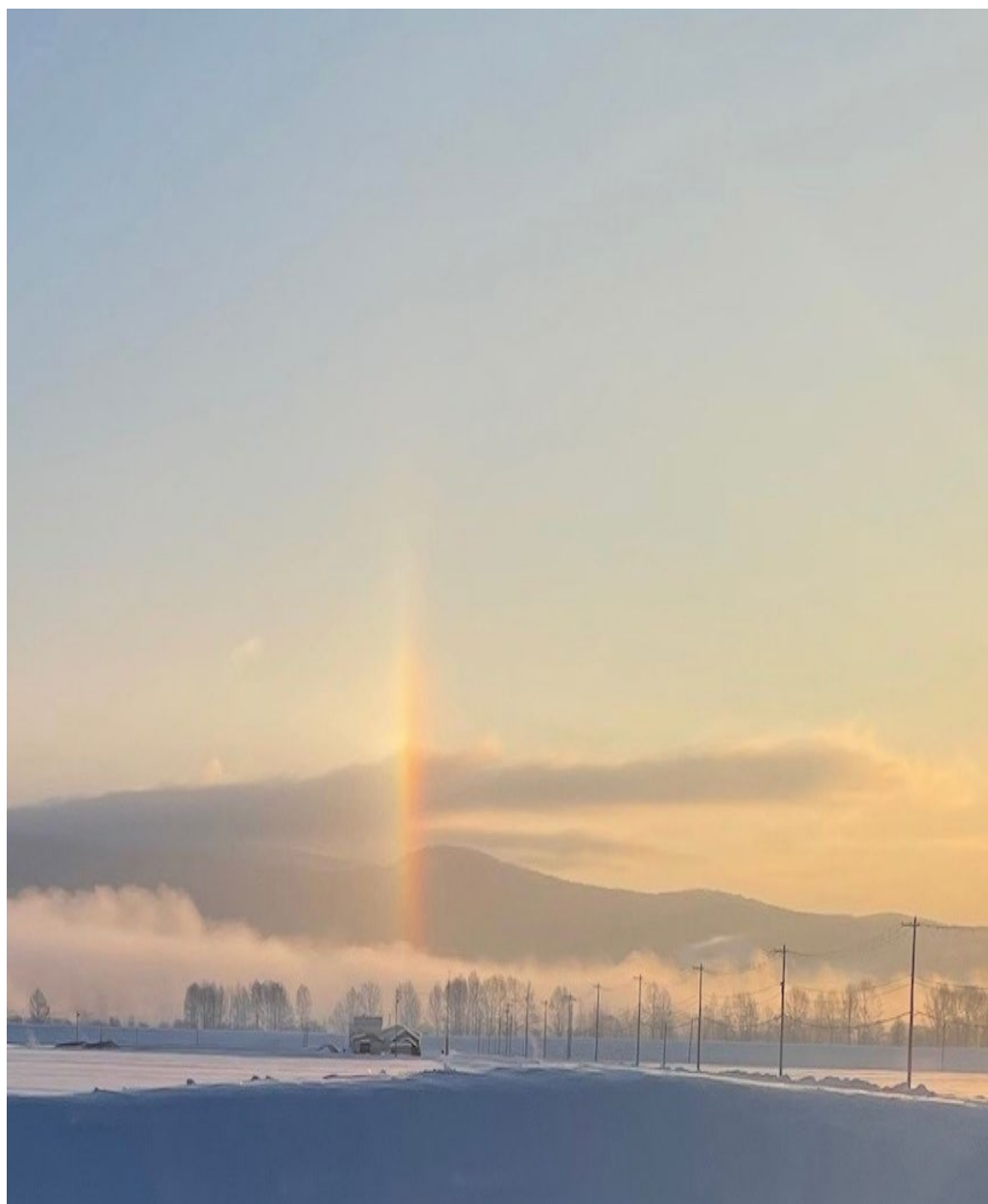


名寄市立大学

健康サポートセンター一年報

第15号 (2022年度)



名寄市立大学 健康サポートセンター



目 次

はじめに	1
1. 学生数・教職員数	2
2. 年間業務計画と実施状況	3
3. 通年業務	4
4. 学生の定期健康診断結果 受診状況・所見等	5
5. 体と心のスクリーニング検査	7
6. 感染症予防対策	9
7. 利用状況	11
8. 教育・健康・広報活動	15
9. 沿革	17
10. 関係者名簿	18
11. 関係規則	19
12. 施設所在地・平面図	22
あとがき	23

はじめに

名寄市立大学・健康サポートセンター長 塚原 高広

新型コロナウイルス感染症対応に追われた1年でした。当初、看護学科教員が中心となって実施していた積極的疫学調査は、2022年5月下旬より健康サポートセンターに業務が移管しました。通常業務との両立を図るため、可能な限り共有する情報の電子化を進めましたが、一人暮らしの学生がほとんどであるという本学の特性を考え、初期対応は電話で行うこととして学生がかかえる不安の軽減につとめました。そのため、スタッフの業務負担は多大なものがありました。幸い、2021年12月に初めて学内関係者の感染の報告を受けてから、学内でのクラスターの発生はないまま、5類感染症への位置づけをされた2023年5月8日を迎えることとなりました。

高齢者の既感染率はイギリス等に比べてまだまだ低いと考えられますので、感染者数の振動の幅が小さくなりエンデミックな疾患となるまで、今後も大きな流行が繰り返されることが予想されます。そのため、新型コロナウイルス感染症の高齢者の致命率が季節性インフルエンザと同等となるまでには相当の時間を要すると思われ、健康寿命への影響も懸念されます。

4月より本学でもマスクの着用は求めず本人の判断になりましたが、学内外を通じて市内ではマスクを着用している人がほとんどである状態が続いています。三密でなければマスクをしなくてもよいこと、密閉した環境ではマスクをしていてもエアロゾル感染を防げないことは、頭では理解しても適切な行動をとることは別問題です。本学は、保健福祉学部の単科大学であり、多くの学生が病院や高齢者施設にて実習を行っております。感染リスクに応じた感染対策がとれるヘルスリテラシーの向上が重要だと考えており、健康サポートセンターにおいても、それに役立つ情報発信を継続していきたいと思えます。

