4	99.4	66.5	64.5	51.1	58.7	79.5	75.2	20.9	30.4	67.4

項目別受診率

表2. X線検査受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	地域	医 生・保	工	農 生物環境	農 獣医	大学院					その他 （注）	合計
						地域（修）	工（修）	農（修）	工（博）	連（博）		
対象者数	453	166	1142	451	147	75	440	137	67	115	257	3450
受診者数	376	166	901	364	94	43	350	103	14	34	257	2702
受診率（%）	83.0	100.0	78.9	80.7	63.9	57.3	79.5	75.2	20.9	29.6	100.0	78.3

（注）その他は、本来のX線検査受診対象外の学部2・3年生のうち、24年度中に実習や海外渡航に行く予定の学生（257人）を示す。

表3. 尿検査受診結果（平成24年度）

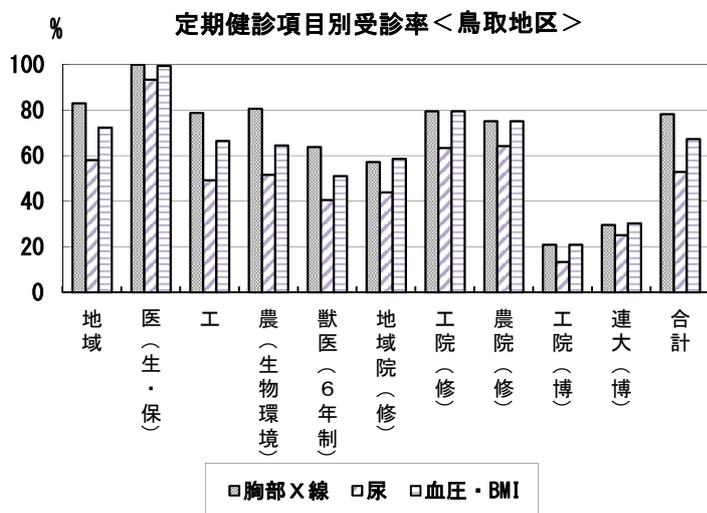
学部・大学院 学科	地域	医 生・保	工	農 生物環境	農 獣医	大学院					合計
						地域（修）	工（修）	農（修）	工（博）	連（博）	
対象者数	879	166	2089	862	219	75	440	137	67	115	5049
受診者数	511	155	1030	446	89	33	279	88	9	29	2669
受診率（%）	58.1	93.4	49.3	51.7	40.6	44.0	63.4	64.2	13.4	25.2	52.9

表4. 血圧測定受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	地域	医 生・保	工	農 生物環境	農 獣医	大学院					合計
						地域（修）	工（修）	農（修）	工（博）	連（博）	
対象者数	873	163	2138	859	156	78	420	169	71	139	5066
受診者数	608	162	1318	426	103	36	337	135	14	49	3188
受診率（%）	69.6	99.4	61.6	49.6	66.0	46.2	80.2	79.9	19.7	35.3	62.9

表5. BMI受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	地域	医 生・保	工	農 生物環境	農 獣医	大学院					合計
						地域（修）	工（修）	農（修）	工（博）	連（博）	
対象者数	879	166	2089	862	219	75	440	137	67	115	5049
受診者数	636	165	1390	556	112	44	350	103	14	35	3405
受診率（%）	72.4	99.4	66.5	64.5	51.1	58.7	79.5	75.2	20.9	30.4	67.4



<米子地区>

表1. 健康診断受診率（平成24年度）

学部・大学院 学科	学部		大学院							合計
	生命・保健	医	生命(修)	機能(修)	保健(修)	生命(博)	機能(博)	保健(博)	医(博)	
対象者数	503	578	23	30	57	8	23	24	142	1388
受診者数	428	293	17	22	34	6	5	0	9	814
受診率(%)	85.1	50.7	73.9	73.3	59.6	75.0	21.7	0	6.3	58.6

項目別受診率

表2. X線検査受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	学部		大学院							合計
	生命・保健	医	生命(修)	機能(修)	保健(修)	生命(博)	機能(博)	保健(博)	医(博)	
対象者数	503	578	23	30	57	8	23	23	129	1374
受診者数	428	293	17	22	34	6	5	0	3	808
受診率(%)	85.1	50.7	73.9	73.3	59.6	75.0	21.7	0	2.3	58.8

表3. 尿検査受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	学部		大学院							合計
	生命・保健	医	生命(修)	機能(修)	保健(修)	生命(博)	機能(博)	保健(博)	医(博)	
対象者数	503	578	23	30	57	8	23	24	129	1375
受診者数	276	215	10	11	28	3	3	23	3	549
受診率(%)	54.9	37.2	43.5	36.7	49.1	37.5	13.0	0	2.3	39.9

表4. 血圧測定受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	学部		大学院							合計
	生命・保健	医	生命(修)	機能(修)	保健(修)	生命(博)	機能(博)	保健(博)	医(博)	
対象者数	503	578	23	30	57	8	23	23	129	1374
受診者数	428	293	13	22	34	6	5	0	3	804
受診率(%)	85.1	50.7	17.0	73.3	59.6	75.0	21.7	0	2.3	58.5

表5. BMI受診結果（平成24年度）

学部・大学院 学科	学部		大学院							合計
	生命・保健	医	生命(修)	機能(修)	保健(修)	生命(博)	機能(博)	保健(博)	医(博)	
対象者数	503	578	23	30	57	8	23	23	129	1374
受診者数	428	293	17	22	34	6	5	0	3	808
受診率(%)	85.1	50.7	73.9	73.3	59.6	75.0	21.7	0	2.3	58.8

表6 健康診断二次健診受診率(平成24年度)

<鳥取地区>

平成24年6月～7月および11月～12月実施

(人)

健診項目	一次健診 受診者数	呼出した検査数値 所見・症状など	二次健診 対象者数	要精査率(%)	二次健診 受診者数	二次健診 受診率(%)
胸部レントゲン異常	2702	要精密検査	5	0.2%	5	100.0%
血圧	3405	150/90以上	110	3.2%	76	69.1%
尿検査	2669	糖 +-以上	12			
		潜血 +-以上	27			
		蛋白 1+以上	21			
		ウロビリ異常	1			
		計	61	2.3%	43	70.5%
診察	3405	所見あり	18	0.5%	18	100.0%
計	3405		194	5.7%	142	73.2%

<米子地区>

平成24年6月24日～平成23年7月19日実施

(人)

健診項目	一次健診 受診者数	呼出した検査数値 所見・症状など	二次健診 対象者数	要精査率(%)	二次健診 受診者数	二次健診 受診率(%)
胸部レントゲン異常	796	要精密検査	1	0.30%	1	100.0%
血圧	796	150/90以上	11	1.4%	9	81.8%
尿検査	545	糖 +-以上	0		0	
		潜血 +-以上	9		8	
		蛋白 1+以上	3		1	
		ウロビリ 1+以上	1		0	
		計	13	2.4%	9	69.2%
診察	796					
		計	0	0.0%	0	0.0%
BMI	796	30以上	8	1.00%	6	75.00%
		16以下	4	0.50%	2	50.00%
		計	12	1.5%	8	66.6%
計	796		37	4.6%	27	73.0%

(2) 学生の臨時健康診断

課外活動の健康診断

体育系サークルに入部している学生を対象に、諸大会の試合・合宿等に参加する際、健康診断を実施している。検査項目は、血圧測定、尿検査、心電図、内科診察等である。

平成 24 年度

実施期間	対象サークル名	受診人数
4/24	空手道部	2
6/4～8	中国五大学学生競技会夏季大会出場水泳部	14
6/26	空手道部	1
7/17～8/10	中国五大学学生競技会夏季大会出場部	159
10/22	空手道部	3
10/24～11/9	中国五大学学生競技会冬季大会出場部	89
合 計		268

(3) 留学生特別健康診断

平成 24 年度の留学生健康診断は、平成 24 年 11 月 26 日・30 日・平成 25 年 1 月 25 日に実施した。

受診者は 67 人（男 37 人、女 30 人）であった。

有所見者率（延）は、胸部 X 線検査 3.0%、血圧 0.0%、肝機能検査 0.0%、糖検査 1.5%、尿検査 6.0%であり、感染性疾患はなかった。

(4) 電離放射線健康診断

電離放射線に係る健康診断で、放射線に関わる業務を行うにあたり、新規に登録された場合は、問診票による調査・評価と電離放射線健康診断（血液、皮膚等の検査）を実施している。

また、登録継続の場合、前年 1 年間の実行線量が 5 mSv を超えず、かつ当該年度の予想される実行線量も 5 mSv を超えるおそれのない者については、問診票による調査・評価を行い、医師が必要と認めた場合を除き血液、皮膚等の検査は省略している。

平成 24 年度春季電離放射線健康診断

鳥取地区：平成 24 年 5 月 15・17・28 日 146 人に実施（うち 17 人に再検査を実施。）

米子地区：平成 23 年 4 月 27 日・5 月 10 日 5 人に実施

平成 24 年度秋季電離放射線健康診断

鳥取地区：平成 24 年 10 月 3 日 23 人に実施（うち 6 人に再検査を実施。）

平成 24 年 12 月 10 日 1 人に実施

米子地区：平成 23 年 10 月 5 日・11 月 7 日 169 人に実施

（5）学生特殊健康診断

有機溶剤又は特定化学物質を扱う研究室（作業環境測定を実施している研究室）に所属する学生を対象に、特殊健康診断調査票でスクリーニングを行い、自覚症状のある学生に対して、取扱物質の使用を始めてからその物質を原因とした症状である可能性が高い場合、診察・医療機関の紹介等を行っている。

平成 24 年度特殊健康診断調査票の提出 237 人

自覚症状あり 3 人(1.3%) →診察にて保護具使用等について指導

自覚症状なし 234 人 (98.7%)

調査票の質問項目の集計〔作業環境等の状況について〕

1. 取り扱っている物質の成分と有害性について 十分に認知している (94.1%) 認知が不十分である (5.9%)
2. 密閉設備または局所排気装置について 適切に使用している (99.6%) 適切に使用できていない (0.4%)
3. 保護具（呼吸用保護具、保護メガネ、ゴム手袋等）の着用について 適切に着用している (97.5%) 適切に着用できていない (2.5%)
4. 作業中での危険性の有無について（安全面・健康面） 作業中に安全面・健康面で危険を感じたことはない (95.8%) 作業中に安全面・健康面で危険を感じたことはある (4.2%)

（6）特別健康診断（結核診断検査）

医学部医学科・保健学科学生を対象に、実習（研究）において患者等との接触により感染の可能性が高いという理由から、結核の感染を事前にチェックし、二次感染を防ぐことを目的に実施している。

対象者		実施日	検査人数	再検査等について
①	医学科1年生 計102名	6月6日(月)	25	陽性3名、2回判定保留5名あり、 附属病院第3内科紹介受診。 (H25 現在治療終了している)
		7日(火)	25	
		13日(月)	25	
		14日(火)	27	
②	大学院1年生 ※1 (最大67名)	6月27日(月)	29	陽性1名と2回判定保留2名あり、 附属病院第3内科受診治療。
③	①及び②の未受験者、 編入学生10名	7月4日(月)	16	判定保留1名あり、附属病院第3 内科紹介受診。
④	保健学科1年生 計120名	7月4日(水)	検30	3名病院紹介
		5日(木)	看30	
		11日(水)	看20、検10	
		12日(木)	看30	

4 健康相談の利用状況

(1) 学生・職員の健康相談

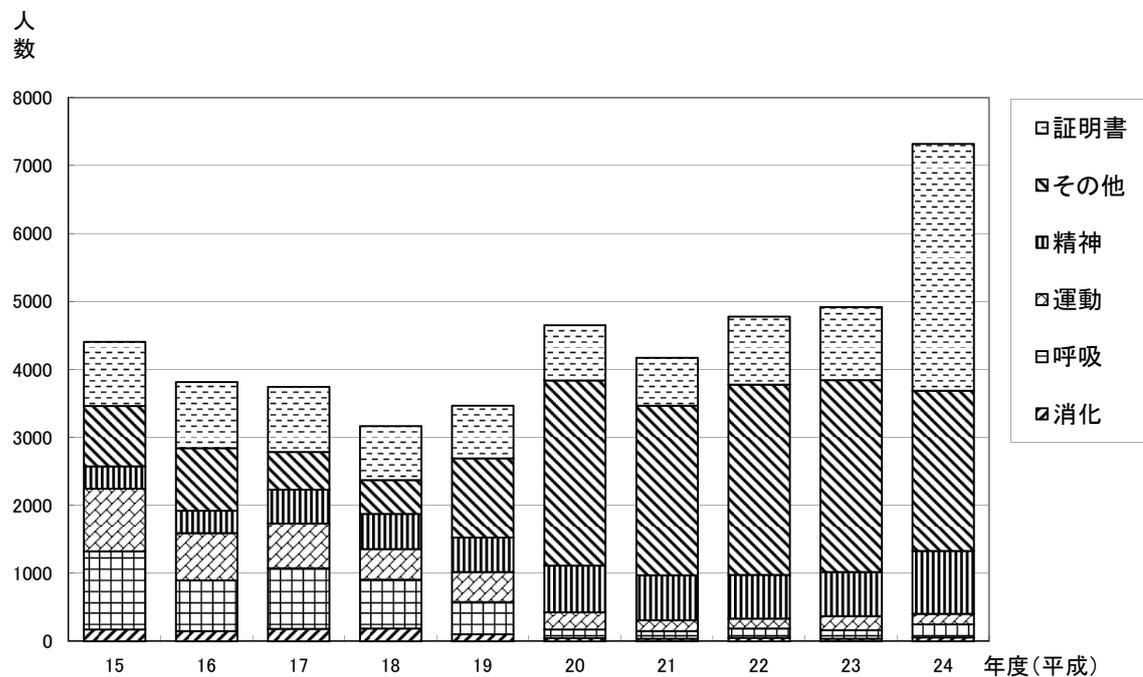


図1. 鳥取地区学生健康相談者数の推移(平成15年度～平成24年度)

注)23年度までは証明書発行件数。24年度は証明書発行枚数(24年度より自動発行機による発行が可能となったため)

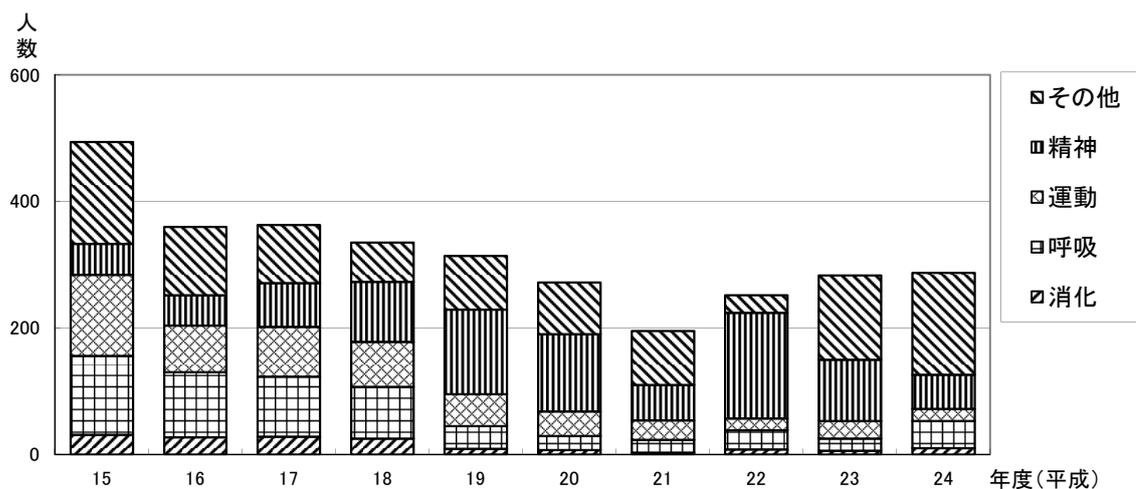


図2. 鳥取地区職員健康相談者数の推移(平成15年度～平成24年度)

平成24年度 健康相談集計表(鳥取地区学生)