学生の行動制限が緩和され、すべての授業が対面となりサークル活動も開始されました。健康サポートセンターの利用は、昨年度までは事前予約制でしたが、今年度からその制限を撤廃いたしました。ただし、メンタルヘルス相談については今年度も週2回のみ体制であり予約制を継続します。昨年度の目標に掲げた「学生が自らの心身の健康全般を自分で管理できるようにサポートしていく仕組み」はまだまだ実現できておらず、引き続き課題として取り組む所存です。今後とも、学内外の皆様のご理解とご支援をよろしくお願いいたします。

2023年5月

1. 学生数・教職員数（2022年4月1日現在：休学者含む）

学生数

	1年生			2年生			3年生			4年生			合計		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計
保健福祉学部															
栄養学科	7	33	40	5	37	42	4	37	41	2	38	40	18	145	163
看護学科	0	52	52	6	46	52	5	49	54	6	42	48	17	189	206
社会福祉学科	9	41	50	16	36	52	18	35	53	15	33	48	58	145	203
社会保育学科	6	39	45	5	50	55	5	46	51	7	45	52	23	180	203
合計	22	165	187	32	169	201	32	167	199	30	158	188	116	659	775

教職員数

	男	女	計
教員	41	40	81
職員	18	26	44
合計	59	66	125

2. 年間業務計画と実施状況

月	業務	備考
4	入学式救護 新入生ガイダンスにて学生健康記録、感染症調査表回収 定期健康診断：内科検診・身体測定・血圧測定（全学年）・胸部X線検査（新入生/卒業年次生/栄養学科3年生） 学生健康記録呼び出し面談 （看護、保育学科新入生宿泊オリエンテーション・保育学科は医師同行）	実施 実施 実施 実施 中止
5	健康診断結果呼び出し（～8月まで） 日本学生相談学会第40回大会（大阪大学）5月7-8日 新入生に体と心の健康チェックアップ調査 調査後の呼び出し面談（うつ・発達障害傾向、身体面心理面の面談希望確認） 2022年度年報発行	実施 1名参加 実施 実施 実施
6	新型コロナワクチン職域接種 接種・救護 若干名 体と心の健康チェックアップ調査後呼び出し面談	実施 実施
7	新型コロナワクチン職域接種 接種・救護 若干名 大学祭救護 （本学1年生へ心肺蘇生講習実施）	実施 実施 中止
8	年報作成作業 全国大学保健管理協会北海道地方研究集会 8月26日札幌ガーデンパレス 新型コロナワクチン職域接種 接種・救護 若干名	実施 1名参加 実施
9	照度検査、AED点検	実施
10	次年度予算審議・提出	実施
11	（全国学生相談研究集会） 推薦・編入入試救護	不参加 実施
12		
1	大学共通試験救護	実施
2	一般前期入学試験救護	実施
3	照度検査、AED点検 次年度入学者へ案内等発送：当センターパンフレット、保護者へのお願い、学生健康記録、既往歴/予防接種歴アンケート、アルコールパッチテスト 卒業式救護 （一般後期入学試験救護）	実施 実施 実施 不参加

3. 通年業務

1) 体と心の相談

急な傷病や緊急対応が必要な場合以外は、看護師・相談員にメールで連絡し、予約してから個別に対応する。(コロナ感染防止対策として自由来室を制限した)

看護師常駐時間：平日 9：00～17：00、長期休暇中 10：10～17：00

相談員常駐時間：平日 9：00～17：00 (火・水)

2) 応急処置・初期診断

3) 専門医への紹介、受診同行

4) 健康診断書発行

5) ワクチン助成申請手続き

6) 感染予防対策

感染状況レベルに合わせて学内の玄関・食堂入口の手指消毒薬の設置・補充(2022年10月末より施設管理者へ管理を依頼する)

4. 学生の定期健康診断結果 受診状況・所見等（休学者は未受診）

健康診断は、北海道結核予防会札幌複十字総合健診センターに委託して行った。

健診内容は身長、体重、血圧、内科検診は全員、胸部レントゲン検査は1年次と卒業年次、栄養学科3年生の学生を対象に実施した。

1) 定期健康診断受診状況

	対象者数（名）	受診者数（名）	受診率（％）
1年生	187	187	100.0
2年生	201	199	99.0
3年生	199	198	99.4
4年生	188	182	96.8

2) 身長

	N	平均	SD	Min	Max	分布							
						<150	<155	<160	<165	<170	<175	<180	180≤
男性	115	170.7	7.1	155.0	186.9	0	0	4	16	33	34	19	9
女性	651	158.4	7.0	141.2	174.9	29	146	226	174	63	13	0	0

3) 体重

	N	平均	SD	Min	Max	分布						
						<40	<50	<60	<70	<80	<90	90≤
男性	115	61.9	9.0	45.1	85.5	0	8	42	44	17	4	0
女性	651	53.6	9.1	28.7	109.2	14	225	293	87	26	4	2

4) BMI

	N	平均	SD	Min	Max	分布（日本肥満学会基準：2016）					
						低体重 <18.5	正常 <25	1° 肥満 <30	2° 肥満 <35	3° 肥満 <40	4° 肥満 40≤
男性	115	21.2	3.0	15.2	27.7	14	90	11	0	0	0
女性	651	21.3	3.0	12.0	42.3	98	488	55	7	2	1

5) 収縮期血圧

	N	平均	SD	Min	Max	分布（日本高血圧学会治療ガイドライン：2019）			
						正常血圧	正常高値血 圧	高値血圧	高血圧
						<120	<130	<140	140≤
男性	115	122.2	10.8	85	143	42	52	17	4
女性	651	115.8	10.9	82	157	421	203	20	7

6) 拡張期血圧

	N	平均	SD	Min	Max	分布（日本高血圧学会治療ガイドライン：2019）		
						正常血圧 正常高値	高値血圧	高血圧
						<80	<90	90≤
男性	115	70.3	7.9	50	91	98	15	2
女性	651	68.2	7.9	43	97	603	46	2

7) 内科検診

	内科所見	人数	備考
男性	肥満・過体重：BMI ≥ 30	0	
	低体重：BMI ≤ 18.5	14	
	高血圧：SBP ≥ 140 DBP ≥ 90	5	センターで再検し2名異常なし。 1名来室なく、2名拡張期血圧高く次年度も要観察
	尿異常	0	
	喫煙	8	禁煙勧奨：呼び出しに来室は2名
女性	肥満・過体重：BMI ≥ 30	10	
	低体重：BMI ≤ 18.5	99	
	高血圧：SBP ≥ 140 DBP ≥ 90	8	センターで再検し、6名異常なし。 1名来室なし、1名高値にて指導・定期測定し、次年度も要観察
	尿異常（1年生）	12	センターで再検し11名異常なし。1名尿糖+にて病院紹介（異常なし）
	喫煙	5	禁煙勧奨：呼び出しに来室は4名
	甲状腺腫大	2	センター医診察1名異常なし、1名医療機関紹介（バセドウ病診断にて内服治療中）

8) 胸部X線検査

	胸部所見	人数	備考
女性	胸部陰影	1	病院にて精査：異常なし

5. 体と心のスクリーニング検査

2013年度以降、新入生に対し、(1)うつ傾向を測定する Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) 質問項目、(2)注意欠如・多動症 (ADHD) および自閉スペクトラム症 (ASD) のスクリーニング検査簡易版 (信州大学)、(3)学習障害 (LD) 傾向質問 (国立特別支援教育総合研究所、学生支援機構) を含む心の健康診断も実施している。2020年度からは、Forms を活用したオンラインでのアンケートに変更し、今年度も短期間で全員の回答を得る事ができた。

1) スクリーニング検査の回答状況

	対象者数 (名)	回答数 (名)	回答率 (%)	少なくとも1つが陽性となった数
男性	22	22	100	8
女性	165	165	100	11

① スクリーニング検査結果：陽性となった学生数

	PHQ9			ADHD 困り度	ASD 困り度	対人的困り度	LD 困り度
	≥10	希死念慮あり	強い困難感あり	≥15	≥12	≥9	≥8
男性	5	2	0	3	1	1	3
女性	5	8	0	1	4	1	1

カットオフ値は 2SD とした。

PHQ9、ADHD 困り度、ASD 困り度、対人的困り度、LD 困り度相互の相関

	ADHD困り度	ASD困り度	対人困り度	LD困り度
PHQ9 (うつ傾向)	0.587	0.670	0.460	0.436
ADHD困り度		0.652	0.447	0.607
ASD困り度			0.539	0.477
対人困り度				0.385

■ やや強い相関 ■ 弱い相関

対人困り度と LD 困り度 (学習困難感) は弱い相関をもつにとどまったが、それ以外の各指標は、相互にやや強い相関を持っていた。昨年までの結果では、学習に困難感を持つ学生は、ADHD 困り度とやや強い相関があったが、その他の困り度とは相関がなかった。それと比較して、今年の結果は大きく異なっていた。

② 健康調査：身体面・心理面での相談希望調査

前年度までの月経関連の調査では、自己評価で月経関連の不調を訴えた学生を面談対象としていた。しかし、実際に面談をしてみると、本人の困り感が低く介入が必要なほど重症ではないことが多かったため、2022年度から中止とした。それに代わり、身体面や心理面での不調に関する自由記

載項目を設け、さらに面談希望の有無を調査した。

身体面の不調の自由記載は、8名(男性1名、女性7名)、心理面の不調の自由記載は、19名(男性4名、女性15名)だった。月経関連の記入をした学生が4名いたが、面談希望者はいなかった。

調査後の面談は、身体面には看護師が対応し、心理面は相談員が対応した。PHQ9、ADHD 困り度、ASD 困り度、対人的困り度、LD 困り度が高い学生19名は、面談希望の有無に関わらず面談の対象とした。19名のうち面談を希望していたのは3名で、その後も学生生活が困難な状態が続き、継続的に支援した学生は1名だった。また、面談希望のなかった16名の学生のうち、学生生活を過ごす中で、困難感が増え、欠席が多く、生活がままならない状態になり、再度健サポが介入し病院受診や継続支援(学科教員との合同支援も含む)に至った学生は4名だった。

その他、PHQ9、ADHD 困り度、ASD 困り度、対人的困り度、LD 困り度が低くないが、面談を希望した3名の学生のうち、1名は腹部症状の不調から身体的相談を希望し、残りの2名は新生活での適応に関する事から、心理面での相談を希望し面談実施した。この3名は、継続支援の必要性は低いとアセスメントし、本人からも支援継続の希望もないため、面談等の継続的な支援はなかった。

1年生に対するPHQ9質問項目、ADHD・ASDスクリーニング検査簡易版、LD傾向質問を含む心の健康診断は今後も継続する。

6. 感染症予防対策

北海道結核予防会札幌複十字検診センターに委託して、全ての新生生に、罹患歴にかかわらず麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎、B型肝炎の抗体検査、胸部レントゲン検査、看護学科新生生全員にはC型肝炎の抗体検査を実施した。従来、抗体価が低い者には医療機関への紹介状を発行し予防接種を受けるよう勧奨していた。2022年より、医療関係者のためのワクチンガイドライン第3版に則り、抗体価測定値よりも予防接種歴を優先して推奨する予防接種回数を判定する方針へと変更した。そのため、新生生に公的な予防接種歴情報の提出を依頼し確認を行った。また、これまで全1年生にIGRA検査を実施し、全3年生にも麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎、B型肝炎の抗体検査を実施していたが、とくに必要と考えられる場合にのみ実施することとして、一律に全学生にこれらの検査を実施することは中止した。

これまで通り、推奨する予防接種を実際に受けたかどうかの調査をするため、予防接種を受けた医療機関でサインをしてもらうように、学生に接種証明用の確認書用紙を配布した。接種証明用の確認書用紙が提出されたものには、後援会から助成金を支給した。