区分		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	全体
健康相談	消化器	4	5	5	4	2	1	6	4	8	12	4	2	57
	呼吸器	15	18	29	22	4	6	15	29	25	21	4	4	192
	循環器									1				1
	代謝内分泌	1	1						1					3
	精神相談	46	79	73	95	76	62	128	83	81	82	66	53	924
	外科	9	15	35	11	5	3	26	23	11	13	3	3	157
	皮膚科	6	7	11	14	3	1	5	5	6	2	4		64
	耳鼻科		1	1	1	2				1	1	3		10
	眼科	1		2	1	1		1	1					7
	婦人科		1	1	3			1	1					7
	神経系疾患	5	3	9	3	1	1	1	2	4	3	2	1	35
	その他		1	2	18	6	76	3	2	10	3	5	27	153
	健康診断書(センター発行)	8	17	26	105	27	42	4	0	3	6	2	5	245
	保健業務	368	377	249	222	92	152	241	161	116	120	101	75	2274
計	463	525	443	499	219	344	431	313	266	265	191	170	4129	
センター発行枚数	19	85	41	112	36	42	4	0	5	3	10	15	372	
定期健康診断	一次	3416												3416
	二次	9	26	80	21	7	3	2	9	14		1	7	179
臨時健診	部活動			15	189	2		75						281
	留学生								66					66
	放射線従事者		146			11		23		1				181
	抗体価検査				120									120
	計	3425	172	95	330	20	3	100	75	15	0	1	7	4243
合計	3888	697	538	829	239	347	531	388	281	265	192	177	8372	
保健業務	急患対応			2	3	1		4	1	2		2	1	16
	相談予約	43	65	59	80	18	33	65	36	23	38	18	15	493
	保健指導	158	195	132	93	55	75	123	93	52	60	53	37	1126
	病院紹介	29	30	23	24	7	17	15	12	17	11	10	15	210
	休養室利用	8	8	7	9	3	4	4	6	6	3	5	4	67
	予防接種・抗体価検査に関すること	128	79	23	10	5	22	25	10	15	8	10	3	338
	救急バッグなど貸出	2		3	3	3	1	5	3	1		3		24
	その他													0
計	368	377	249	222	92	152	241	161	116	120	101	75	2274	
検査	血圧	3416	16	77	165	4	2	75	76	15	5	2	6	3859
	尿	2568	108	44	236	5	5	72	68	3	6	16	13	3144
	血液		134			11		18		1				164
	ECG			8	6			14						28
	体脂肪								9	7				16
	パッチテスト				17	6	74	4	4	2				107
	X線撮影	2711		1					65					2777
	視力									7				7
	聴力			2	1	2				7	1	1	2	16
	その他								9	13				22
計	8695	258	132	425	28	81	183	231	55	12	19	21	10140	
治療	予薬	29	34	51	41	29	20	28	49	40	43	18	7	389
	注射													0
	処置	13	15	35	16	8	3	26	20	15	13	3	3	170
	診断書・紹介状	1	7	6	2	5		5	2	7	2	2	20	59
	その他		1											1
計	43	57	92	59	42	23	59	71	62	58	23	30	619	
健康診断書	自動発行機発行枚数		770	378	241	211	116	201	29	44	110	314	843	3257

平成24年度 健康相談集計表(鳥取地区職員)

区分	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	全体		
健康相談	消化器				1	2				1		2	3	1	10
	呼吸器	7	5	1	2	2	2	5	5	2	4	4	4	43	
	循環器					1		1			1			3	
	代謝内分泌													0	
	精神相談	2	2	5	6	5	1	11	7	4	5	3	3	54	
	外科	3	1	1	4	2	1	2	2			2	1	19	
	皮膚科	1		1	5	2	2	4	2					17	
	耳鼻科					1						1		2	
	眼科													0	
	婦人科				1	1								2	
	神経系疾患	2	1		1	2		1				1	2	10	
	その他			15		21		1		15		11		63	
	保健業務	6	5	4	11	8	7	9	8	8	8			74	
計	21	14	27	31	47	13	34	25	29	20	25	11	297		
保健業務	急患対応											1	1		
	相談予約	2	2		2	2	1	1	2	1	2	2	3	20	
	保健指導	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	4	30	
	病院紹介	2	1	1	2	1	1		2	2	1	2	3	18	
	休養室利用				2	2	2	2	2	3	2	3	4	22	
	予防接種・抗体価検査に関すること													0	
	救急バッグなど貸出			2	2	1		3						8	
	その他													0	
計	6	5	4	11	8	7	9	8	8	8	10	15	99		
検査	血圧	2	1		1	4		1			1			10	
	血液													0	
	ECG					1								1	
	骨量			15		21				15		11		62	
	パッチテスト													0	
	その他													0	
計	2	1	15	1	26	0	1	0	15	1	11	0	73		
治療	予薬	9	5	2	8	6	3	7	7	1	5	8	5	66	
	注射													0	
	処置	4	1	1	7	3		3	3			2		24	
	診断書・紹介状							1			1			2	
	その他													0	
計	13	6	3	15	9	3	11	10	1	6	10	5	92		

平成24年度 健康相談集計表(米子地区学生)

区分	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	全体	
健康相談	消化器	5	7	10	5	1	1	8	8	2	2	1	50	
	呼吸器	19	15	14	11	1	2	14	14	22	12	1	125	
	循環器	2	1		1				1				5	
	代謝内分泌			1				1					2	
	精神相談	13	11	18	14	12	19	14	16	16	15	14	7	169
	外科		5	5	5	1	5	7	10	7	5	2		52
	皮膚科	5	5	2	4	2	1	3	1	1				24
	耳鼻科	5	1	2			1	5	1	3				18
	眼科									1				1
	婦人科	2	3	3	2			3	4		3	3		23
	神経系疾患	3	3		1	1		5	1					14
	その他	4	3	7	2	1	1	5	7	5		2		37
	健康診断書	4	9	8	21	8	9	5	3	1	2	3	1	74
	保健業務	146	147	153	79	72	76	168	179	139	123	102	82	1466
計	208	210	223	145	99	115	238	245	197	162	128	90	2060	
証明書発行枚数	10	31	14	30	10	11	5	3	1	3	13	1	132	
定期健康診断	一次	765											765	
	二次		2	4	9			1		1			17	
臨時健診	部活動						1	12					13	
	留学生												0	
	放射線従事者	4	42	3		2	45	3	2				101	
	抗体価検査												0	
計	769	44	7	9	2	0	47	15	3	0	0	0	896	
合計	977	254	230	154	101	115	285	260	200	162	128	90	2956	
保健業務	急患対応	3	2	1	2	1		1			1		11	
	相談予約	6	10	10	5	5	4	8	6	6	9	3	6	78
	保健指導	51	61	69	15	27	26	68	70	62	40	25	15	529
	病院紹介	12	11	15	14	6		13	15	13	25	11	9	144
	休養室利用	9	14	12	6	3	2	13	9	10	2	5	1	86
	予防接種・抗体価検査に関すること	19	5	3	3	3	3	4	2	2	4	5	13	66
	救急バッグなど貸出		1	1		1		2	4			1	0	10
	その他	33	31	31	28	19	27	47	52	37	35	44	35	419
計	133	135	142	73	65	62	156	158	130	115	95	79	1343	
検査	血圧	657	7	17	15	1	1	19	21	6	3	3	750	
	尿	20	108	3	8		1	3	12		1		156	
	血液	3	65	26	9	1		15	5				124	
	ECG	1							6				7	
	体脂肪	1	1	3	2	3	1	2		1			14	
	パッチテスト		1										1	
	X線撮影	764		1									765	
	視力			1										1
	聴力			2		2	1							5
	その他		1	1	1				1					4
計	1446	183	54	35	7	4	39	45	7	4	3	0	1827	
治療	予薬	28	27	23	22	5	3	30	28	29	14	6	215	
	注射		3	2	1			3	6		1		16	
	処置	6	9	9	7	3	4	8	11	9	5	2	73	
	診断書・紹介状		1	2	1			2	6	3	1		16	
	その他		1		1								2	
	計	34	41	36	32	8	7	43	51	41	21	8	0	322

平成24年度 健康相談集計表(米子地区職員)

区分	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	全体	
健康相談	消化器	1											1	
	呼吸器	1					1		2	1	1	1	7	
	循環器												0	
	代謝内分泌												0	
	精神相談						1	1					2	
	外科		1	3			1	1					6	
	皮膚科			1			1						2	
	耳鼻科												0	
	眼科												0	
	婦人科						1						1	
	神経系疾患												0	
	その他				1					1				2
	健康診断書													0
	保健業務	13	11	25	7	12	19	3	16	13	12	9	8	148
計	15	12	29	8	12	23	4	18	16	13	10	9	169	
保健業務	急患対応												0	
	相談予約							1	1				2	
	保健指導	2	2	4	2	1	5	1	3	4	2	2	30	
	病院紹介		1							1			2	
	休養室利用			1			4	1	1				7	
	予防接種・抗体価検査に関すること												0	
	救急バッグなど貸出												0	
	その他	11	8	16	5	11	10	2	11	7	9	7	6	103
計	13	11	21	7	12	19	3	16	13	12	9	8	144	
検査	血圧							1	1				2	
	尿												0	
	血液	2		8									10	
	ECG												0	
	体脂肪			1									1	
	パッチテスト												0	
	X線撮影												0	
	視力												0	
	聴力												0	
	その他			16										16
計	2	0	25	0	0	0	0	1	1	0	0	0	29	
治療	予薬	1		2	2		2		3		1	1	12	
	注射												0	
	処置		1	3			2	1					7	
	診断書・紹介状												0	
	その他												0	
	計	1	1	5	2	0	4	0	1	3	0	1	1	19

(2) 学生教育災害傷害保険の適用状況

平成24年度 学生教育災害傷害保険を適用した事故発生件数

単位(件)

区分	通院日数				計	左のうち 入院を伴 った数	備考
	1~9日	10~19日	20~29日	30日以上			
正課中	8	2	1	0	11	2	
施設内	2	0	0	0	2	0	
通学中	0	1	0	0	1	1	
課外 活動中	1	0	0	8	9	6	対象外 1
	11	3	1	8	23	9	

- 1 死亡事故はなし。
- 2 支払い保険の内訳
 - ② 死亡保険金 0件
 - ③ 後遺傷害保険金 1件
 - ④ 医療保険金 24件 (総額1,842,000円)

平成24年度 学生教育研究災害傷害保険金支払い状況

発生区分	クラブ名等	病名	支払金額(円)
正課中	実験中 3件	右手首切創・右大腿部打撲	12,000
〃	実習中 2件	右手指切創・下顎骨骨折	97,000
〃	講義 1件	歯牙骨折	6,000
学校行事	卒業式・環境整備 2件	鼻骨骨折・蜂刺傷	46,000
〃	健スポ・五大 3件	右膝靭帯損傷・骨挫傷	51,000
学校施設内	卒業研究中 2件	首捻挫・右足切傷	9,000
通学中	工学部 1件	右膝頭骨折	55,000
課外活動中	ラグビー部 1件	右肩脱臼	62,000
〃	サッカー部 2件	右膝前十字靭帯損傷	896,000
〃	アメフト 1件	左足首靭帯損傷	50,000
〃	バスケットボール 3件	右膝前十字靭帯損傷	278,000
〃	フットサル 2件	右膝前十字靭帯断裂	280,000
計	23件		1,842,000

1. 平成24年度の保険請求件数は23件
内訳は正課中11件・通学中1件・学内事故2件・課外活動中9件で、平成23年度比では14件減少したが、総額では443,000円の増であった。なお、保険金の最高額はサッカー部のケガで750,000円であった。
2. 学研災に加入しているにもかかわらず、届け出の方法がわからなかったり、保険請求を忘れていている者がいる可能性がある。

5 精神健康部門

平成24年度の学生相談・精神保健相談

中村準一

はじめに

大学における学生相談・精神保健相談の役割は、主に学生のメンタルヘルスの保持・増進に関係しており、最近ことに大学保健管理活動の中でも重要な位置を占めている。大学におけるこれらの保健活動は、成長過程にある学生の人格形成を援助し、社会性、独自性を育む教育活動の一環として捉える必要があると思われる。

本節では平成24年度の学生相談・精神保健相談について鳥取地区と米子地区に分けて報告する。鳥取地区では専任の精神科医1人、学校医1人(週2時間)、非常勤臨床心理士1人(週16時間)、米子地区では学校医3人(各学校医 月1時間)、非常勤臨床心理士1人(週8時間)で行われている。

1. 学生相談・精神保健相談来談者数

1) 鳥取地区

平成24年度の月別来談者数を図1に示した。平成24年度は10月の128人が最も来談者数が多く、4月が46人と1番少なく、合計924人であった。平成23年度は合計649人であり、平成24年度は275人も増加していた。

2) 米子地区

平成24年度の月別来談者数を図2に示した。平成24年度は9月の19人が最も来談者数が多く、3月が7人と1番少なく、合計169人(平成23年度133人)であった。

3) 鳥取地区と米子地区

平成24年度の両地区の学生相談・精神保健相談来談者数は、合計1,093人であった。

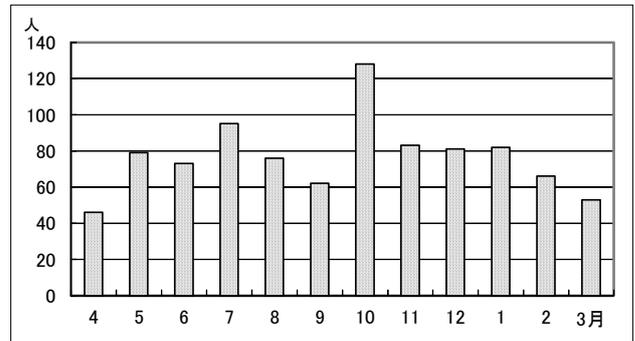


図1 鳥取地区の月別来談者数

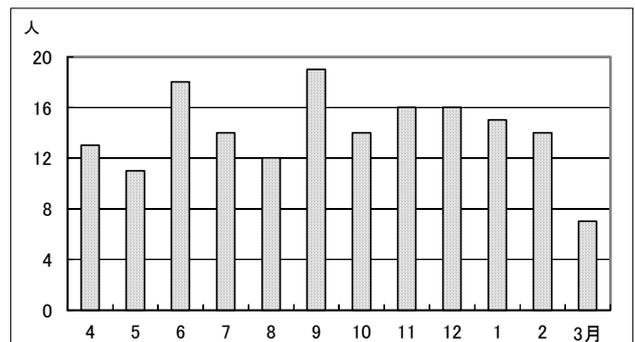


図2 米子地区の月別来談者数

2. その他

職員相談は、主に学生対応に関することが多く、鳥取地区54人、米子地区2人であり、両地区56人であった。

おわりに

学生相談・精神保健相談においては、学生の悩みを相談員のみで援助することが難しいケースも少なくない。学生にとってより望ましい状況・環境になるのであれば、プライバシーを尊重し学生の了解を取り、家族、友人や教職員と連携し、適切に対応することが大切であると思われる。

6 特別事業報告

健康セミナー・AED講習会・講演会の開催（平成24年度）

中村準一 三島香津子

I. 健康セミナー

1. セミナーの経緯

昭和48年に健康増進セミナーを開催し、早いもので38年経った。平成8年度以前の数年間は、大山の中国・四国国立大学共同研修所に宿泊し「大山スキーセミナー」をおこなった。

平成9年度からは日々欠かすことのできない身近な「食」をテーマとして、健康増進セミナーを開催した。学生が栄養のバランスのとれた食生活に関心を持ち、自ら食事を工夫し、健康の自己管理に関する意識を高めることを目標に企画した。

また、平成11年度からは、学生の生活習慣に関する問題が多いことに着目し、日常の生活習慣に対する健康意識をさらに高めるために「肥満とやせ」をテーマに健康セミナーを実施した。

上記のような経過をたどり、平成16年度から平成19年度の4年間は鳥取県東部福祉保健局との共催により健康セミナーを開催した。

2. 生活習慣病予防セミナー

平成24年11、12月、学生を対象に三島先生による個別指導と健康セミナーをおこなった。生活習慣改善、栄養指導、やせ・肥満の健康障害などの内容について指導した。

3. アルコール健康セミナー

平成24年9月28日、課外活動サークルリーダー研修会において、三島先生による「お酒と健康」の講演をおこなった。

また、アルコールパッチテスト実施し、体質別指導とともに、アルコールの代謝、アルハラ、アルコール健康被害、などに関して分かりやす

く、詳細に指導した。

II. 自動体外式除細動器（AED）講習会

以前はAEDを使用できるのは医師や救急救命士に限られていましたが、平成16年7月から一般市民も使えるようになりました。

本学では平成18年1月から学内にAEDを設置し、心臓停止状態の発生にそなえ、救急車が到着するまでの救命措置として、迅速に対応が出来るよう各部署にAEDを設置しました。

平成24年度の講習会は、11月5日（午後1時から5時、トレーニングルーム）、教職員21名が参加され、鳥取県東部広域行政管理組合湖山消防署のご協力のもと心肺蘇生法、AEDの使用法等についてご指導頂きました。鳥取県東部広域行政管理組合湖山消防署の職員の方々に厚く御礼申し上げます。

III. 講演会

平成24年6月19日、臨床心理士の浦木先生が教職員を対象に「何を悩んでいるのか。学生は今。」の演題で講演会が開催された。学生相談の内容、相談学生の背景などからの検討をもとに詳細に説明され、参加者は89名であった。

その他、工学部電気電子学科1年生を対象に「学生と健康」と題して講演した。

今後も引き続き健康セミナー・AED講習会・講演会を開催したいと考えていますので、多くの学生・教職員の皆様のご参加をお待ちしております。

保健管理

センターだより

NO. 43 平成25年2月1日



目次

睡眠障害について — 原因、治療 —	中村 準一	2
おいしく食べて、健康な毎日！ ～食生活から始める生活習慣病予防～	三島 香津子	4
「とっとりキャンパスライフ2012」抜粋と 「保健管理センター利用案内」	浜本 扇代	7
メンタルの強さって？	松原 典子	8
平成24年度学生健康診断結果について		11
平成24年4月～平成24年12月健康相談(学生および職員)		15
平成24年度学生教育災害傷害保険請求状況	飯田 啓子	18
学研災付帯賠償責任保険加入状況(平成20年度～平成24年度)		19
掲示板		21

鳥取大学保健管理センター

※この保健管理センターだよりは、保健管理センターのホームページにも載せてあります。

<http://www.tottori-u.ac.jp/dd.aspx?menuid=2185>

Ⅱ 調査及び研究報告

鳥取大学における休学者の検討（平成 22 年度・第 15 報）

鳥取大学保健管理センター 中村準一 三島香津子

はじめに

保健管理センター報告書（平成 23 年度）では、平成 21 年度の休学者について報告¹⁾したが、本稿では平成 22 年度の休学者について検討してみたい。従来から、大学生の休学・退学・留年については多方面から検討されてきた。大学生が休学する原因は進路再考，進路変更，大学再受検，学業不振，海外留学，海外渡航，資格試験準備，病気，病気療養，交通事故，経済的理由，家庭の事情などさまざまであると報告²⁾されている。