新型コロナウイルス感染症に関しては、地域の感染状況やコロナ感染時の対応方法に変更があった等、状況に合わせてリーフレットを作成し、全学生にメールで周知をおこなった。陽性者や濃厚接触者の対応の他、11月から診療所として診断が可能となり、軽症者の医療機関への受診抑制に貢献できた。

学生の入学前接種歴（麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎）

		回答者数	接種歴		
			なし・不明	1回	2回以上
1年生	麻疹	189	4	20	165
	風疹	189	4	21	164
	水痘	189	118	71	0
	流行性耳下腺炎	189	99	86	4
	B型肝炎	189	186	0	3

※編入学生2名含む

学生の抗体値検査

1) 受検状況

	対象者数（名）	受検者数（名）	受検率（％）
1年生	189	189	100.0

※編入学生2名含む

2) 抗体値検査結果（麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎）

		受検者数	検査結果		
			－	±	＋
1 年生	麻疹	189	7	145	37
	風疹	189	8	122	59
	水痘	189	8	17	164
	流行性耳下腺炎	189	57	54	78

注：判定基準

		－	±	＋
麻疹	(EIA 法)	< 2×	< 16×	16× ≤
風疹	(HI 法)	< 8×	< 32×	32× ≤
水痘	(EIA 法)	< 2×	< 4×	4× ≤
流行性耳下腺炎	(EIA 法)	< 2×	< 4×	4× ≤

3) ウイルス性肝炎検査結果（B、C 型肝炎）

	受検者数	検査項目	検査結果		医療機関紹介		
			－	＋	予防接種勧奨	精密検査・治療	
1 年生	189:全学科	HBV	HBsAg	189	0	188	0
			HBsAb	188	1		
	52:看護学科	HCV	HCvAb	52	0		0

十分な抗体価を持たない 1 年生の割合は、麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎について、それぞれ 81.3%、69.0%、13.4%、59.4%であり、昨年と同様の傾向であった。また、HBs 抗原陽性者、HCV 抗体陽性者は、いずれも存在せず、HBs 抗体陽性者はワクチン接種歴があった。

7. 利用状況

1) 看護師対応件数

表 1

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	
1	内科系 (発熱、気分が悪い、生理痛など)	学生	23	9	11	12	6	4	9	6	7	7	1	1	96
		教職員	2	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	7
2	外科系 (ケガ、火傷、虫刺されなど)	学生	13	6	13	7	3	2	1	2	1	2	0	0	50
		教職員	2	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	6
3	婦人科系	学生	0	4	4	2	1	0	2	0	2	0	0	0	15
		教職員	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	心の相談 (生活相談、友人関係、進路のことなど)	学生	13	11	29	28	8	16	12	23	20	11	16	3	190
		教職員	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2
5	医療相談 (病院受診の診断、受診後報告など)	学生	5	4	8	4	3	1	0	4	0	0	0	0	29
		学生コロナ対応	68	52	9	59	64	23	97	41	125	29	8	0	575
		教職員	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3
6	検査 (身長・体重・血圧・視力聴力・尿検査)	学生	57	1	20	7	1	0	0	0	6	0	0	0	92
		教職員	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
		教員コロナ対応	4	0	0	3	1	0	5	0	0	0	0	0	13
7	健康指導(体重・婦人科系・血圧・禁煙)	学生	6	11	23	23	13	7	8	6	14	3	2	0	116
		教職員	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	健診・書類関係	学生	67	54	43	6	6	9	6	3	22	9	21	4	250
		教職員	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
9	呼び出し	学生	43	23	44	11	3	0	6	4	4	3	1	0	142
10	教員、家族から学生の相談、情報提供	学生	0	4	6	6	1	2	6	1	2	0	5	2	35
11	その他	学生	93	19	16	14	4	11	25	11	11	4	3	5	216
		教職員	2	5	2	1	1	5	5	4	1	0	3	0	29
学生合計			388	194	220	173	112	73	165	100	212	68	52	13	1705
教職員合計(外部も含む)			14	11	11	11	3	7	18	7	5	1	10	4	88
全合計			402	205	231	184	115	80	183	107	217	69	62	17	1855
実人数			230	130	133	108	69	44	127	70	119	48	46	15	1139

注) 相談経路は直接面接したもののほか、電話、電子メールによるものも含む

平日月～金曜日 9:00～17:00 看護師常駐(学生長期休暇中は看護師在室 10:10～17:00) で対応した。

表2 メンタルヘルス相談 対応のべ件数（相談員対応）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
自身の性格・心理	3	14	13	11	3	4	7	14	5	7	3	6	90
対人関係	0	3	4	6	1	1	3	3	2	2	5	1	31
家族関係	6	10	6	5	2	3	4	4	1	0	0	0	41
学修関係	1	2	3	0	1	0	3	1	3	0	2	0	16
進路・就職	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2
精神疾患・発達障害 かもと不安	1	0	0	1	0	1	2	2	0	1	0	0	8
医療への受診相談	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	3
健サポからの呼び出し 面談	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
その他	0	2	1	0	0	0	0	2	0	0	2	1	8
項目合計(月別) <複数含む>	17	29	27	23	7	9	19	24	11	13	10	7	196
面接件数合計(月別)	15	19	19	16	4	7	13	16	6	9	12	8	144

表3 メンタルヘルス相談 対応実人数 学年別集計表（相談員対応）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	実人数合計
1年生	8	4	7	3	1	2	0	1	1	1	2	0	30
2年生	1	0	0	1	1	0	2	3	0	0	0	1	9
3年生	5	3	2	3	1	0	2	3	1	2	1	0	23
4年生	0	1	1	0	0	1	2	2	2	1	1	0	11
教職員	1	1	1	1	1	1	1	3	0	2	3	2	17
合計	15	9	11	8	4	4	7	12	4	6	7	3	90