I. 対象と方法

平成 22 年度鳥取大学に在籍した学部学生で、同年度に休学した学生を対象に実態調査をおこなった。平成 22 年 4 月 30 日現在の各学部在籍学生数を使用した。本稿では 6 年制学部の医学部医学科，農学部獣医学科の 5，6 年生についても，4 年制学部学科と同様に平成 17 年度以前の入学者として統計処理したことをお断りしておく。本調査では，本人から提出された書類などを判断の材料として，プライバシーを十分に配慮したうえでおこなった。

II. 結果

1. 学部別，男女別の休学学生数

平成 22 年度の休学学生は，地域学部では男子 17 人・女子 10 人・全地域学部学生 27 人，医学部では男 25 人・女子 10 人・全医学部学生 35 人，工学部では男子 86 人・女子 3 人・全工学部学生 89 人，農学部では男子 21 人・女子 11 人・全農学部学生 32 人で，全学部の休学学生は 183 人（男子 149 人・女子 34 人）であった（図 1）。

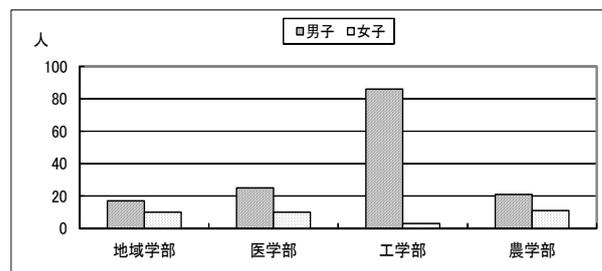


図 1 学部別の休学学生数

2. 学部別，男女別の休学率

各学部の在籍学生数に対する休学学生数の割合（学部別の休学率）についてみると，地域学部では男子 4.34 %・女子 2.14 %・全地域学部学生 3.14 %，医学部では男子 4.27 %・女子 1.57 %・全医学部学生 2.87 %，工学部では男子 4.56 %・女子 1.24 %・全工学部学生 4.19 %，農学部では男子 3.65 %・女子 2.16 %・全農学部学生 2.95 %であり，男子学生の休学率は 4.34 %，女子学生のそれは 1.83 %であり，全学生では 3.46 %であった（図 2）。

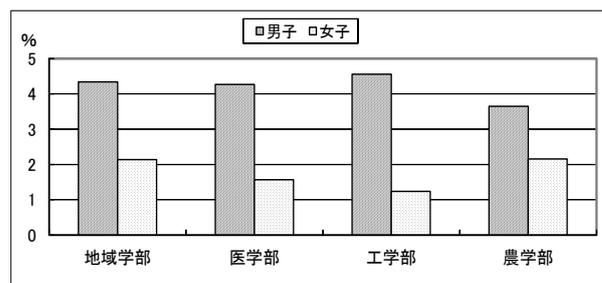


図 2 学部別の休学率

3. 入学年度別の休学学生数

休学学生の入学年度を平成 22 年度，平成 21 年度，平成 20 年度，平成 19 年度，平成 18 年度以前の 5 分類にして比べてみる。

休学学生数についてみると平成 22 年度入学では男子 12 人・女子 6 人・全学生 18 人，平成 21

年度では男子 19 人・女子 6 人・全学生 25 人，平成 20 年度では男子 27 人・女子 6 人・全学生 33 人，平成 19 年度では男子 29 人・女子 5 人・全学生 34 人であり，平成 18 年度以前においては男子 62 人・女子 11 人・全学生 73 人であった（図 3）。

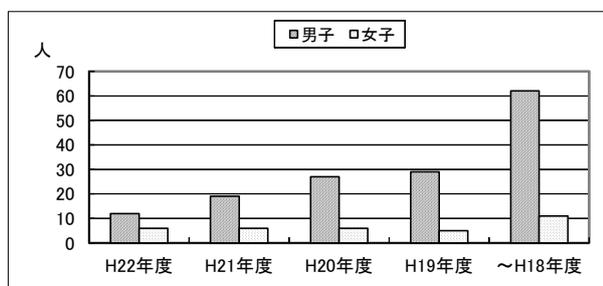


図 3 入学年度別の休学学生数

4. 入学年度別の休学率

各入学年度在籍学生数に対する休学学生数の割合（入学年度別の休学率）についてみると，平成 22 年度では男子 1.58 %・女子 1.39 %・全学生 1.51 %，平成 21 年度では男子 2.48 %・女子 1.42 %・全学生 2.10 %，平成 20 年度では男子 3.58 %・女子 1.42 %・全学生 2.80 %，平成 19 年度では男子 4.09 %・女子 1.13 %・全学生 2.96 %，平成 18 年度以前では男子 13.90 %・女子 8.15 %・全学生 12.56 %であった（図 4）。

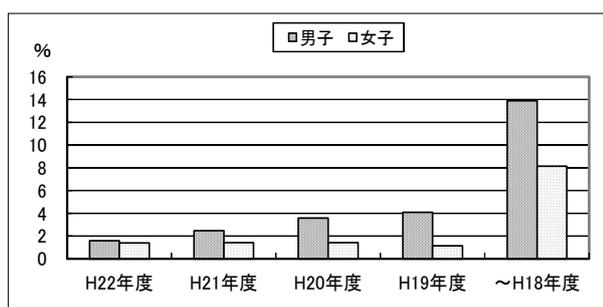


図 4 入学年度別の休学率

Ⅲ. 考 察

全国大学メンタルヘルス研究会の研究班によると国立大学の平成 22 年度平均休学率は 2.49 %と報告³⁾されている。この休学率は大学によりかなり開きがあるともいわれている。

当大学における平成 22 年度の休学学生は 183 人で，全学生数に対する休学学生数の割合（休学率）は 3.46 %であり，国立大学の平均値よりも 0.97 %高値を示していた。また，男女別の休学率では，当大学の休学率は男子 4.34 %・女子 1.83 %であり，男子学生の方が女子学生の約 2.4 倍高く，全国の国立大学の休学率（男子 2.72 %，女子 2.06 %）と比べて，男子の休学率は 1.62 %高く，女子では 0.23 %低かった。

次に，入学年度から休学学生を検討してみたいと思う。全入学年度において男子の休学率は女子の休学率よりも高かった。男女ともに在籍 5 年以上で休学率が高くなる傾向がみられ，この傾向は平成 10 年度から平成 21 年度までの調査でも同様の傾向を示し，平成 22 年度も追認する結果であった。

大学が休学学生を減らすためには，入学早期から学生が自ら勉強・研究への興味・関心を持てるように指導するとともに，日頃から学生の大学生活・修学状況や学生の心身状態への関心を持ち続けることも重要であると思われる。

おわりに

当大学における平成 22 年度の休学学生について，学部別，入学年度別，男女別などの点から平成 21 年度以前までの結果と全国の国立大学における休学者の調査と比較し，検討した。

文 献

- 1) 中村準一ほか：鳥取大学における休学者の検討. 保健管理センター報告書 26: 21-22, 2013
- 2) 中島潤子ほか：大学における休・退学，留年学生に関する調査. 第 20 回全国大学メンタルヘルス研究会報告書. 香川大学, 1999
- 3) 内田千代子：大学における休・退学，留年学生に関する調査（第 33 報）. 「大学における休・退学，留年学生に関する調査」福島大学, 2013

鳥取大学における退学者の検討（平成 22 年度・第 15 報）

鳥取大学保健管理センター 中村準一 三島香津子

はじめに

従来から、大学生の休学・退学・留年については、各分野の方々から多面的に検討されてきた。そして、大学生が退学する原因は進路変更，大学再受検，単位取得不足，修学年限満了，就職，疾病，事故死，経済的理由，家庭の事情など様々であると報告¹⁾されている。

本稿では当大学における平成 22 年度の実態調査の結果をもとに、若干の考察を加えて報告する。

I. 対象と方法

平成 22 年度鳥取大学に在籍した学部学生で、同年度に退学した学生を対象に実態調査をおこなった。平成 22 年 4 月 30 日現在の各学部在籍学生数を使用した。本稿では、6 年制学部の医学部医学科，農学部獣医学科の 5，6 年生についても、4 年制学部学科と同様に平成 17 年度以前の入学者として統計処理した。

本調査では、本人から提出された書類などを退学状況の判断材料として、プライバシーを十分に配慮したうえで、退学について調査をおこなった。

II. 結 果

1. 学部別，男女別の退学学生数

平成 22 年度の退学学生は、地域学部では男子 7 人・女子 2 人・全地域学生 9 人，医学部では男子 6 人・女子 4 人・全医学部学生 10 人，工学部では男子 46 人・女子 3 人・全工学部学 49 人，農学部では男子 11 人・女子 5 人・全農学部学生 16 人であり，全学部の退学学生は 84 人（男子 70 人・女子 14 人）であった（図 1）。

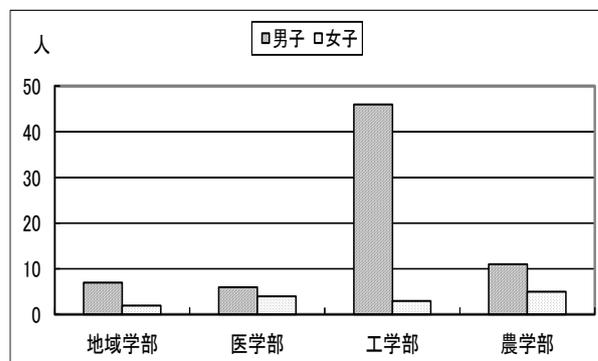


図 1 学部別の退学学生数

2. 学部別，男女別の退学率

各学部在籍学生数に対する退学学生数の割合（学部別の退学率）についてみると，地域学部では男子 1.79 %・女子 0.43 %・全地域学部学生 1.05 %，医学部では男子 1.03 %・女子 0.63 %・全医学部学生 0.82 %，工学部では男子 2.44 %・女子 1.24 %・全工学部学生 2.31 %，農学部では男子 1.91 %・女子 0.98 %・全農学部学生 1.47 %であり，男子学生の退学率は 2.04 %，女子学生のそれは 0.76 %であり，全学生では 1.59 %であった（図 2）。

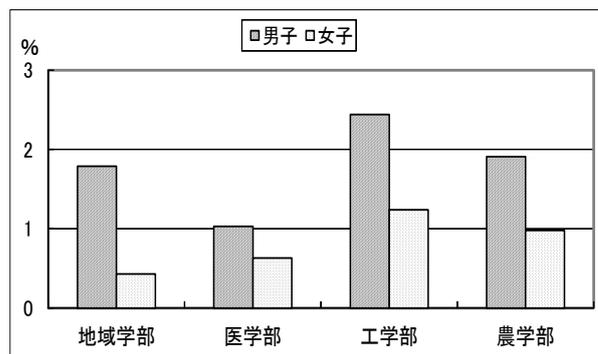


図 2 学部別，男女別の退学率

3. 入学年度別の退学学生数

入学年度別の退学学生数は，平成 22 年度では

男子 11 人・女子 2 人，平成 21 年度入学では男子 11 人・女子 2 人，平成 20 年度入学では男子 9 人・女子 1 人，平成 19 年度入学では男子 7 人・女子 1 人，平成 18 年度以前入学では男子 32 人・女子 8 人であった（図 3）。

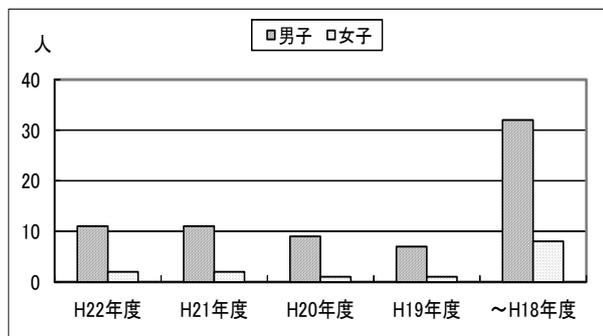


図 3 入学年度別の退学学生数

4. 入学年度別の退学率

各入学年度在籍学生数に対する退学学生数の割合（入学年度別の退学率）についてみると，平成 22 年度入学では男子 1.45 %・女子 0.46 %，平成 21 年度入学では男子 1.43 %・女子 0.47 %，平成 20 年度入学では男子 1.19 %・女子 0.24 %，平成 19 年度入学では男子 0.99 %・女子 0.23 %，平成 18 年度入学以前では男子 7.17 %・女子 5.93 %であった（図 4）。

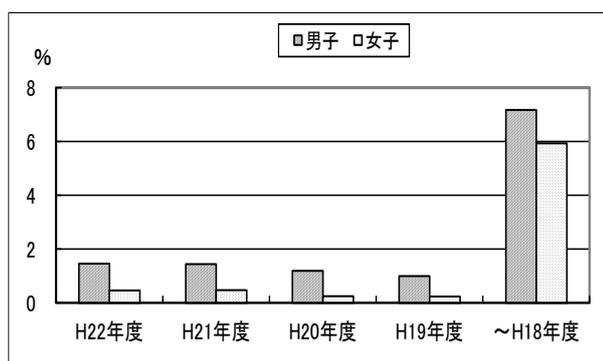


図 4 入学年度別，男女別の退学率

Ⅲ. 考 察

全国大学メンタルヘルス研究会の研究班によると国立大学の平成 22 年度の平均退学率は，

1.31 %と報告²⁾されている。この退学率は大学によりかなり開きがあるともいわれている²⁾。当大学における平成 22 年度の退学学生は 84 人で，その退学率は 1.59 %であり，国立大学の平均値よりも 0.28 %高い値を示していた。平成 22 年度の当大学における男女別の退学率は，男子 2.04 %・女子 0.76 %であり，男子学生の方が女子学生の約 2.7 倍高く，全国の国立大学の退学率（男子 1.60 %，女子 0.77 %）と比べて，男子では 0.44 %高く，女子では 0.01 %低い値を示した。

男子では平成 22 年度入学から平成 19 年度入学までは 0.99 ~ 1.45 %の間で推移していたが，平成 18 年度以前入学では 7.17 %と増加し，このような増加傾向は平成 10 年度以降，平成 21 年度まで同様にみられた。女子では平成 22 年度入学から平成 19 年度入学までは 0.23 % ~ 0.47 %の間で推移しており，男子と同様に平成 18 年度以前入学では 5.93 %と一番高い値を示した。退学学生への対応としては，入学早期から学生が自ら勉強・研究への興味・関心をもてるように指導するとともに，日頃から学生に関心を持ち，個別的に対応することも重要であると思われる。

おわりに

平成 22 年度の退学学生について，学部別，入学年度別，男女別から検討した。当大学の退学率は全国の国立大学と比べて男子では高く，女子ではごく軽度低い値を示し，男女ともに在籍年数が 5 年以上の学生で高値を示した。

文 献

- 1) 中島潤子ほか: 大学における休・退学，留年学生に関する調査. 第 20 回全国大学メンタルヘルス研究会報告書. 香川大学, 1999
- 2) 内田千代子: 大学における休・退学，留年学生に関する調査 (第 33 報). 「休・退学，留年学生調査」福島大学, 2013

鳥取大学における留年学生の検討（平成 22 年度・第 15 報）

鳥取大学保健管理センター 中村準一 三島香津子

はじめに

前回の保健管理センター報告書では、平成 21 年度の留年学生について報告¹⁾したが、本稿では平成 22 年度の留年学生について、過去の報告とともに、平成 22 年度全国の国立大学の調査³⁾と比較し、当大学の特徴について検討してみる。

以前から、大学生の休学・退学・留年については多方面から検討されてきた。大学生が留年する原因は修学上の問題、学業不振、不登校、ひきこもり、進路変更、大学再受検、海外留学、病気・ケガ療養、事故、経済的理由、家庭の事情などさまざまであると報告⁴⁾されている。

本稿では、当大学における平成 22 年度の留年学生の実態調査を施行し、若干の考察を加えて報告する。

I. 対象と方法

平成 22 年度鳥取大学に在籍した学部学生で、同年度に留年（理由を問わず最低終業年限を越えて在籍する）した学生を対象に実態調査をおこなった。平成 22 年 4 月 30 日現在の各学部在籍学生数を使用した。

平成 16 年度から教育地域科学部は地域学部へ改称されたが、平成 18 年度以前入学者も地域学

表 1 学部別の在籍学生数

学部	男子	女子	計
地域学部	392	468	860
医学部	585	636	1221
工学部	1884	241	2125
農学部	576	509	1085
合計	3437	1854	5291

部の学生として取り扱うことをお断りしておく。

II. 結果

1. 学部別、男女別の留年学生数

平成 22 年度の留年学生は、地域学部では男子 26 人・女子 24 人・全地域学部学生 50 人、医学部では男子 20 人・女子 16 人・全医学部学生 36 人、工学部では男子 206 人・女子 7 人・全工学部学生 213 人、農学部では男子 34 人・女子 12 人・全農学部学生 46 人であり、全学部の留年学生は 345 人（男子 286 人・女子 59 人）であった（図 1）。

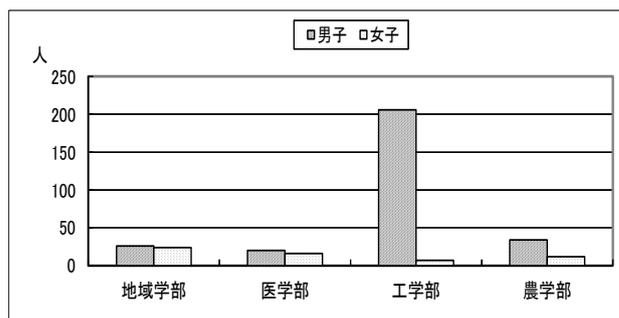


図 1 学部別、男女別の留年学生数

2. 学部別・男女別の留年率

各学部在籍学生数に対する留年学生数の割合（学部別の留年率）についてみると、地域学部では男子 6.63 %・女子 5.13 %・全地域学部学生 5.81 %，医学部では男子 3.42 %・女子 2.52 %・全医学部学生 2.95 %，工学部では男子 10.93 %・女子 2.90 %・全工学部学生 10.02 %，農学部では男子 5.90 %・女子 2.36 %・全農学部学生 4.24 %であった（図 2）。

平成 22 年度の男子学生の留年率は 8.32 %，女子学生のそれは 3.18 %であり，全学生で 6.52 %であった。平成 21 年度と比べて医学部，工学

部，農学部が増加し，地域学部は減少していた。

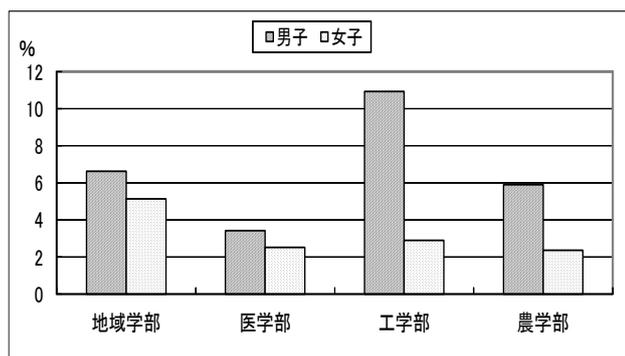


図2 学部別，男女別の留年率

Ⅲ. 考 察

全国大学メンタルヘルス研究会の研究班によると国立大学の平成22年度の平均留年率は5.53%と報告³⁾されている。この留年率は大学によりかなり開きがあるともいわれている。ちなみに文系学部の留年率は最小値0.9%，最大値11.7%であり，理系学部の留年率は最小値0.4%，最大値11.0%であった。当大学における平成22年度の留年学生は345人，全学部在籍学生数に対する留年率は6.52%であり，国立大学の平均値よりも0.99%高い数値を示していた。

また，男女別の留年率からみると，当大学の留年率は男子8.32%・女子3.18%であり，男子学生の方が女子学生の約2.6倍高く，平成15年度約4.1倍，平成16年度約3.8倍，平成17年度約3.1倍，平成18年度約3.0倍，平成19年度約2.7倍，平成20年度約2.2倍，平成21年度約2.7倍であり，過去8年間で2番低い値であった^{1,2)}。平成22年度の全国の国立大学の留年率（男子6.97%，女2.87%）と比べると，男子では1.35%高く，女子では0.31%高い数値を示した。

学部別の留年率についてみると，男子では工学部，地域学部，農学部，医学部の順に，女子では地域学部，工学部，医学部，農学部の順に高く，男女合わせた学部別の留年率は工学部，地域学部，農学部，医学部の順に高かった。男子では工学部の留年率は医学部の約3.2倍で，

女子では地域学部の留年率は農学部の約2.2倍であり，男女合わせた工学部の留年率は医学部の約3.4倍であった。他の3学部と比べて工学部でみられた留年率の高さは，平成8年度から平成21年度の留年学生の報告^{1,2)}とほぼ同様の傾向を示していた。工学部は他の3学部と比べてその在籍学生数が数倍多く，しかも男子学生数1,884人，女子学生数241人であり，他の学部と比べて男子学生の割合が非常に高く，全国の国立大学の結果でも男子の留年率は女子と比べて約2.4倍高く，この男女における留年率の差異が工学部の留年率を高めている原因の1つになっているものと推測され，全学部全体の留年率が軽度ながら増加傾向にあることが懸念される。大学は不本意に留年せざるを得ない学生を少しでも減らすためにも，教職員は大学人としての教育的役割機能を自覚し，学生に対する理解を深め，適切に対応することが大切である。

おわりに

当大学における平成22年度の留年学生について，学部別，男女別などの点から全国の国立大学の報告と比較検討した。当大学の留年率は，全国大学と比べて0.69%高かった。

文 献

- 1) 中村準一ほか：鳥取大学における留年学生の検討（第14報）．保健管理センター報告書26: 25-26, 2013
- 2) 中村準一：鳥取大学における留年学生の検討（第5報）．保健管理センター報告書19: 117-119, 2004
- 3) 内田千代子：大学における休・退学，留年学生に関する調査（第33報）．「休・退学，留年学生調査」福島大学, 2013
- 4) 中島潤子ほか：大学における休・退学，留年学生に関する調査．第20回全国大学メンタルヘルス研究会報告書．香川大学, 1999

大学の学生相談体制とメンタルヘルスを考える

保健管理センター 中村準一 三島香津子

1. はじめに

今の大学に期待されることの一つに、社会環境への適応力を持ち心身ともに健全な学生を社会に送り出す役割があると思う。大学における学生相談は、学生のメンタルヘルスの保持・増進に関係しており、大学保健管理活動の中でも重要な位置を占めている。また、保健管理センターにとっても極めて重要な保健活動の一つである。大学におけるこれらの保健活動は、学生の人格形成を援助し、社会性、独自性を育む教育活動の一環として捉える必要がある。日頃から保健管理センターが中心となり、現代の学生がおかれている時代背景、学生相談の現状やメンタルヘルスに関する啓発活動を行なうことが大切であると考ええる。当大学は鳥取地区と米子地区にキャンパスがあるが、本稿では鳥取地区における学生相談体制をもとにメンタルヘルスへの取り組みについて考えてみたい。

2. 学生相談における連携の輪と相談機能・相談機関について

学内には、学級教員、学生相談員、学生なんでも相談、保健管理センターなど複数の学生相談の窓口があるが、最も必要なことは全ての教職員が学生相談にあたる意識をもつことである。学生の相談内容によっては、それらの学生相談の窓口が連携することが大切である（図1）。また、大学内の相談機能・相談機関と学生・保護者や学外の相談機関・医療機関との連携も重要である（図2）。

以下に、相談窓口を紹介する。

- 1) 各学部・学科の学級教員
- 2) 学生相談員（学生相談室）
- 3) 「学生なんでも相談」窓口（学生部生活支援課）
- 4) 保健管理センター
- 5) 学生相談 HP（Web 相談）
- 6) ハラスメント相談員
- 7) 学生の電話、Web によるメンタルヘルス・健康サポート 24
- 8) その他

全ての新生入生・在学学生を対象にして、平成 24 年から全学的に「授業等での配慮やサポートが必要な場合の申告書」を保護者に送付している。保護者は学生本人と相談のうえ、配慮やサポートとが必要な場合に所属学部に提出する。提出された申告書をもとに本人・保護者と学部・関係部局が連携を図り、当該学生への援助を継続する体制をとっている。

勿論、多種多様な学生に対応するためには、学生相談体制を充実することも大切であるが、ハード面だけではなく、学長以下教職員全員が健康教育的観点から学生の保健管理に

関心を持ち、関係部局の教職員と密接に連携し、日頃から学生の相談に応じるという意識改革を図ることも重要である。

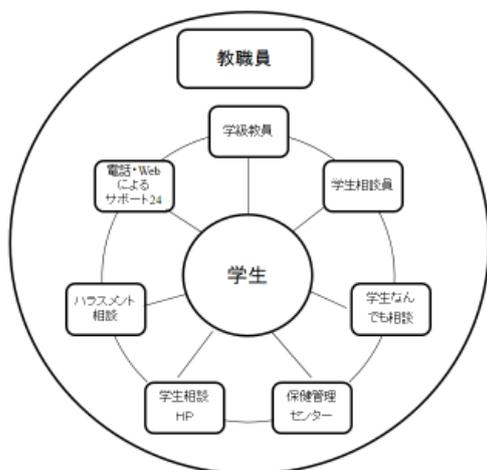


図1 学生相談における連携の輪

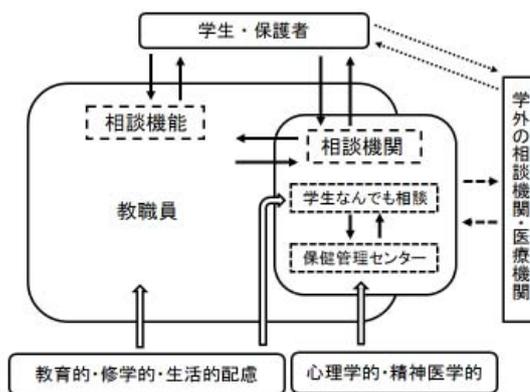


図2 学生相談における相談機能と相談機関

3. 教職員を対象にした研修会

今まで、教職員・学生相談員を対象にして「学生対応に関わる研修会」をさまざまなテーマで実施している。以前の研修会で使用したレジュメを下記に示す。

- 「学生のメンタルヘルスと学生相談について」 -

A. はじめに

まず、下記の項目について研修に参加した教職員に説明する。

- 昨今の急速な社会環境の変化、価値観の多様化
- 大学進学率の上昇、人生50年の時代と現代との歴年齢のズレ・青年期の延長¹⁾
- 心の健康づくりの基本的な考え方²⁾
- 大学生にみられやすい心の危機：第0、1、2、3の心の危機（入学前、入学後、1年次の後期、3・4年次）があるが、心の危機はいつでも起こる可能性があることを常に覚えていることが大切である（図3）³⁾
- 新入生の月別来談者数（初診）では、4月から7月の4か月間に約3分の2の新入生が来所している（図4）⁴⁾

B. 心の問題や病気によって起こる変化・症状は、さまざまな形で現れる

キャンパス不適応の症状を下記に示す（図5）。

- 身体的：睡眠障害、食欲低下、過食、全身倦怠感、頭痛・腹痛、動悸、息切れ、立ちくらみ、めまい、便秘・下痢など
- 精神的：抑うつ気分、不安、心配、悲観的、イライラ、爽快感、意欲低下、集中力低下など

c) 言動：多弁・多動，無口，攻撃的，拒否的，暴力，人を避ける，ミス・ケガが増えるなど

d) 思考：自分本位の思考，主観的な判断，奇妙な考え方，他人の言動（噂，悪口）を気にし過ぎる，考えがまとまらない，決断力の低下，優柔不断，衝動的な決断をする，被害的になるなど

e) 修学：欠席・遅刻・早退が多くなる，成績低下，不登校，ひきこもり，休学・留年・退学など

C. “心の危機”にある学生の心理状態とその理解

a) 引きこもり状態（不登校，コミュニケーション障害，孤立感，寂しさ，辛さなど）

b) 状況の理解力低下状態（情報不足，情報の欠如，主観的↑・客観的↓，情報の歪曲など）

c) 情動不安定状態（感情の揺れ動きが大きい，弱音・強気，イライラ，拒否的，否定的など）

d) 不安状態（不安・心配，焦り，ゆとり・余裕がないなど）

e) うつ状態（思考抑制，注意集中力・判断力低下，自責感・無力感・絶望感など）

D. 教職員が学生相談で留意すべきこと

学生相談における学生と教職員との人間関係では，垂直関係ではなく水平関係が大切である（図6）。

a) よく話を聴く。早合点・自分勝手に学生の問題・悩みを判断・理解し，結論を出さないこと

b) 早期に自分の価値観・考え・意見・経験を学生に押しつけないようにすること

c) 学生の変化（行動・態度，表情・話し方，思考，視線，服装）に敏感であること

d) プライバシーの尊重，秘密厳守，信頼関係を築くように努めること

e) 相談できる場所の確保，無理のない時間枠を設定すること

f) 次の面接に繋がるように心がけること（次回の相談日時を決める）など

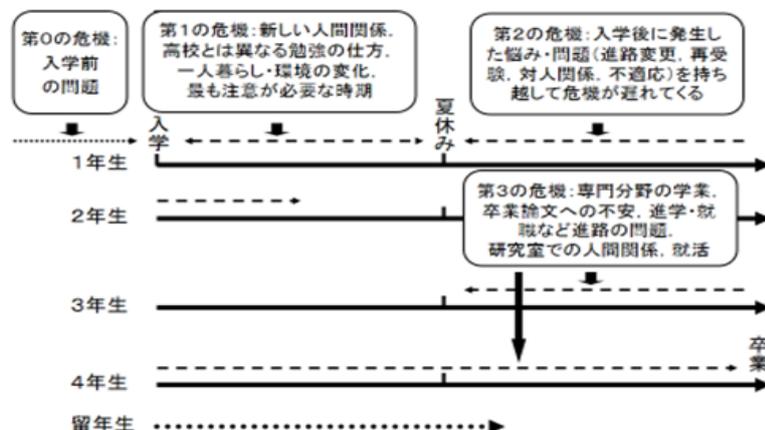


図3 大学生にみられやすい心の危機

E. まとめ

- a) 大学におけるメンタルヘルスは、学生と教職員それぞれのメンタルヘルス状態と両者（「学生のメンタルヘルス」と「教職員のメンタルヘルス」）の相互関係にある（図7）
- b) 大学は教育現場であり、学生相談においても教育的観念・教育的配慮を要する
- c) 心身ともに健康な学生を社会に送り出すことは、大学の重要な使命の一つである

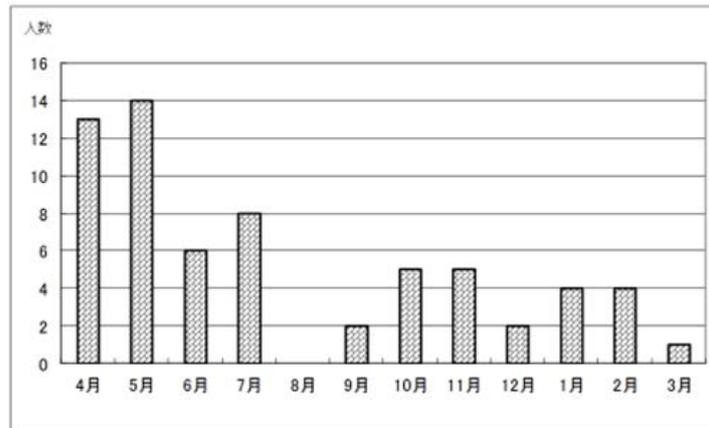


図4 新入生の月別相談者数（過去3年間） 文獻4から転載

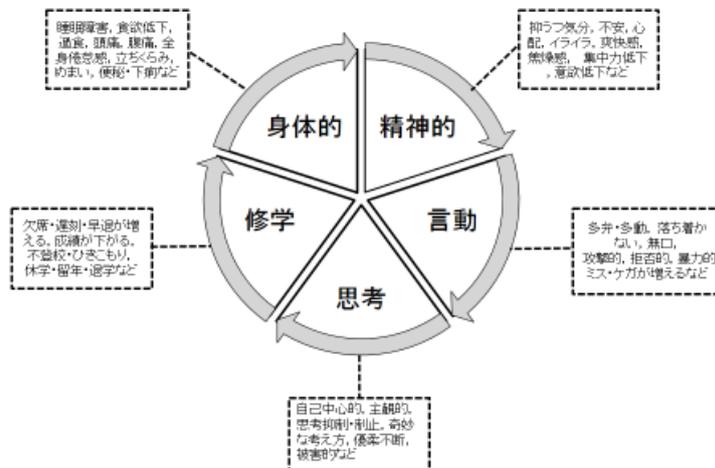


図5 キャンパス不適應の症状

4. おわりに

メンタルヘルス活動は、日頃から燈台の光のようにキャンパス全体を常に照らすとともに、学生の行動変化や不適應症状を送受信する支援体制（図8）が必要である。教職員は学生相談を教育活動の一環として捉え、プライバシーを守り、学生の悩みを相談員としてよく聴き、真摯に受け止めることが大切である。また相談内容に対して対応が難しい場合や学生にとって必要かつ有益な場合には、学生の了解をとり、他の教職員・関係部局へ紹

介し、連携を図ることも大切である。学生相談を担当することは、教職員にとっても現在の学生の心理や思考を理解し、大学生活・進路・就職などを指導するうえでもよい経験になると思われる。教職員は大学人としての自覚をもち、大学環境の改善に努めるとともに、学生のメンタルヘルスの向上に対する意識改革を図る必要があると考える。

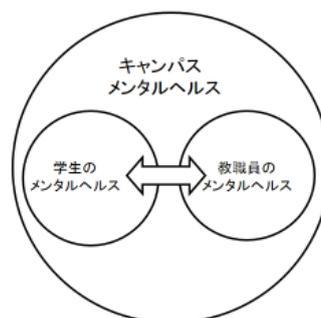
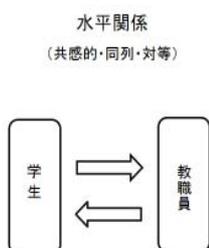


図6 学生相談における学生と教職員との人間関係

図7 キャンパスメンタルヘルスの概念

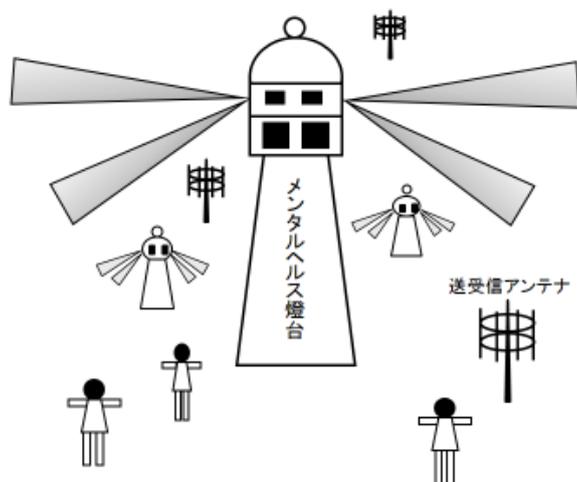


図8 キャンパスメンタルヘルスの支援体制

文献

- 1) 笠原嘉. 不安の病理. 岩波書店. 東京. 1981.
- 2) 佐々木徹. 厚生労働省指針に対応したメンタルヘルスケアの基礎. 中央労働災害防止協会, 東京. 2002.
- 3) 学生のメンタルヘルスに関する特別委員会編. 大学におけるメンタルヘルス～教職員のためのガイドブック～. 国立大学保健管理施設協議会. 1992.
- 4) 中村準一, 久住喜代子, 飯田啓子, 他. 新入生における学生相談の検討. 中国・四国大学保健管理研究集会報告書: 99-103. 2004.