※[教職員]は情報共有・相談・コンサルテーションによる対応人数も含む

2) メンタルヘルス相談

相談員が受けた月別のべ相談件数は表2に、月別対応実人数は表3に示す。2022年度は新任の相談員（精神科医師）が着任、週2日の勤務となったため、全体の件数はやや減少している。（看護師が受けた心の相談件数については前ページに記載。）

2022年度も、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響に伴い、感染防止対策として、昨年同様、健康サポートセンター（以下、「健サポ」）の利用は、事前予約制（当日予約も可）を原則とした。

4月 新入生の入学後カルテ呼出面談にて、看護師スタッフと担当を分担し、相談員は精神科系の持病のある学生を中心に面談を行った。過去の状況や、現在の受診状況、服薬状況等聴き取りを行い、大学生活において配慮が必要か確認を行った。早い段階で持病や悩みについて相談できる場所が学内にあると認知してもらうことで、通院先の変更や、環境の変化によって出現した症状に対して、受診検討や、助言など迅速に行うことができた。

また、2年生以上の学生では、学年が上がり講義内容がより専門的になること、また、春休みを経て学業を続けることの不安や疲労の相談で来室した学生も複数いた。

5～6月 新入生全員を対象とした体と心のチェックアップを、昨年同様 Forms を利用し実施した。気分の落ち込みや、学習、注意の問題など今後の大学生活で困りごとを抱える可能性のある学生一人一人にメールや、対面での面談を行い、現況の把握と、不安の軽減を図った。チェックアップで要注意となった学生はその後フォローアップを行う機会が多かった。

7月 試験の時期のため、再試の不安などに対応した。

8～9月 夏季休暇中も健サポは通常通り開放していたが、学生の来室は少なかった。精神科に通院している学生の受診フォローや、名寄に滞在している学生の継続面談などを行った。

10月 後期が始まり、夏季休暇から大学生活にまた戻ることに困難を感じたり、学業や人間関係への不安を抱えたりする学生たちが来室した。また学科教員と連携し、休学から復学した学生への、休学中の様子聴き取りや体調や心理面のフォロー面談を行った。

11月 前期に学業不振や欠席が多かったが困難を抱えていることが外からはわかりづらかった学生たちへの声かけを行い、相談に結びついた。課題などやるべきことの優先順位付けや見通しを持った取り組みに苦手さがある場合、本人の了解を得て教員への情報提供と連携を行い、支援を行った。

12月 長期欠席している学生についてのフォローアップとして、保護者と学科、事務を含め今後の学業の継続に関しての面談を行った。

1月以降 卒業や国家試験を控え、不安を感じた学生との面談、教職員との面談を行った。

通年を通して コロナ禍は継続していたものの、対面講義が主となり、むしろオンライン講義だったことで出席できていた学生に疲労が出て、不調を相談に来る例があった。コロナ禍も3年目となり、感染状況は悪化したものの、コロナ禍による孤独感や、不安などの相談は少なかった。

本年度より相談員が交代し、常勤から週2回の非常勤となったため、件数としては減少したが、

医療機関への受診を必要としたり、相談員だけでなく看護師や学科教員とも情報共有し対応と支援を依頼するなど、手厚い支援を要するケースが一定数みられた。着任した相談員が精神科医師であることや、相談枠の少なさや予約制もあり、気軽な相談よりも、比較的メンタルヘルスを崩した学生に継続的に関わることが多かった1年であった。一方で、授業を休みがちとなった学生へは健サポスタッフより声をかけ、心身の状況を聴取し、学科教員と情報共有し連携した支援を図ったことで、早めに心身の変調を感知し支援することができた。また生活面でも問題が生じているような場合は、保護者とも連絡を取り、健サポ、学科、事務も含めて対面やオンラインでの面談を行った。大学生活や学業状況、また今後の方針等も共有し共同で決定することで、学生への支援を多面的に行うことができた。

相談に関しては季節性があり、4月以降夏季休暇前までは新入生のフォローアップが主であった。既に高校までにメンタルの問題が生じていたり、親元を離れて初めての大学生活で不安やストレスを感じたりした1年生の面談を継続して行った。しかし、多くが後期に入るまでに学校生活に適応し、終了となることが多かった。後期では実習や卒業までの課題、国試などを控えてストレスを感じたり、心身の変調をきたした在校生の支援が中心となった。必要な場合医療機関への紹介を行い、処方方は医療機関で、面談と支援は健サポで行うことで学生の心身の健康を支えた。

一方で、相談員がいる時間が少なく事前予約が必要なことで、気軽な相談はしにくくなった面はあると思われる。来年度も相談員の面談は予約制が継続されるが、健サポの一般利用に関しては予約が不要となるため、看護スタッフから気になる学生がいた場合に知らせてもらい、見守りも含めて早めの支援を検討していきたい。また、連絡が取れなくなっている学生に関しては支援が届きにくいため、学科の先生方からも様子の気になる学生がいた場合に気軽に健サポに話しに来てもらうなど、コミュニケーションを取っていかねばならないと考えている。