鳥取大学における学生の食に関する実態調査

鳥取大学保健管理センター

三島香津子 中村準一

浜本扇代 飯田啓子 松原典子

【はじめに】

本学女子学生の朝食摂取率は、入学時は90%以上であるが、3年次には50%台に低下していることが、第40回・41回の中国・四国保健管理研究集会での我々の調査結果から判明した^{1,2)}。朝食の欠食は、食生活の乱れから健康障害へと繋がっていく可能性があり、学生が将来にわたって健康な生活を送ることが出来るように、今年度、食事・栄養指導の実施を計画した。その基礎資料を得るために、今回、本学学生の食に関する実態調査を行った。

【対象と方法】

平成24年度定期健康診断を受診した、2年生以上の全学部生及び大学院生を対象とした。平成21年に、内閣府食育推進室が行った「大学生の食に関する実態・意識調査」³⁾を基に、「食に関する質問票」を作成した。回答は無記名で、全て選択肢とした。健康診断診察時に、個人に対して医師が調査の主旨・内容について説明し、同意を得た上で質問票を配布した。調査票は後日学生が記入し、センターに持参して回収とした。

【結果】

健康診断受診者2,987名中、658名(22%)に質問票を配布、回収は107名(回収率16%)、うち有効回答は97名(有効回答率91%)であった。有効回答内訳を表1に示す。

表1 有効回答内訳

内訳	総数	97	
学年	大学2年	13	13.4%
	大学3年	18	18.6%
	大学4年	36	37.1%
	大学5/6年	8	8.2%
	院生	22	22.7%
性別	男性	52	53.6%
	女性	45	46.4%
学部別	工学部	41	42.3%
	地域学部	19	19.6%
	農学部	29	29.9%
	医学部	8	8.2%
住居形態別	自宅	20	20.6%
	寮	2	2.1%
	下宿・アパート他	75	77.3%

質問は、大項目14問・小項目2問であったが、今回は、1. 朝食の摂取状況、2. 毎日の欠食の頻度、3. 料理をする頻度、4. 栄養バランスの意識、5. 身体面の健康状態(自己評価)、6. 精神面の健康状態(自己評価)、以上の6問の他、

睡眠時間・朝食の欠食理由を併せて検討した。

1. 朝食の摂取状況

殆ど毎日食べる学生が 59.8%である一方、殆ど食べない学生も 12.4%存在した。上級学年・男子・下宿生に欠食頻度が高い傾向であった(図 1)。

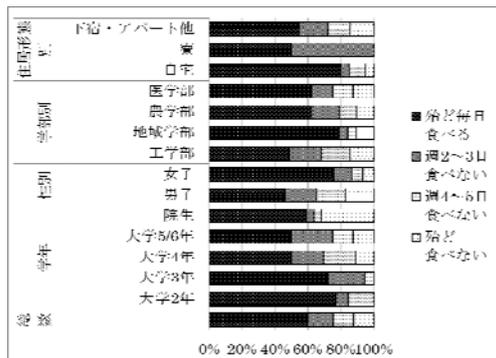


図 1 朝食の摂取状況

2. 毎日の欠食の頻度

欠食しない学生が 59.8%であったのに対し、毎日欠食がある学生は 9.3%であった。男子・下宿生の欠食頻度が高い傾向であった(図 2)。

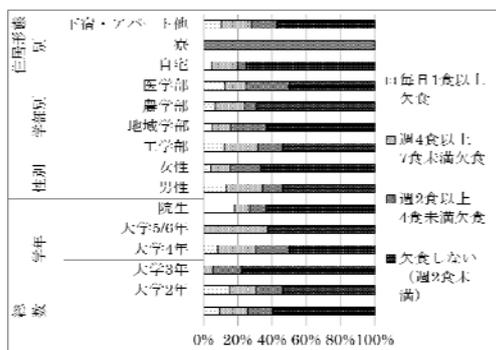


図 2 欠食の頻度

3. 料理をする頻度

本学は、全国の結果と比べると学生の料理をする頻度が高く、週 4 日以上料理をする学生が、全国 24.1%・本学 40.2%であり、特に自宅生で全国 8.2%・本学 35%であった³⁾(図 3)。

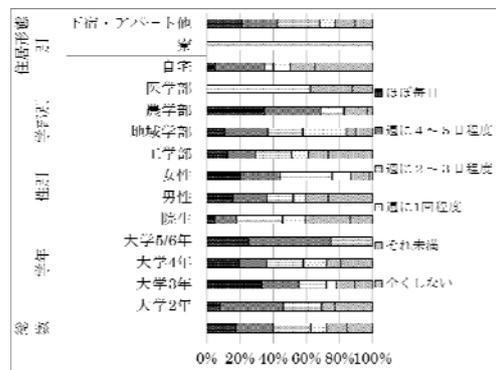


図 3 料理をする頻度

4. 栄養バランスの意識

70.1%の学生が栄養バランスを意識していると回答し(概ね時々意識の合計)、上級学年・女子・下宿生の意識が高い傾向であった(図 4)。

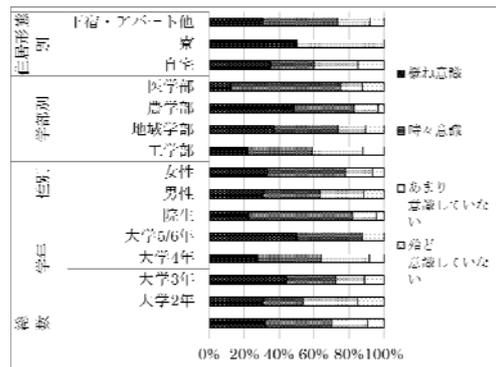


図 4 栄養バランスの意識

5. 身体面の健康状態(自己評価)

身体的健康感が低い学生が 10.3%存在した(図 5)。

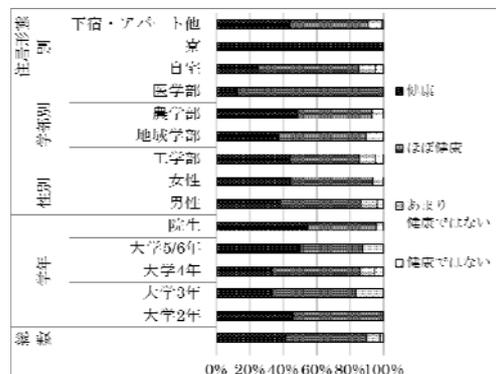


図 5 身体面の健康状態

6. 精神面の健康状態(自己評価)

精神的健康感が低い学生が 18.5%存在し、上級学年ほど健康感は低い傾向であった(図6)。

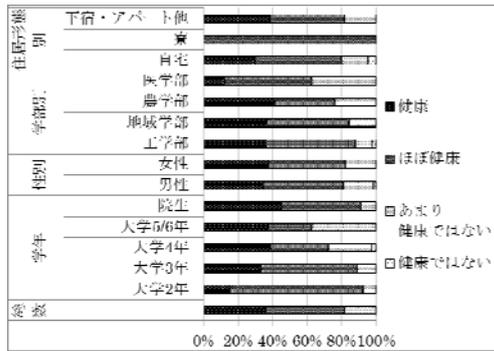


図6 精神面の健康状態

7. 各質問間の関係

栄養バランスの意識が低い学生・身体面の健康感が低い学生は、いずれも、朝食および毎日の欠食頻度が高い傾向にあった(図7・8・9・10)。

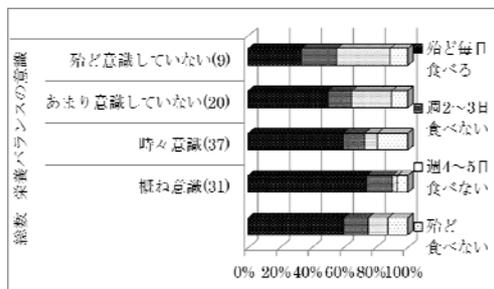


図7 栄養バランスの意識と朝食の摂取状況

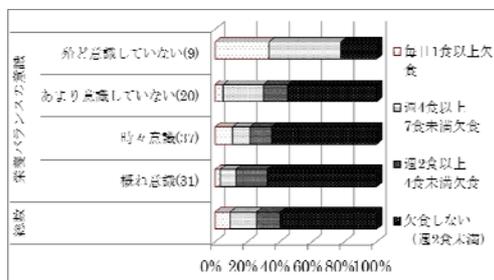


図8 栄養バランスの意識と毎日の欠食の頻度

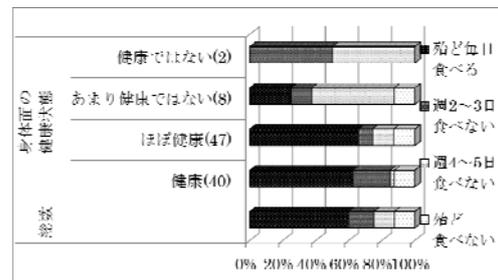


図9 身体面の健康状態と朝食の摂取状況

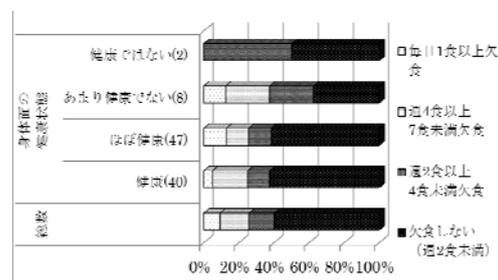


図10 身体面の健康状態と毎日の欠食の頻度

朝食の欠食頻度の高い学生は、毎日の欠食頻度も高かった(図11)。

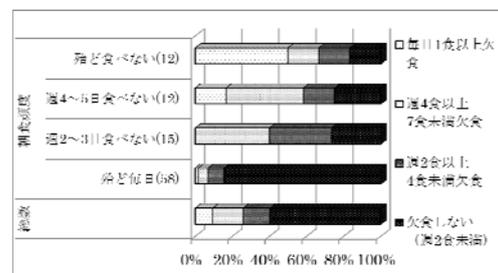


図11 朝食の摂取状況と毎日の欠食の頻度

朝食を欠食する理由(複数回答可)としては、「もっと寝ていたい」(64.1%)、「身支度などの準備で忙しい」(41%)、「時間をもたない」(23.1%)の順に多かった。

睡眠時間と朝食の摂取状況の関係をみると、欠食頻度が高い学生は、5時間未満・8時間以上の睡眠時間が多くみられる傾向がみられた(図12)。

栄養バランスの意識が低い学生は、料理をする頻度が低かった(図 13)。

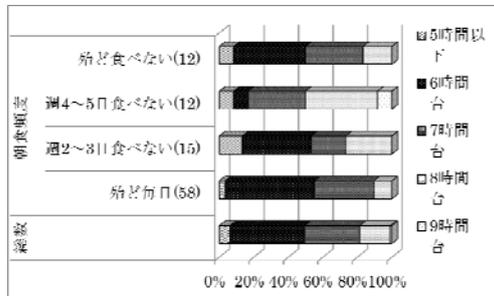


図 12 朝食の摂取状況と睡眠時間

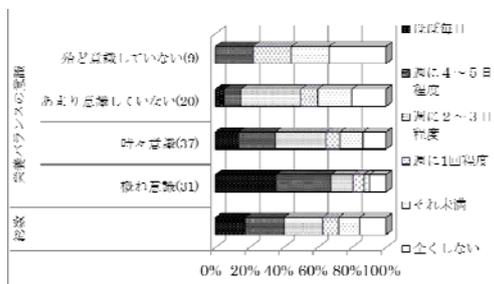


図 13 栄養バランスの意識と料理をする頻度

【考察】

今回の調査結果から、朝食の欠食と毎日の欠食頻度は相関し、身体面の健康感が低い学生は、いずれの欠食頻度も高い傾向を認めた。朝食の欠食理由としては「時間のなさ」が推測され、睡眠時間から、欠食者の不適切な睡眠時間が覗われた。また、栄養バランスの意識が低い学生は、いずれの欠食頻度も高く、かつ料理をする頻度が低かった。

男子は、いずれの欠食頻度も高く、栄養バランスの意識が低い学生が多かった。下宿生は、いずれの欠食頻度も高く、上級学年は、朝食の欠食頻度が高かったが、栄養バランスを意識している学生は、下宿生・上級学年で多く認められた。自宅生は、栄養バランスへの意識が低かったが、料理をする頻度は全国に比べ高か

った。

以上から、本学では、次の(1)、(2)の特徴があると推測された。

(1) 上級学年・下宿生は、朝食の欠食頻度は高いが、栄養バランスの意識は高く、食生活に対する改善の意識は持っている。

(2) 自宅生は、栄養バランスの意識は低い、料理をする頻度が高く、日常生活の中で料理が身近な存在である。

そこで、今回、食生活の改善策として下記の4点が重要であると考えられた。

① 栄養バランスに対する正しい知識を身につけること

② 実際の料理の場面を想定した指導を組み込んでいくこと

③ 起床時間に余裕を持つなど、日常生活全般への働きかけを行うこと

④ 男子学生には、より積極的に指導の場を提供していくこと

以上の4点に着目し、まずは、食事バランスガイド・フードモデル等を利用した指導を計画している。鈴木らは、「(朝食摂取や栄養バランスを考えるなどを含めた)健康的かつ意識的な食生活には自己管理スキルが関連している」と述べているが⁴⁾、センターが行う食事・栄養指導を通して、学生の欠食頻度が減り、料理等を通し食生活をより現実的にとらせる事ができるようになり、健康感が高まり、さらには自己管理能力の向上に繋がっていくことを期待したい。

【結語】

学生が栄養バランスに対する正しい知識を身につけ、食に対する意識を高めていくことで、規則正しく充実した食生活・心身の健康の獲得・自己管理能力の

向上を得られるよう、今後もセンターの活動をより積極的に行っていきたい。

【文献】

- 1) 三島香津子, 他. 入学時健康診断からみた学生の傾向と問題点. 第 40 回中国・四国大学保健管理研究集会報告書 2010 ; p 65-69
- 2) 三島香津子, 他. 健康診断からみた新入生および在学生における月経不順の検討. 第 41 回中国・四国大学保健管理研究集会報告書 2011 ; p 78-82
- 3) 内閣府食育推進室. 大学生の食に関する実態・意識調査報告書 2009
- 4) 鈴木みちえ, 他. 保健医療福祉職を目指す大学生の健康習慣と自己管理スキルに関する調査. 聖隷クリストファー大学看護学部紀要. 2011 ; 19 ; p 41-51

鳥取大学の学生に対する食と食育に関する実態・意識調査

鳥取大学、保健管理センター

○三島香津子、中村準一、浜本扇代、飯田啓子、松原典子、藤原愛恵

【目的】

2005年の食育基本法の施行、翌年より策定されている食育推進基本計画に基づき、都道府県や学校等、様々な機関が食育活動に取り組んでいる。この基本計画の中では、朝食欠食者を減らすことが具体的数値目標として挙げられているが¹⁾、我々が過去に行った本学女子学生に対する調査結果では、朝食摂取率は新入生91%に対し3年生は53.9%と低下していた²⁾。朝食の欠食は、食生活の乱れから生活習慣病を含めた健康障害へと繋がっていく可能性がある。そこで、我々は、学生が将来にわたって健康な生活を送ることが出来るように、食事・栄養指導の実施を計画した。今回、その基礎資料を得るために、本学学生の食に関する実態の把握と食育に関する意識の調査分析を行った。

【対象と方法】

平成24年度定期健康診断を受診した全学部生(2年生以上)及び大学院生を対象とした。平成21年に内閣府食育推進室が行った「大学生の食に関する実態・意識調査」³⁾を基に、「食に関する質問票」を作成した。質問票では、「食生活の実態について」と「食育や日頃の食生活の意識・関心について」尋ねた。回答は無記名で全て選択肢とした。健康診断診察時に、個人に対して、医師が調査の主旨・内容について説明し同意を得た上で、質問票を配布した。質問票は、後日学生が記入し、センターに持参して回収とした。

【結果】

健康診断受診者2,987名中、658名(22%)に質問票を配布、回収は107名(回収率16%)、うち有効回

答は97名(有効回答率91%)であった。内訳を表1に示す。

表1 有効回答の内訳

内訳(総数97)		人数	%
学年	大学2年	13	13.4
	大学3年	18	18.6
	大学4年	36	37.1
	大学5/6年	8	8.2
	院生	22	22.7
性別	男性	52	53.6
	女性	45	46.4
学部	工学部	41	42.3
	地域学部	19	19.6
	農学部	29	29.9
	医学部	8	8.2
住居形態	自宅	20	20.6
	寮	2	2.1
	下宿・アパート他	75	77.3

1. 食生活の実態について

朝食の摂取状況は、59.8%が毎日摂取していたが、殆ど食べない学生も12%存在した(図1)。

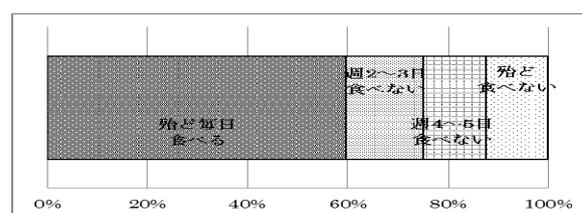


図1 朝食の摂取状況

料理をする頻度は、40.2%が週4日以上料理をしていた(図2)。

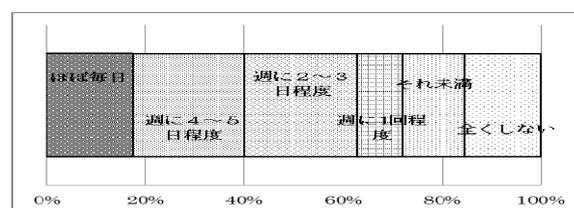


図2 料理をする頻度

栄養バランスの意識は、“概ね意識している・時々意識している”学生は70.1%であった(図3)。

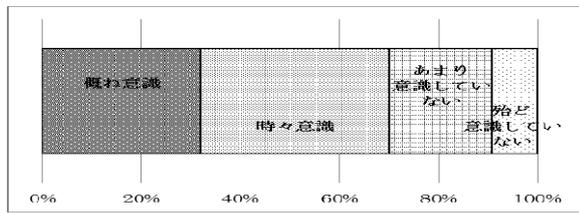


図3 栄養バランスの意識

2. 食育や日頃の食生活の意識・関心について

(1) 食育への周知度：言葉を知っていた学生は92.8%であったが、言葉も意味も知っていた学生は48.5%であった(図4)。

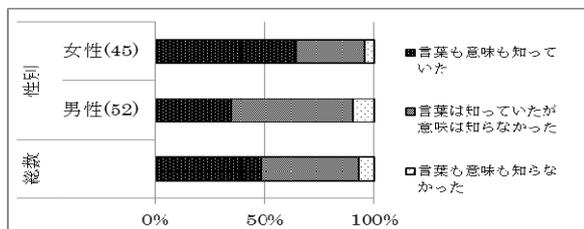


図4 食育への周知度

(2) 食育への関心：“関心がある・どちらかといえば関心がある”学生は67%であった(図5)。

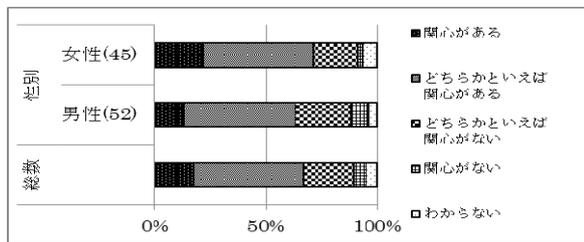


図5 食育への関心

(3) 日頃の食生活への悩みや不安の有無：悩みや不安を感じている学生は38.1%であった(図6)。内容は(複数回答可)、“自分の食生活上の問題”(75%)、“自分の健康について”(58.3%)、“家計や食費について”(38.9%)の順に多く、ついで“食品の安全性”・“食べ残しや廃棄など環境への影響”(いずれも27.8%)が多かった。

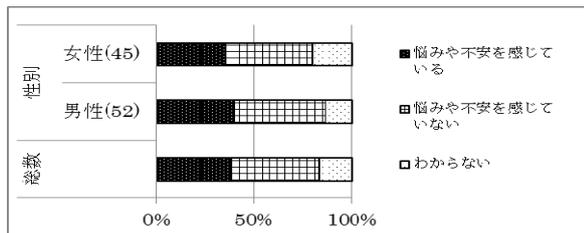


図6 日頃の食生活への悩みや不安の有無

3. 各質問項目間の検討

食育の言葉も意味も知っている学生、食生活に悩みや不安を抱えている学生は、食育への関心が高い傾向であった(図7・8)。

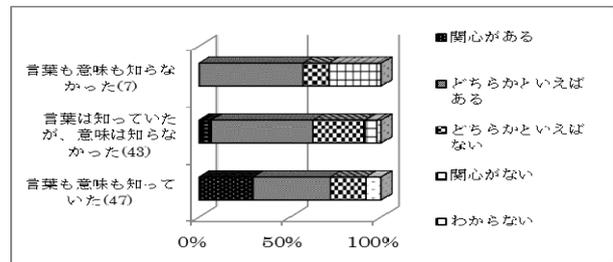


図7 食育への周知度と関心

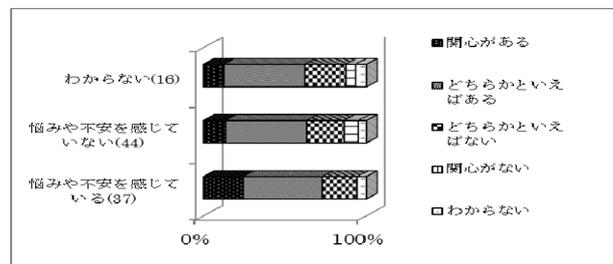


図8 食生活への悩みや不安の有無と食育への関心

食育への周知度・関心が高い学生ほど、料理をする頻度・栄養バランスへの意識が高かった(図9・10・11・12)。また、食育への関心度が高い学生ほど、朝食を食べる傾向にあった(図13)。

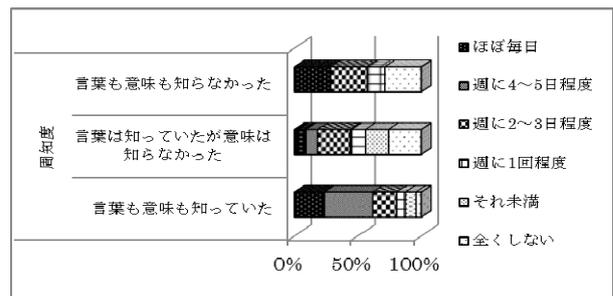


図9 食育への周知度と料理をする頻度

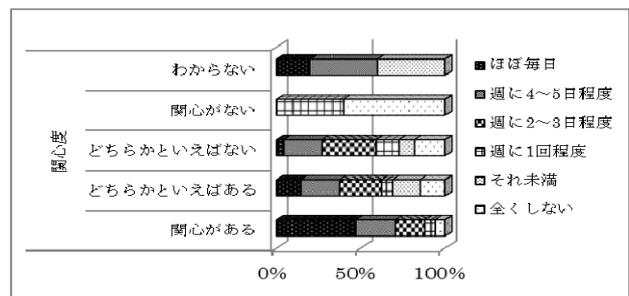


図10 食育への関心度と料理をする頻度

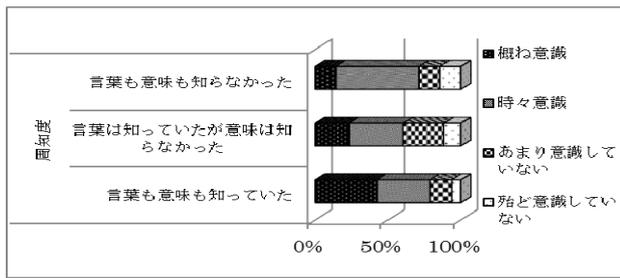


図 11 食育への周知度と栄養バランスの意識

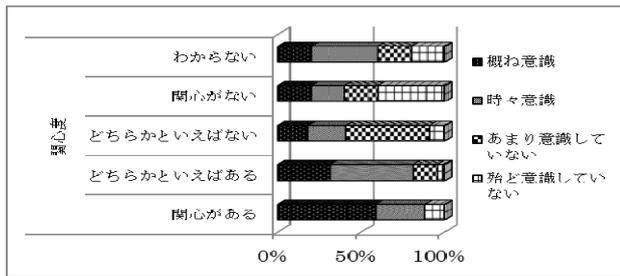


図 12 食育への関心と栄養バランスの意識

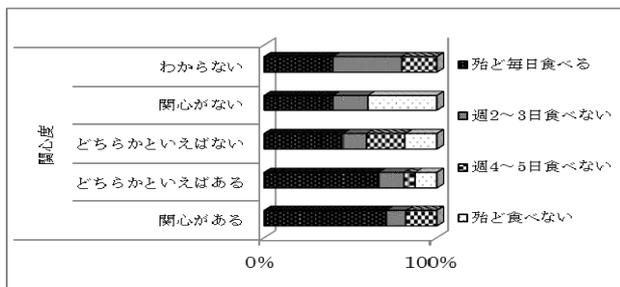


図 13 食育への関心と朝食の摂取状況

今後の食生活で力を入れたい事項についての問に対しては（複数回答可）、「栄養バランスのとれた食事の実践」（68%）が最も多く、ついで、「規則正しい食生活リズムの実践」・「食事の正しいマナーや作法の習得」（いずれも 48.5%）、「食べ残しや食事の廃棄の削減」（41.2%）、「家族や友人と食卓を囲む機会の増加」（38.1%）、の順に多かった。

【考察】

「食育」とは、「心身の増進と豊かな人間形成のために、食に関する正しい知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」である。今回の調査結果では、食育への理解は5割に満たなかったが、その一方で、食育への周知・関心度が高い学生は、食育がほぼ実践出来ていると推測された。また、栄養バランスのとれた食事の実践や規則正しい食生活など、食育の根幹事項への学生の改善意識は高いことが解った。以上

から、今後学生に対して、栄養バランスに対する正しい知識を身につけることを中心に、料理の実践や食卓でのマナー等の現実的な場面を組み込んだセンターでの指導を考えている。また、宮川らは、女子看護大学生に対する調査で、食に関する健康行動の継続には、行動の「効果への期待」「仲間の存在」を持つことが影響していると報告している⁴⁾。そこで、例えば、肥満学生に対しては、体重変化や血圧測定などを行い、行動変化により効果が実感できるような指導を行う、また、学部学科ごとや女子学生など対象を絞って指導を行うなど、より結果に結びつく指導方法を考えていきたい。

【結語】

鈴木らは、「（朝食摂取や栄養バランスを考えるなどを含めた）健康的かつ意識的な食生活には自己管理スキルが関連している」と述べている⁵⁾。本学の学生が、食育に対する理解を深め、規則正しく充実した食生活を通して、心身の健康の獲得・自己管理能力の向上が得られるよう、今後センターの活動をより積極的に行っていききたい。

【参考文献】

- 1) 内閣府. 第2次食育推進基本計画・食育白書. 2011. 6-7.
- 2) 三島香津子, 中村準一, 他. 健康診断からみた新入生および在学生における月経不順の検討. 第41回中国・四国保健管理研究集会報告書 2011: 78-82
- 3) 内閣府食育推進室. 大学生の食に関する実態・意識調査報告書. 2009
- 4) 宮川淳子, 岡村純, 他. 女子看護大学生における食に関する健康行動の継続に関わる要因. 日本赤十字九州国際看護大学 IRR 2010; 8: 1-13.
- 5) 鈴木みちえ, 宇野木晶子, 他. 保健医療福祉職を目指す大学生の健康習慣と自己管理スキルに関する調査. 聖隷クリストファー大学看護学部紀要 2011; 19: 41-51

やせ・肥満学生の食事・健康に対する意識

鳥取大学保健管理センター 三島香津子, 中村準一

保健管理センターでは, 平成 22 年度より, 肥満学生を対象に食生活・運動についての健康セミナーを行っている. 平成 23 年度からは, 食行動質問表を用いた解析と指導を追加し¹⁾, 本年度は, さらにやせ学生も対象とし, 食生活に対するアンケート調査をあわせて行った. 今回, これらの調査結果をもとに, 肥満・やせ学生の健康状態・食生活の傾向について, 考察と共に報告する.

1. 対象および方法

平成 24 年度 4 月に行った, 新入生健康診断および在学学生定期健康診断で, 特に肥満・やせが強い BMI (Body Mass Index) 30 以上 (WHO 基準で Obese class1 以上)・16 未満 (高度やせ) の学生に対して, 再検査・セミナーの案内をメールにて送付した. 該当する学生のうち, 肥満学生は男子 5 名, やせ学生は男子 4 名・女子 5 名が来所した. 身長体重測定を来所時にあらためて行った. また, やせ学生に対して, 超音波踵骨測定装置 (A-1000EXP II, GE Healthcare 社制) を用いて, 骨量測定を行った. アンケート調査は, 平成 24 年度定期健康診断時に 2 年生以上の在学学生に行った, 「食に関する質問票」(平成 21 年に, 内閣府食育推進室が行った「大学生の食に関する実態・意識調査」を基に作成) から, 質問項目を抜粋・一部追加したものを使用した. 肥満学生のうち 4 名, やせ学生の全員から回答が得られたので, 今回の対象とした (以後, 肥満

学生; OM, やせ男子学生; LM, やせ女子学生; LF と略す).

2. 結果

(1) 身長・体重・BMI

再検査時の身長・体重・BMI を表 1 に示す. 網掛け番号は, 4 月の健康診断時より BMI の改善 (BMI が, OM では減少, LM・LF では増加) がみられた学生である.

表 1. 対象者の身長・体重・BMI

区分		身長(cm)	体重(kg)	BMI
肥満男子 (OM)	1	172	93	31.4
	2	177	90	28.7
	3	172	95	32.1
	4	170	90	31.1
平均		172.8	92	30.8
やせ男子 (LM)	1	170	46.4	16.1
	2	174	52.3	17.3
	3	173	46.6	15.6
	4	175	51.2	16.7
平均		173	49.1	16.4
やせ女子 (LF)	1	161	41.5	16
	2	162	43.7	16.7
	3	152	34.3	14.8
	4	157	39.3	15.9
	5	160	40.3	15.7
平均		158.4	39.8	15.8

(2) 骨量 (やせ学生のみ測定)

骨量測定結果を図 1 に示す. LF を赤色, LM を青色で示す. グラフ中の番号は, 表 1 の番号と同一である. 縦軸の S % は, 同年代の平均骨量に対する割合を示し, 100% 以下は, 同年代と比べ骨量が低下していることを示している. LM1 名・LF4 名に, 骨量の低下を認めた.

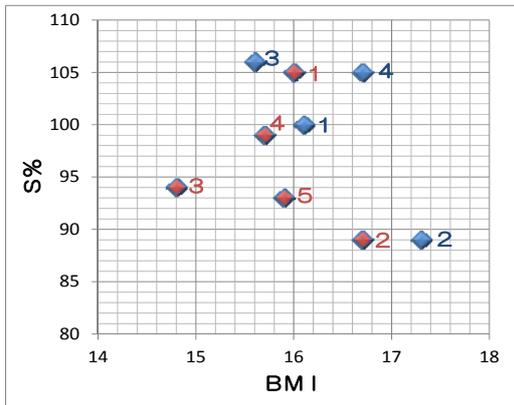


図 1. やせ学生の BMI と骨量

(3) アンケート結果

① 朝食の摂取・欠食の頻度 (図 2・3)

朝食は、LF は 3 名が毎日食べる・2 名が食べない結果だった。男子は、LM・OM とも、毎日食べる学生は 1 名ずつであった。

(以後のグラフの横軸の単位は全て人数)

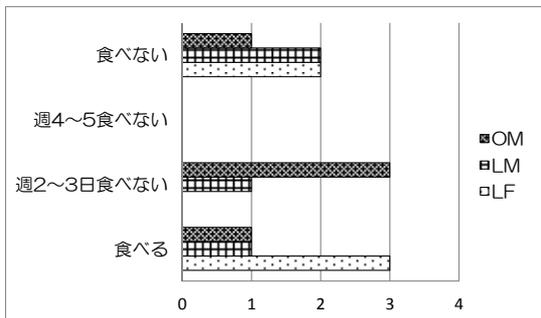


図 2. 朝食の摂取状況

朝食以外の欠食は、ない学生が、OM・LM・LF とも 3 名ずつであったが、週 2 以上の欠食を、OM・LF に 2 名ずつ、LM に 1 名認めた。

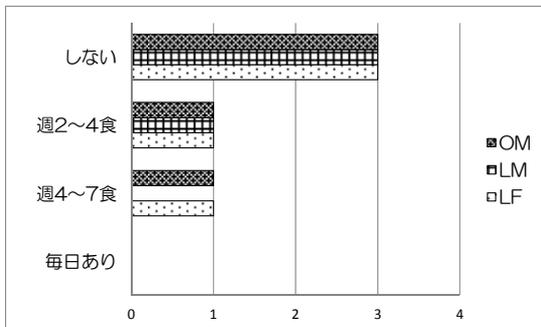


図 3. 欠食の頻度

② 料理をする頻度・栄養バランスの意識 (図 4, 5)