図1

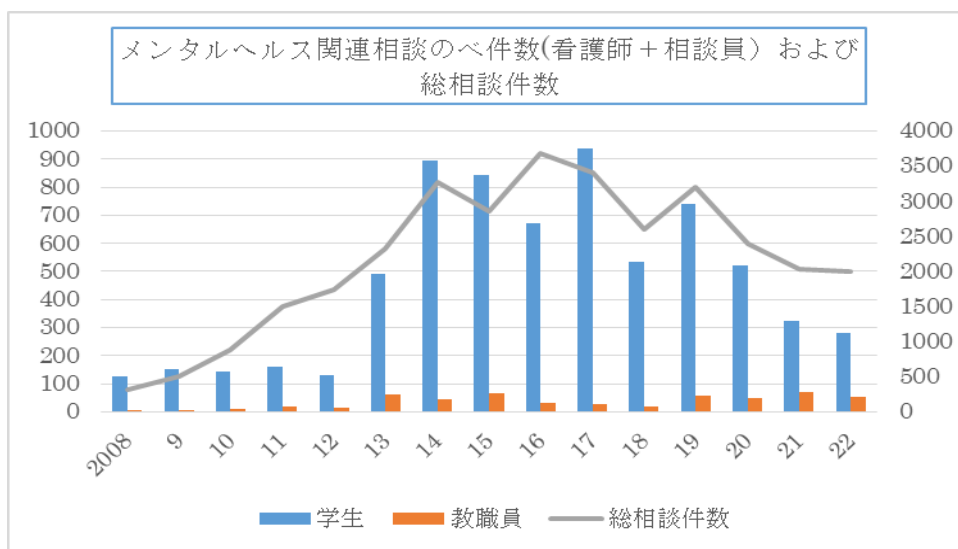


図1に、看護師対応と相談員ののべ相談件数の推移を示した。2020年以降は減少傾向にあるが、コロナ禍の影響で相談を予約制にした影響が考えられる。

8. 教育・研究・広報活動

1. 教育

1) アルコール対策

2019年までは新入生ガイダンスにおいてアルコールパッチテスト（ALDH2 活性検査）とアルコール健康障害に関する教育を実施していた。しかし、新型コロナウイルス感染症対策のためガイダンスの時間が短縮されたため、2020年度以降、新入生には入学時書類とともにアルコールパッチテストと飲酒の健康影響に関する啓発資料を配布した。入学前に自宅でテストを実施し、その結果（不活性型、低活性型、活性型）を提出してもらった。今後、ガイダンスで十分に時間が確保できるようになれば、アルコールに対する適切な対応について健康教育をする機会を設け、同時にアルコールパッチテストを実施する。

2) 学内禁煙

本学は敷地を含み学内禁煙であることから、新入生全員の必修科目である公衆衛生学の講義において、担当教員による喫煙対策を周知する健康教育を実施してもらった。また、例年継続している喫煙に関する質問票調査を行った。

健康サポートセンターでは、喫煙者で禁煙を希望する場合は、市内医療機関の禁煙外来への紹介状を書くといった禁煙サポートをすることを周知した。

定期健診の間診票から、喫煙歴のある13名の学生にメールにて面談を勧奨した。メールの返信があった6名に看護師が面談にて禁煙指導を実施した。禁煙外来の紹介希望者はいなかった。

ガイダンスでの健康教育では十分な時間が取れないので、今後も公衆衛生学の講義時間を利用して健康教育と調査を実施する。また、喫煙者で禁煙を希望する場合は、市内禁煙外来への紹介状を書くといった情報の広報に務める。

3) 体重管理

健康診断でBMIが18.5未満（低体重）、BMI25以上（過体重）の学生を体重管理の対象とした。これらの学生に対してはリーフレットを配布し注意を呼び掛けた。また、BMI15以下、30以上の学生に対しては、呼び出しの対象として、体重管理指導を実施した。

年間体重管理者数は延べ98件であった。

健康診断後の体重管理については、体重管理の必要性を示しても学業が忙しくなると来室しなくなる傾向は例年同様にみられた。継続的にできる体重管理方法を検討したい。

4) 救急救命講座

・例年同様、胸骨圧迫とAED操作の情報提供の目的で「みんなで心肺蘇生法を学ぼう」という救急救命講座を名寄市の出前トークに登録した。市民からの申込みにより講座を実施する予定であったが、本年度の依頼はなかった。

2. 研究

日本学生相談学会40回大会（5月大阪開催）に1名（相談員）、第59回全国大学保健管理協会北海道地方部会研究集会（8月：札幌開催）に1名（センター長）が参加した。今年度は、研究論文、学会発表はいずれも行わなかった。

3. 刊行物

- ・ 健サポだより 1号 2022年3月発行
- ・ 健康サポートセンター年報 第14号 2022年5月発行
- ・ 健サポだより 2号 2022年6月発行
- ・ 健サポだより 3号 2022年7月メール配信
- ・ 健サポだより 4号 2022年8月メール配信
- ・ 健サポだより 5号 2022年9月メール配信
- ・ 健サポだより 6号 2022年10月メール配信
- ・ 健サポだより 7号 2022年11月メール配信
- ・ 健サポだより 8号 2023年1月メール配信

9. 沿革

1997年	学生相談室開設：安達克己、原田忍で相談担当（1996年の学生の事故を契機に） このころは応急処置、ケガ等には看護学科教員、事務局職員が対応
2001年4月	健康保健相談室に改称、規程整備：結城佳子、高田哲、佐藤喜代枝で相談担当
2003年4月	相談室だより発行開始
2004年4月	精神科嘱託医：鎌田隼輔（～2005/3）
2006年4月	保健福祉相談室を引き継ぎ保健福祉センターを開設（新館1階）
2007年4月	保健福祉センターを恵陵館1階に移転、分室を本館1階に設置 平日午後に看護師常駐（加瀬谷幸子）
2007年7月	診療所登録（内科・小児科）
2009年4月	平日午前・午後に看護師常駐（高橋奈緒子、石川弘枝）
2013年4月	平日午前・午後に看護師2名ずつ常駐（村中弘美、平野治子、宮崎八千代）
2016年4月	平日相談員が常駐（松浦なつみ）
2019年4月	相談員着任（赤沼美郷）
2020年10月	保健福祉センターから健康サポートセンターに名称変更
2021年4月	医師定年退職（大見広規）新たに医師着任（塚原高広）、看護師退職（村中弘美） 新たに看護師着任（山中恵美）、
2021年	診療所登録変更（内科）
2022年3月	相談員退職（赤沼美郷）
2022年4月	相談員着任（塚原美穂子）
2023年4月	看護師退職（平野 治子）新たに看護師着任（千葉未加ケイト）

10. 関係者名簿（2022年4月1日～2023年3月31日）

センター長	塚原 高広	2021年4月～
副センター長	中澤 幸子	2020年10月～
看護師	平野 治子	2012年4月～
	宮崎 八千代	2013年4月～
	山中 恵美	2021年4月～
相談員	塚原 美穂子	2022年4月～火・水のみ勤務
学校医	塚原 高広	2021年4月～
健康サポートセンター運営委員		
委員（栄養学科）	下坂 彩	
委員（看護学科）	渡邊 友香	
委員（社会福祉学科）	中澤 幸子	
委員（社会保育学科）	石本 啓一郎	
委員（事務局学生課）	上田 夏絵	

11. 関係規則

1) 名寄市立大学健康サポートセンター規程

(趣旨)

第1条 この規程は、名寄市立大学に名寄市立大学健康サポートセンター（以下「センター」という。）を置き、センターの組織、運営等に関する事項について定める。

(目的)

第2条 センターは、名寄市立大学（以下「本学」という。）の学生及び教職員の保健管理に関する業務を行うことを目的とする。

(事業)

第3条 センターは前条の目的を遂行するために、保健管理事業及び健康相談事業を行う。

(業務)

第4条 健康管理事業及び健康相談事業として次の業務を行う。

(1) 健康管理業務

ア 健康管理に関する実施計画の企画・立案

イ 定期及び臨時の健康診断の実施（委託を含む）ならびにその事後措置

ウ 学内の環境衛生及び感染症の予防についての指導

エ 健康管理に関する調査研究

オ 応急処置

カ その他、健康の保持・増進に必要な専門的業務

(2) 健康相談業務

ア 健康に関する相談

イ 精神保健に関する相談

(運営委員会)

第5条 センターの運営に関する具体的事項を審議するために、名寄市立大学健康サポートセンター運営委員会（以下「運営委員会」という。）を置く。運営委員会に関する規程は別に定める。

(学生支援会議)

第6条 センターは、学生が心身の健康状態によって、学修の継続が困難であり、学内外の様々な支援が必要と判断した場合は、学内外の関係者を招集し、支援のための方策について検討することができる。

(職員)

第7条 センターにセンター長、医師、副センター長、相談員、看護師その他必要な職員を置く。

(センター長および医師)

第8条 センター長は、本学専任教員のうち医師資格を有するものから運営委員会の議を経て学長が委嘱する。

2 センター長は、センターの業務を掌理する。

3 センター長は必要に応じ、学生委員会に出席することができる。

4 センター長の任期は2年とし、再任を妨げない。

5 センターはセンター長を管理者とする診療所とする。

6 センター長は第4条(1)、(2)の業務に従事するほか、自ら・看護師・相談員の判断により、速やかに相談者への診察・助言を行い、学生及び教職員の健康管理に寄与する。

(副センター長)

第9条 センターに副センター長を置くことができる。

2 副センター長は、本学専任教員の中からセンター長が指名する。

3 副センター長の任期は2年とし、再任を妨げない。

4 副センター長は第4条(2)イの業務に従事するほか、支援を要する学生の援助について、学科や他部局・センター等との連絡調整を行い、学生及び教職員の健康管理に寄与する。

5 副センター長はセンター長と協議の上、必要に応じて学生支援会議を招集することができる。

(相談員)

第10条 センターに相談員を置く。

2 相談員は社会福祉士、精神保健福祉士、公認心理師、臨床心理士及びこれに準ずる資格を有するものとする。

3 相談員は第4条(1)アイエカ、(2)イの業務に従事するほか、自ら・医師・看護師の判断により、速やかに相談者への面談・助言を行い、学生及び教職員の健康管理に寄与する。

(看護師)

第11条 センターに看護師を置く。

2 看護師は第4条(1)、(2)の業務に従事するほか、自ら・医師・相談員の判断により、速やかに相談者への看護・助言を行い、学生及び教職員の健康管理に寄与する。

(分室)

第12条 必要に応じ、センターに分室を置く。

(改廃)

第13条 この規程の改廃は、運営委員会の議を経て、教授会が決定する。

2) 名寄市立大学健康サポートセンター運営委員会規程

(目的)

第1条 この規程は名寄市立大学健康サポートセンター（以下「センター」という。）規程第5条の規定に基づき、名寄市立大学健康サポートセンター運営委員会（以下「運営委員会」という。）に関し、必要な事項を定めることを目的とする。

(組織)

第2条 運営委員会は、次の号に掲げる委員を持って構成する。

- (1) センター長
- (2) 副センター長
- (3) 教授会で選ばれた専任教員4名以上
- (4) 相談員、看護師
- (5) 事務局学生課学生係長

2 第1項第2号の委員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

3 委員に欠員が生じた場合の補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

4 運営委員会が必要と認めるときには、委員以外の者の出席を求めてその意見を聞くことができる。

(審議事項)

第3条 運営委員会は、センターの運営に関し次の号に掲げる事項を審議する。

- (1) 学生及び教職員の保健管理の基本方針に関すること。
- (2) 年間事業計画に関すること。
- (3) 事業予算に関すること。
- (4) センター長の選考に関すること。
- (5) 副センター長の指名に関すること。
- (6) 相談員および看護師の選考に関すること。
- (7) 規程の改廃に関すること。
- (8) 学生及び教職員の健康管理に関すること。
- (9) その他センター長が必要と認める事項。

(委員長)

第4条 委員長はセンター長をもって充てる。

2 委員長は委員会を招集し、その議長となる。

3 委員長に事故あるときは、あらかじめ委員長が指名する委員が議長となる。

4 委員長が必要と認めるときは、運営委員会の議を経て、委員以外のものを会議に出席させることができる。

(議事運営)

第5条 運営委員会は、構成員の3分の2以上の出席をもって成立する。

(学科との連携)