男子は OM・LM とも料理をする頻度が低かった。

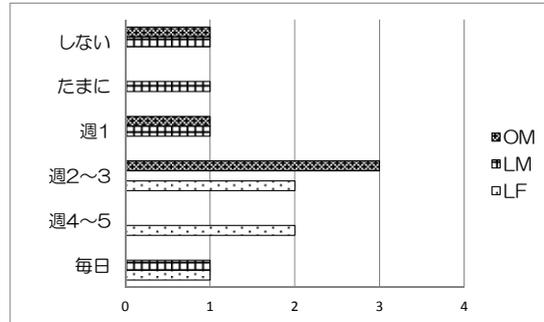


図 4. 料理をする頻度

栄養バランスを意識している OM は LF より多く、LM は意識していない学生が多かった。

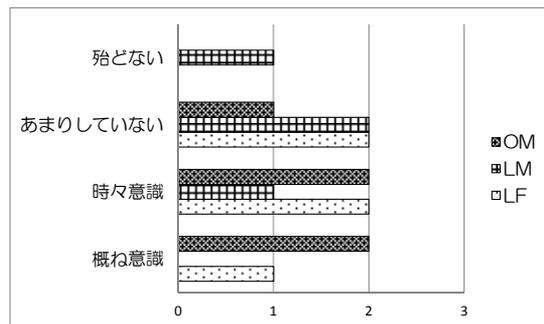


図 5. 栄養バランスの意識

③ 食育 (図 6, 7)

食育に対する理解・関心とも、OM が高かった (図 6 中の○は、言葉を知っている・意味を理解している、×は、言葉を知らない・意味を理解していないことを表す)。

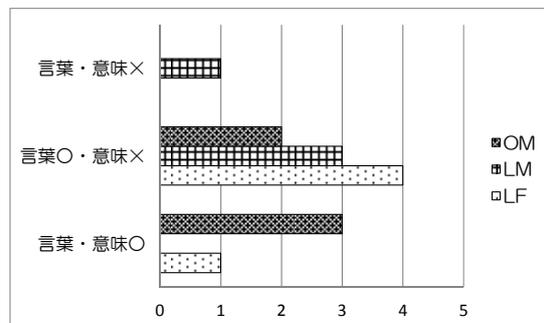


図 6. 食育に対する理解

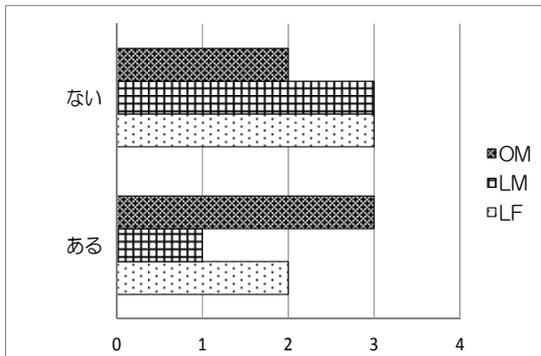


図 7. 食育に対する関心

④ 食生活に対する満足感，悩み・不安 (図 8, 9)

OM は，全員に不満があり，かつ悩み・不安を感じていると回答した．やせ学生は，悩み・不安がある学生は LM・LF 共 1 名ずつであった．

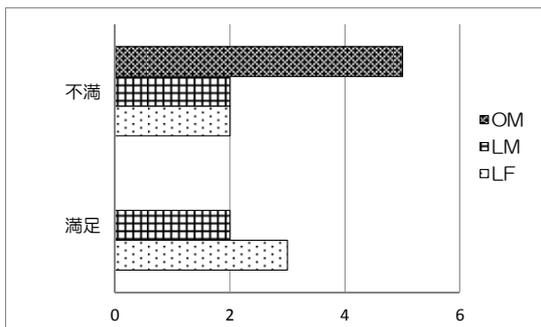


図 8. 食生活に対する満足感

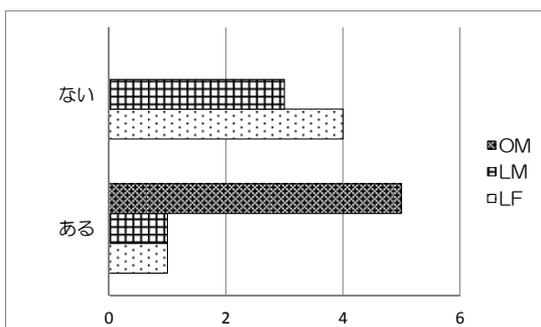


図 9. 食生活に対する悩み・不安

⑤ 健康感 (図 10, 11)

やせ学生は，LM・LF 共，身体的・精神的いずれも不健康を感じている学生はいなかった．OM は，3 名が身体的・2 名が精神的に不健康を感じていた．

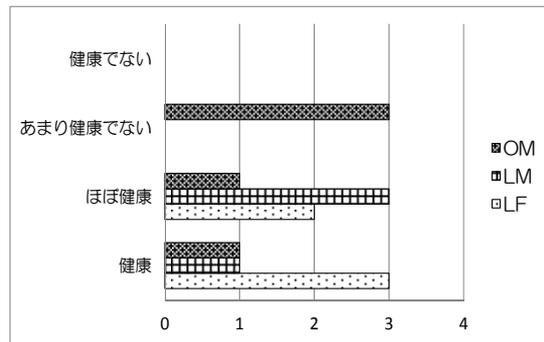


図 10. 身体的健康感

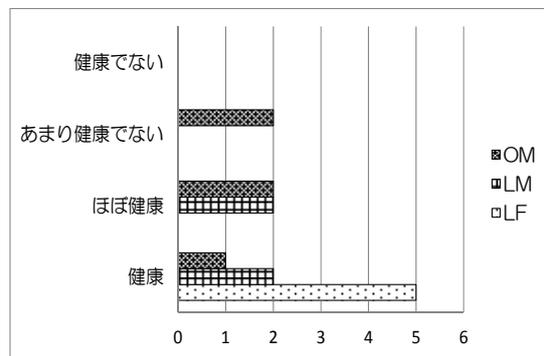


図 11. 精神的健康感

⑥ 運動習慣 (図 12)

LM は，全員週 1 日以上の運動習慣を認めた．運動習慣のない学生を，LF 及び OM にそれぞれ 2 名ずつ認めた．

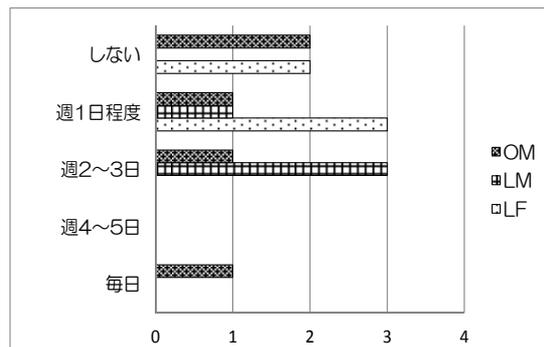


図 12. 運動習慣

4. 考察

アンケート結果から，朝食の欠食が肥満・やせ学生とも少なくなく，特に男子に目立った．本学では，親元から離れ 1 人暮

らしをしている学生が8割以上をしめており²⁾、在学中の生活習慣が、そのまま社会人になっても継続すると考えられる。2012年度の国民健康・栄養調査結果では、本邦における20代の朝食欠食率は、男子29.5%・女子22.1%で、いずれも前年より減少傾向にあるが、各世代で最も高い³⁾。朝食欠食は肥満と関連し、将来の生活習慣病へ進展する危険性がある⁴⁾。大学時代の朝食欠食などの望ましくない生活習慣については、早期に是正することが望まれる。

料理をする頻度はLFに高かったが、栄養バランスの意識や食育に対する理解・関心はOMが高かった。また、OMは、食生活に対する不満や、悩み・不安を持つ学生が多く、身体的・精神的に不健康を感じている学生も少なくなかった。OMはBMIが30以上あり、自身も肥満を十分自覚していると考えられる。肥満の健康への影響についての情報は多く、OMの健康感や不安に影響し、食生活への意識が高くなっていると推測される。正しく理解しやすい情報をセンターから発信し、食生活・健康面でサポートしていく事が、今後の支援として考えられた。

やせ学生は、不健康を感じている学生はいなかった。著しいやせを来す疾患として、大学生の世代では、摂食障害に注意が必要である。摂食障害では、低血圧・徐脈・味覚異常・無月経などの症状や、貧血・白血球減少・トランスアミナーゼの上昇・甲状腺ホルモン低下・骨密度減少などの検査異常が認められる⁵⁾。が、日常生活はむしろ活発であり、病識が欠如している場合が少なくない⁶⁾。摂食障害の診断基準項目に、期待される体重の85%以下が続くような

体重減少、が例として挙げられている⁶⁾。BMI 16以下は、摂食障害ではなくとも、望まれる体重の85%以下であることは明確であり、健康障害の有無・出現に注意が必要である。Weiらのアジアでの大規模調査結果では、BMI16以下は、BMI22代に比べ死亡率が約1.5倍と述べられている⁷⁾。また西田らは、やせ女性では、蛋白や微量栄養素の潜在的な不足を示しているリンパ球が減少していると報告している⁸⁾。骨密度については、今回例数は少ないが、LFで骨量が低下している学生が多かった。その他、やせ体型の女性は低出生体重児の出産のリスクが高く、低出生体重児は成人期の動脈硬化性病変やII型糖尿病・高血圧・冠動脈疾患・脳梗塞・血液凝固の亢進などに関係することが明らかになっている^{8,9)}。以上から、本人は勿論、次の世代の健康のためにも、定期的な身体計測や、やせの健康への影響などの情報提供を通して、自身の体型の正しい自覚と健康を振り返る場を設ける必要がある。

運動習慣については、ない学生がLF・OMに認められた。運動は、肥満や生活習慣病の予防¹⁰⁾の他、骨量の維持・増加にも関係¹¹⁾し、認知症の防御因子でもある¹²⁾。激しい運動・スポーツではなくとも、まずは効果が期待出来るとされる、1日30分程度の歩行に匹敵する身体活動を、学生に対して勧めていくことが重要と考えられた。

今回、再検査に来所した学生は、肥満・やせ学生の中でも、健康意識が高い学生であったと推測される。今後は、より多くの学生に対し、自身の健康状態を把握し、社会人となっても役立つ正しい知識を得る機会を提供できるよう努めていきたい。

【参考文献】

- 1) 三島香津子, 中村準一. 肥満学生に対する健康指導～食生活・運動・生活習慣～ 保健管理センター報告書. 26 : 42-44, 2013
- 2) 鳥取大学学生部生活支援課. とっとりキャンパスライフ 2012-平成24年度学生生活実態調査報告書- p 14, 2013
- 3) 厚生労働省栄養指導室栄養調査係. 平成24年度国民健康・栄養調査結果の概要 p 27, 2013
- 4) 児玉浩子. 小児を生活習慣病から守る食習慣-食育の立場から 日医会誌. 136 : 2361-2365, 2008
- 5) 児玉浩子. 若年女性・妊婦のやせの問題. 日医会誌. 138 : 911-914, 2009
- 6) 西園マーハ文. 摂食障害のセルフヘルプ援助. 患者の力を生かすアプローチ 東京 : 医学書院 ; p4-8, 2010
- 7) Wei Zheng, Dale F McLerran, et al. Association between Body-Mass Index and risk of death in more than 1 Million Asians N.Eng.J.Med. 364 : 719-729, 2011
- 8) 西田友子, 榊原久孝. 痩せ女性の健康問題-栄養評価を中心に- 現代医学. 58 : 145-152, 2010
- 9) 林謙治. 思春期をめぐる最近の話題 産婦人科治療. 103 : 113-117, 2011
- 10) 佐々木淳. 運動療法の実際と注意点 日医雑誌. 136 : 特別号 1 ; S205-207, 2007
- 11) 太田博明. 運動療法の骨粗鬆症における意義 Osteoporos. Japan. 21 : 54-55, 2013
- 12) 中島健二, 和田健二 編. 認知症診療 Q&A92. 東京 : 中外医学社 ; p224-226, 2012

神 經 内 科 (科 学 評 論 社)

第 76 卷 、 4 号 、 2012 年

p 413

LETTERS TO THE EDITOR

不 眠 の 悪 化 か ら 診 断 し た

甲 状 腺 機 能 亢 進 症

Hyperthyroidism diagnosed by
worsened insomnia.

三 島 香 津 子 * , 小 西 吉 裕 ** , 下 田 光 太 郎 **

* Katsuko MISHIMA, M.D.: 鳥 取 大 学 保 健 管 理
セ ン タ ー [〒 680-8550 鳥 取 県 鳥 取 市 湖 山 町
南 4-101] ; Health Science Center, Tottori
University, Tottori 680-8550, Japan.

** Yoshihiro KONISHI, M.D. & Kotaro SHIM-
ODA, M.D.: 国 立 病 院 機 構 鳥 取 医 療 セ ン タ ー 神
經 内 科 ; Department of Neurology, National
Hospital Organization, Tottori Medical Ce-
nter, Tottori, Japan.

2012年 1月 26日

拝啓

抑うつ症状から、不眠・食欲低下・体重減少を併発する患者は少なくありません。体重減少をきたす疾患の1つとしては、甲状腺機能亢進症がよく知られていますが、症状には不眠もあげられます¹⁾。私たちは、抑うつ・不眠で外来通院中、不眠の悪化を契機に甲状腺機能亢進症が判明した症例を経験しましたので、報告いたします。

症例は55歳男性。6年前に妻の死をきっかけに抑うつ傾向・不眠となり、睡眠導入剤等の投薬治療を受けていました。2011年2月、最近中途覚醒があり熟睡感がない、と訴えられました。半年で約5kg体重が減少しており、他に身体疾患の合併も考えられない事より、抑うつ傾向の悪化を疑いました。診察にて、脈拍104/分と頻脈、かつ手指振戦を認めました。カルテ記載を振り返ると、2010年9月頃より脈拍100/分以上を記録し、体重減少の時期と一致していました。血液検査等を行ったところ、TSHが $0.01\mu\text{IU/ml}$ 以下と減少、 $\text{FT}_3 \cdot \text{FT}_4$ は $16.55\text{pg/ml} \cdot 4.49\text{ng/dl}$ といずれも高値で、甲状腺機能の亢進を認めました。炎症反応や一般血液・生化学検査、心電図は正常でしたが、マイクロゾームテスト25600倍・TSHレセプター抗体 5.5IU/L と高値を示し、超音波検査でび慢性甲状腺腫を認めたことから、原発性甲状腺機能亢進症（Basedow病）と診断し、チアマゾール 30mg

の投薬治療を開始しました。その後徐々に体重は回復し手指振戦は消失、あわせて睡眠障害も改善いたしました。現在は、チアマゾール 5mg の隔日内服にて、TSH 0.19 μ IU/ml・FT₃ 3.69 pg/ml・FT₄ 0.97 ng/dl とほぼ正常範囲となり、引き続き通院中です。

Basedow 病の症状としては、本例でも認められた体重減少・頻脈・手指振戦の他、活動性の亢進やイライラ感が一般的ですが²⁾、特に高齢者では、症状がないことや体重減少のみが目立つ場合、また食欲不振・無口・衰弱・うつ状態などの無力感が前面に出る無欲性甲状腺機能亢進症を呈することが知られています³⁾。本例は高齢ではありませんが、抑うつ・不眠が甲状腺機能と関係していた可能性は否定できません。臨床所見・症状には常に注意をはらい、診察を行っていく必要性を痛感しましたので、報告いたしました。

敬具

文献

- 1) 田口亮，山田正信．甲状腺機能異常－いかに疑い，何を検査するか．内科 2011；107：17－20．
- 2) 森 昌朋．甲状腺疾患のガイドライン．日内会誌 2011；100：712－6．
- 3) 磯崎 収．潜在性甲状腺機能亢進症の疾患概念，診断と治療．内分泌・糖尿病科 2007；25：334－40．

Ⅲ 保健管理センターの 業務内容その他

1 保健管理センターの業務内容について

- (1) 健康診断の実施
 - ① 新入生健康診断（X線間接撮影，尿検査，身体計測，血圧測定，問診）
 - ② 定期健康診断（X線間接撮影，尿検査，身体計測，血圧測定，内科診察）
 - ③ 臨時健康診断（中国五大学学生競技大会参加者，その他）
 - ④ 特別健康診断（外国人留学生，有機溶剤取扱者，放射線業務従事者，医学部結核検査等）
- (2) 健康診断後の事後措置
 - ① 再検査
 - ② 生活指導
 - ③ 診察および必要に応じて医療機関への紹介
- (3) 学生および職員健康相談業務の実施
 - ① 身体的健康相談
 - ② 精神的健康相談（カウンセリング）
 - ③ 健康の保持増進のための健康相談
- (4) 応急処置
- (5) 健康に関する講演会等の企画及び実施
- (6) 健康診断証明書の発行
- (7) 感染症予防教育や流行時の対応などの感染症対策
- (8) 保健管理に関する調査研究
- (9) 環境衛生の維持、改善に関すること
- (10) 健康管理記録の管理
- (11) その他保健に関する専門的業務

鳥取大学保健管理センター規則第二条

- a. 健康診断に関すること。
- b. 健康相談及び救急処置に関すること。
- c. 健康診断の結果に基づく健康の保持増進についての必要な指導に関すること。
- d. 環境衛生の維持、改善及び感染症の予防についての指導援助に関すること。
- e. 保健管理の充実向上のための調査研究に関すること。
- f. その他健康の保持増進について、必要な専門的業務に関すること。