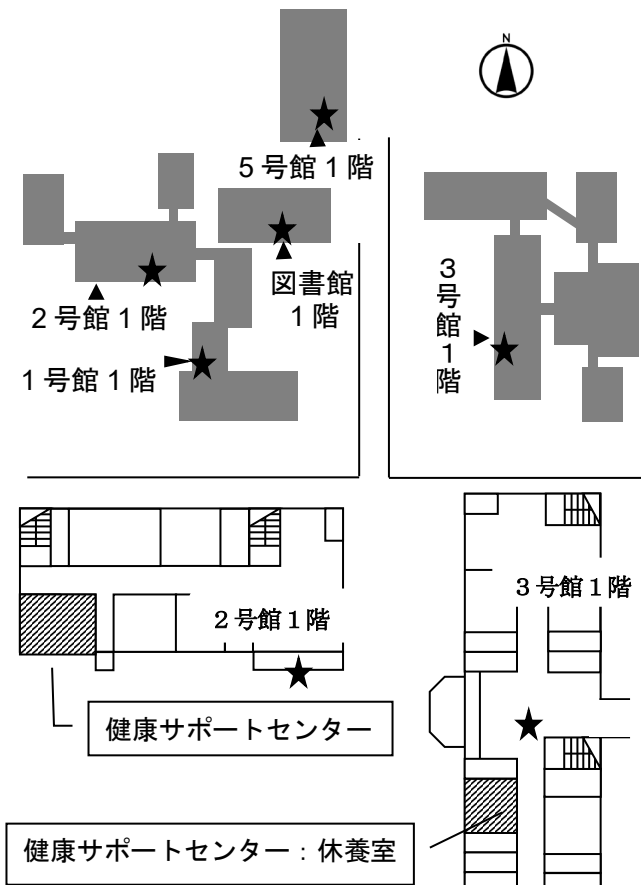
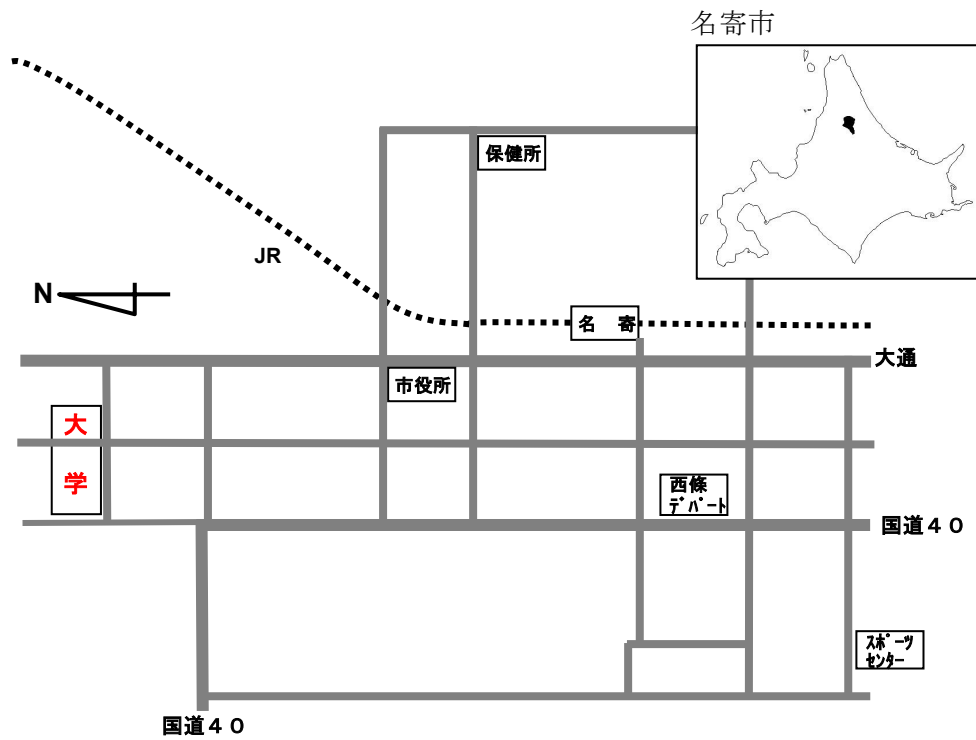
第6条 委員はセンターで支援している学生に関して、学科との連携を図るために必要な情報を学生委員に提供する。

2 学生の個人情報の保護には十分配慮する。

(改廃等)

第1条 この規程に定めるもののほか、必要な事項または改廃については、運営委員会の議を経て教授会が決定する。

12. 施設所在地・平面図



- ★ AED・担架・車椅子設置場所
- ・1号館1階：玄関ロビー
 - ・2号館1階：玄関ロビー
 - ・3号館1階：玄関ロビー
 - ・図書館1階：ロビー
 - ・5号館1階：玄関ロビー

〒096-8641
 北海道名寄市西4条北8丁目
 名寄市立大学
 Tel : 01654-2-4194 (代表)
 Fax : 01654-3-3354
 Tel : 01654-2-4199
 内線 : 1312 センター長
 2107 健康サポートセンター相談員
 2109 健康サポートセンター看護師

あ と が き

2022年度の健康サポートセンター年報をお届けします。

2023年は雪解けが早く、4月上旬にもう道路の雪は消えていました。少し得したような気持ちで新学期を迎えましたが、やはり気温はそれなりに低く、遠方から入学した新入生の初々しさにこちらでも心が弾みつつも、寒さにびっくりしていないかと気になりました。

ゴールデンウィークに入り、桜が咲き、木々の新緑が眩しく、ようやく春も佳境に入りましたが、これから日に日に駆け足で緑が濃く気温も上がっていくと思うと、もう少しこの季節が続いてほしいと思います。

コロナ禍も3年が経ち、今年5月8日に新型コロナウイルス感染症は2類相当から5類へと移行となりました。行動制限がなくなり、基本的に個人の判断に委ねられる部分が大きくなりましたが、この3年のコロナ禍で失ったものや変わったもの、影響を受けた人々に思いをはせます。中長期的な影響はもっと後になってわかるかもしれません。感染症がなくなったわけではないので、引き続き換気などの感染対策には気をつけていきたいところです。

健康サポートセンターは、コロナ禍で原則予約制の利用になっていましたが、相談員による相談以外は予約制ではなくなりました。「いつでも来てね」と学生たちに言えることは嬉しく、何かあれば気軽に来てお話してもらえ場所に、またなっていければいいなと思っています。

健康サポートセンター相談員 塚原美穂子

名寄市立大学健康サポートセンター年報

第15号

— 2022年5月発行 —

名寄市立大学健康サポートセンター