2 保健管理センター関係職員

平成24年度

職 名	氏 名	備 考
所 長 (教 授)	中 村 準 一	精神健康相談
准 教 授	三 島 香津子	健康相談 (内科, その他)
保 健 師	浜 本 扇 代	健康相談一般、応急処置 (保健師)
看 護 師	飯 田 啓 子	〃 (看護師)
看 護 師 (米子地区)	松 原 典 子	〃 (看護師)
特任教員 (米子地区)	西 川 健 一	健康相談 (内科, その他)
事 務 職 員	宮 田 育 征	事務 (主事・生活支援課長)
〃	藤 原 愛 恵	〃 (生活支援課)
学校医 (鳥取地区)	吉 岡 千 尋	健康相談 (精神健康相談)
〃	堀 内 正 人	〃 (内科, その他)
臨床心理士 (鳥取地区)	浦 木 恵 子	カウンセリング
学 校 医 (米子地区)	吉 岡 伸 一	健康相談 (精神健康相談)
〃	松 村 博 史	〃 (精神健康相談)
〃	坪 内 めぐみ	〃 (精神健康相談)
臨床心理士 (米子地区)	草 野 知 子	カウンセリング

3 健康相談日程表

<鳥取地区の健康相談>

	担当	受付時間	備考
医師による 健康相談	三島香津子(脳神経内科医)	10:00～11:30 14:00～16:00	一般診察 (*木曜日は休診) 原則として予約制
応急処置 健康相談	保健師, 看護師	8:30～17:00	けが, 急病等の応急処置 健康相談一般
学校医による 健康相談	堀内正人(内科医)	毎週金曜日 13:15～14:00	一般診察 原則として予約制 *夏季休暇など学校休業期間中は休みます
心の相談	中村準一 (保健管理センター所長)	毎週月・火・木 金曜日 10:00～11:00 13:00～16:00	原則として予約制
	吉岡千尋 (学校医, 精神科医)	毎週水曜日 15:00～16:30	原則として予約制 *夏季休暇など学校休業期間中は休みます
	浦木恵子 (カウンセラー・臨床心理士)	毎週火・金曜日 9:00～11:00 13:00～16:00	原則として予約制

<米子地区の健康相談>

	担当	受付時間	備考
健康相談	看護師	9:00～17:00	健康相談一般
応急処置	看護師	9:00～17:00	けが, 急病等の応急処置
学校医による 健康相談	西川健一 (内科医)	12:00～13:00	一般診察 原則として予約制
学校医による 心の相談	坪内めぐみ (精神科医)	毎月第2火曜日 12:00～13:00	原則として予約制 *夏季休暇など学校休業期間中は休みます
	吉岡伸一 (精神科医)	毎月第3木曜日 12:00～13:00	
	松村博史 (精神科医)	毎月第3金曜日 12:00～13:00	
心の相談	中村準一 (保健管理センター所長)	第4火曜日 12:00～14:00	原則として予約制
	草野知子 (カウンセラー・臨床心理士)	毎週水・金曜日 13:00～17:00	原則として予約制

4 保健管理センター運営委員

[平成24年度]

保健管理センター	中村 準一、三島 香津子		
地域学部	関 耕二	農学部	佐野 淳之
医学部	吉岡 伸一	総務企画部	小田 威司
工学部	陳 中春	学生部	織戸 保之

5 鳥取大学保健管理センター規則

(趣 旨)

第1条 この規則は、鳥取大学学則(平成16年鳥取大学規則第55号)第13条第2項の規定に基づき、鳥取大学保健管理センター(以下「保健管理センター」という。)の組織及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(目 的)

第1条の2 保健管理センターは、鳥取大学(以下「本学」という。)における学生及び職員の保健管理に関する専門的業務を行い、健康の保持増進を図ることを目的とする。

(業 務)

第2条 保健管理センターは、次に掲げる業務を行う。

- 一 健康診断に関すること。
- 二 健康相談及び救急処置に関すること。
- 三 健康診断の結果に基づく健康の保持増進についての必要な指導に関すること。
- 四 環境衛生の維持、改善及び感染症の予防についての指導援助に関すること。
- 五 保健管理の充実向上のための調査研究に関すること。
- 六 その他健康の保持増進について、必要な専門的業務に関すること。

(組 織)

第3条 保健管理センターに次の職員を置く。

- 一 所長
- 二 教員
- 三 学校医又はカウンセラー
- 四 主事
- 五 技術職員

(所 長)

第4条 所長は、保健管理センターの責任者としてその業務を掌理する。

2 所長の選考は、鳥取大学保健管理センター運営委員会(以下「運営委員会」という。)の推薦に基づき、学長が行う。

3 所長の任期は、2年とし、再任されることができる。

(教 員)

第5条 教員は、保健管理センターの専門的業務を行う。

2 教員の選考は、鳥取大学教員選考基準(昭和31年鳥取大学規則第7号)及び鳥取大学教員選考に関する基本方針(平成14年4月4日評議会承認)によるほか、運営委員会の議を経て学長が行う。

(学校医等)

第6条 学校医は、学校保健安全法施行規則(昭和33年文部省令第18号)第22条に基づく職務に従事する。

2 主事は、学生部生活支援課長をもって充て、所長の命を受けて事務を処理する。

3 技術職員は、保健管理センターの技術に関する業務に従事する。

(運営委員会)

第7条 保健管理センターに運営委員会を置く。

第8条 運営委員会は、次に掲げる事項を審議する。

- 一 中期目標・計画に関すること。
- 二 組織の設置又は廃止に関すること。
- 三 管理運営及び業務に関すること。
- 四 評価に関すること。
- 五 所長候補者の推薦に関すること。
- 六 専任教員の推薦に関すること。
- 七 その他所長が必要と認める事項

第9条 運営委員会は、次に掲げる者をもって組織する。

- 一 保健管理センターの所長及び教員
- 二 地域学部、医学部、農学部(連合農学研究科及び乾燥地研究センターを含む。)及び工学研究科から選出された教員各1人。
- 三 総務部長及び学生部長

2 前項第2号の委員の任期は、2年とし、再任を妨げない。ただし、欠員を生じた場合の後任の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

第10条 運営委員会に委員長を置き、所長をもって充てる。

- 2 委員長は、委員会を招集し、その議長となる。
- 3 委員長に事故があるときは、委員長があらかじめ指名した委員がその職務を代理する。

第11条 運営委員会は、委員の過半数の出席をもって開くものとする。

2 運営委員会の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

3 前2項の規定にかかわらず、保健管理センターの人事に関する事項を審議する場合には、委員の3分の2以上の出席をもって開催し、出席した委員の3分の2以上の同意をもって決する。

第12条 委員長が必要と認めたときは、委員以外の者を出席させ、その意見を聴くことができる。

(事務)

第13条 運営委員会の事務は、学生部生活支援課において処理する。

(雑則)

第14条 この規則に定めるもののほか、保健管理センターに関し必要な事項は、運営委員会の議を経て、所長が定める。

(分室)

第15条 保健管理センターに、必要があるときは分室を置くことができる。

2 分室の設置、組織等について必要な事項は、運営委員会の議を経て学長が定める。

附 則

- 1 この規則は、昭和56年10月14日から施行する。
- 2 この規則施行の際、鳥取大学保健管理センター規則(昭和45年鳥取大学規則第2号)第5条第2号の規定による委員である者は、当該委員としての任期に相当する期間が満了する日までの間、引続きこの規

則第6条第1項第2号に規定する委員となるものとする。

- 3 この規則第6条第1項第2号の規定により新たに委員となる者の任期は、同条第2項の規定にかかわらず、昭和57年3月31日までとする。

附 則(平成4年3月6日鳥取大学規則第6号)

この規則は、平成4年3月6日から施行する。

附 則(平成7年3月8日鳥取大学規則第21号)

この規則は、平成7年4月1日から施行する。

附 則(平成9年2月12日鳥取大学規則第4号)

この規則は、平成9年2月12日から施行し、平成8年4月1日から適用する。

附 則(平成10年4月9日鳥取大学規則第17号)

この規則は、平成10年4月9日から施行する。

附 則(平成11年9月8日鳥取大学規則第54号)

この規則は、平成11年10月1日から施行する。

附 則(平成12年3月8日鳥取大学規則第14号)

この規則は、平成12年4月1日から施行する。

附 則(平成13年9月12日鳥取大学規則第65号)

この規則は、平成13年9月12日から施行する。

附 則(平成14年3月13日鳥取大学規則第29号)

この規則は、平成14年4月1日から施行する。

附 則(平成16年4月9日鳥取大学規則第84号)

- 1 この規則は、平成16年4月9日から施行し、改正後の鳥取大学保健管理センター規則の規定は、平成16年4月1日から適用する。

- 2 鳥取大学保健管理センター所長候補者選考規則(昭和59年鳥取大学規則第2号)及び鳥取大学保健管理センター教員選考規則(昭和59年鳥取大学規則第3号)は、廃止する。

附 則(平成18年12月14日鳥取大学規則第146号)

この規則は、平成18年12月14日から施行する。

附 則(平成20年5月21日鳥取大学規則第72号)

この規則は、平成20年5月21日から施行し、改正後の鳥取大学保健管理センター規則の規定は、平成20年4月1日から適用する。

附 則(平成21年6月22日鳥取大学規則第66号)

この規則は、平成21年6月22日から施行し、改正後の鳥取大学保健管理センター規則の規定は、平成21年4月1日から適用する。

附 則(平成23年6月10日鳥取大学規則第57号)

この規則は、平成23年4月1日から施行する。

鳥取大学保健管理センター米子分室細則

第1条 鳥取大学保健管理センター規則(昭和56年鳥取大学規則第21号)第15条の規定に基づき、鳥取大学保健管理センター米子分室(以下「分室」という。)を置く。

第2条 分室は、医学部における健康相談及びこれに関する業務を行う。

第3条 分室に学校医及びその他必要な職員を置く。

第4条 分室の事務は、医学部事務部において処理する。

附 則

この細則は、昭和50年6月1日から施行する。

附 則(昭和56年10月14日鳥取大学規則第22号)

この細則は、昭和56年10月14日から施行する。

附 則(平成12年3月8日鳥取大学規則第15号)

この細則は、平成12年4月1日から施行する。

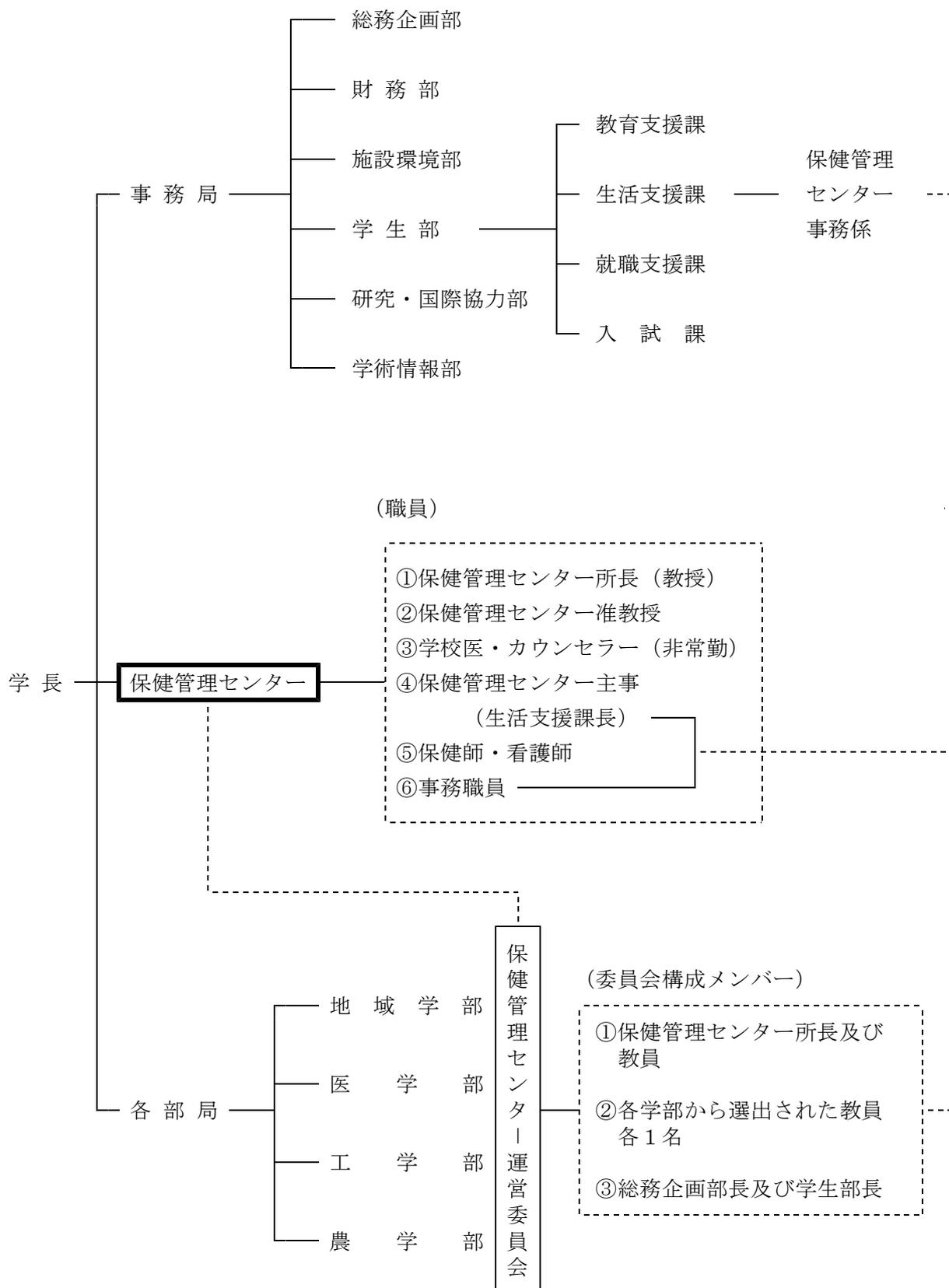
附 則(平成14年3月29日鳥取大学規則第35号)

この細則は、平成14年4月1日から施行する。

附 則(平成16年4月9日鳥取大学規則第143号)

この細則は、平成16年4月9日から施行し、平成16年4月1日から適用する。

6 保健管理センター機構図



7 沿革

昭和44年 4月 1日	国立学校設置法施行規則の一部改正により、鳥取大学保健管理センター設置事務取扱いに三島良兼（学生部長）発令	
昭和45年 3月31日	保健管理センターの竣工 R C 1 設置面積 266㎡	
昭和46年 4月 1日	初代所長（併）に多田 学助教授（教育学部）就任	～昭和48年 2月28日
昭和46年 4月 1日	看護婦 長畑鈴子 着任	～昭和50年 3月31日
昭和46年 4月 1日	看護婦 影山雅子 着任	～昭和53年 3月31日
昭和46年 7月 1日	講師 落合 潮 着任	～昭和50年 3月31日
昭和48年 3月 1日	所長（併）に高木 篤教授（医学部）就任	～昭和50年 2月28日
昭和48年 3月20日	助教授 吉岡千尋 着任	
昭和50年 3月 1日	所長（併）に清水久太郎教授（医学部）就任	～昭和54年 2月28日
昭和50年 4月 1日	保健婦 久住喜代子 着任	
昭和50年 6月 1日	鳥取大学保健管理センター規則に基づき、保健管理センター米子分室設置	
昭和50年 7月 1日	講師 田中宏尚 着任	
昭和54年 3月 1日	所長（併）に原田道義教授（医学部）就任	～昭和56年 2月28日
昭和56年 3月 1日	所長（併）に齋藤義一教授（医学部）就任	～昭和58年 2月28日
昭和56年12月 1日	助教授 吉岡千尋 教授に昇任	
昭和58年 3月 1日	所長（併）に渡邊嶺男教授（医学部）就任	～昭和59年 3月12日
昭和59年 3月12日	所長事務取扱いに高木 篤（学長）発令	
昭和59年 6月 1日	所長（併）に前山 巖教授（医学部）就任	～昭和61年 5月31日
昭和60年 7月 1日	講師 田中宏尚 助教授に昇任	～平成 8年 3月31日
昭和61年 6月 1日	所長（併）に吉岡千尋教授（保健管理センター）就任	～昭和63年 5月15日
昭和63年 4月 1日	看護婦 澤田由美子 着任	～平成 3年 3月31日
昭和63年 5月16日	教授 石飛和幸 着任	～平成17年 3月31日
昭和63年 5月16日	所長（併）に石飛和幸教授（保健管理センター）就任	～平成17年 3月31日
平成 3年 4月 1日	看護婦 飯田啓子 着任	
平成 7年 3月31日	歯科診療廃止	
平成 8年 4月 1日	助教授 中村準一 着任	
平成11年12月21日	X線装置廃止	
平成13年 3月13日	保健管理センターの増・改修 増築面積 77㎡	
平成17年 4月 1日	助教授 中村準一 教授に昇任	
平成17年 4月 1日	所長（併）に中村準一教授（保健管理センター）就任	
平成17年 4月 1日	助教授 井岸 正 着任	～平成19年 9月29日
平成17年 6月30日	看護師 松原典子 着任	
平成20年 4月 1日	保健師 浜本扇代 着任	
平成22年 4月 1日	准教授 三島香津子 着任	
平成22年 4月 1日	特任教員 西川健一 就任	

保健管理センター報告書 NO. 27
(平成24年度)

平成26年(2014年) 3月発行

発行 鳥取大学保健管理センター
〒680-8550 鳥取市湖山町南4丁目101
TEL 0857-31-5065
FAX 0857-31-5565