

保健管理センターだより

第 28 号



鹿屋体育大学保健管理センター

はじめに

例年のように「今年度もいろいろな事がありました」と始めたいところですが、今年度につきましては新型コロナに関する事しか脳裏に浮かびません。そこで、思いつくままに新型コロナのことを書きたいと思います。

毎年、年度初めの4月初頭には保健管理センターの大きな行事である定期健康診断を行います。例年4日間かけて行います。この健康診断を新型コロナの感染防止のため、2020年度は中止あるいは延期にしようという考えもありました。しかし、4月になると、3・4年生が実習先や就職活動先から健康診断証明書を求められる機会が数多くあります。健康診断証明書を発行するためには健康診断を実施するしかありません。そこで、これらの学年のみ、4月初頭に胸部レントゲンを受けてもらい、他の学年は6月に受けてもらうことで毎年混雑する胸部レントゲンでの密集を避け、健康診断を実施することにしました。検査の項目は必要最小限に抑え、普段は授業で使用している部屋等を活用し、十分なスペースを確保することで3密を回避して実施することが出来ました。

年末になると本学でもクラスターが発生しました。鹿児島県で13番目のクラスターです。学生宿舎に住んでいる学生が多かったため、全ての宿舎生が2週間（2週間以上の学生もありました）の自室待機になりました。学生課や他課の方々が毎食ごとに食事を宿舎まで運び、アパート住まいで食事の調達が困難な学生には、教務課の方々が食事を運んでくださいました。精神面を気遣い、保健管理センターの看護師は、全宿舎生と自宅待機中の学生へ電話をかけました。すると、待機を開始して数日も経ずに、精神面での不調を訴える学生が散見されました。2週間の待機を継続すると精神的な問題を生じる可能性があります。そこで、宿舎の各フロアごとに時間を区切り、大学構内の競技場への外出を許可することになりました。もちろん各人の間には十分な距離を保ったうえでの外出です。これによって待機終了後の精神面での問題は生じなかったと記憶しています。

年度末には、学内でのPCR検査を立ち上げる話が進みました。経済的にも人的にも大変ですが、学生を感染から守ることは地域のためにも大切なこととして進行しています。この便りが発行されるころには実施されていることでしょう。これからも、しばらくは新型コロナウイルス感染症への対策を迫られると思います。次年度も困難は待ち受けていることと思いますが、保健管理センター一同は一丸となって頑張るつもりです。今後とも保健活動にご協力くださいますようお願い申し上げます。

保健管理センター所長
安田 修

目 次

1. 寄 稿

(1) カウンセリングの活動報告

保健管理センター 心理カウンセラー（非常勤）

前原 恵理・大堀 由佳 …………… 1

2. 業務報告

(1) 令和元年度保健管理センター利用状況 …………… 3

(2) 令和2年度定期健康診断結果について …………… 4

(3) 令和2年度 CLAS(大学生生活不安尺度)について …………… 4

(4) 令和2年度定期健康診断検査項目別受診状況 …………… 5

(5) 令和2年度保健管理センター年間事業 …………… 6

3. 業務案内 …………… 7

カウンセリング活動報告

心理カウンセラー(非常勤) 前原 恵理
大堀 由佳

(1) 予防的なメンタルヘルスケア

① スクリーニングのため CLAS (大学生生活不安尺度) を採用

当センターでは、平成 8 年度から学部新入生全員を対象に質問紙による健康チェックを実施し、懸念される学生への心理検査や面談を行ってきました。令和 2 年度からは、THI (Total Health Index) に代わって、全ての学部生のメンタルヘルス上の問題に早期に対応できるよう、全学部生を対象として CLAS (College Life Anxiety Scale) を採用しました。

② 令和 2 年度 CLAS 実施状況

令和 2 年度の CLAS 受検者や有所見者については、以下の通りです。

学年	1 年	2 年	3 年	3 年編入	4 年	5 年	計	
学年総数 (名)	179	179	173	20	199	13	763	
受検者数 (名)	179	178	171	20	199	5	752	
受検率 (%)	100.0	99.4	98.8	100.0	100.0	38.5	98.6	
有所見者数 (名)	45	45	50	9	45	1	195	
有所見者率 (%)	25.1	25.3	29.2	45	22.6	20.0	25.9	
有所見者への対応 (件)	メールと電話 (不安が強い)	18	13	20	5	22	1	79
	メール対応のみ (不安がやや強い)	27	32	30	4	23	0	116

③ スクリーニング後のフォローの実際

有所見者のうち、「生活全般へのやや強い不安や、大学生活への不適應の可能性がやや強くある」学生へは、注意喚起や相談案内の情報をメールで提供しました。また、「生活全般への強い不安や、大学生活への不適應の可能性が強くある」学生へは、メールによる注意喚起や情報の提供に加え、個別の電話フォローを実施しました。電話フォロー実施後、必要に応じて学内の関係教職員と情報を共有し、継続して対応が必要と思われる学生へは、カウンセリングへ移行しています。

(2) ストレスマネジメントについての心理教育

キャリアデザイン教育の一環として、学部新入生に向けたストレスマネジメントについての講義を行っています。充実した大学生活を送るため心身の両面に気を配り、ストレスに対処していくことの重要性を説明します。大学内で安心して相談できる体制があることも周知していきます。

(3) 継続的なカウンセリング

① 来談者数の推移

平成 27 年からの来談者実数 (延べ人数) の推移を、図 1 に示します。これらの数字には THI の再検査呼び出しに伴う学生面談も含まれています。



図1 来談者人数と延べ人数の推移

② 相談内容

主な内容は、学生生活に関すること、怪我や試合など課外活動に関すること、就活や進学など卒業後の進路に関すること、人間関係の悩み、眠れない、食欲がないなどです。睡眠の不調や食欲不振、体調不良などの症状を伴う学生を医療機関へ繋ぐケースも増えました。また、学内で関係する教職員だけでなく、保護者と連携する対応も増加傾向にあります。学外者と連絡する機会が増えたため、平成30年度に93件であった電話での対応件数は、令和元年度には142件と約1.5倍に増えました。

キャリアカウンセリングの授業や新入生対象のスクリーニング検査によって、心理カウンセラーに対する学内の認知度が上がってきているように思われます。

(4) 本学の現状と課題

当センターでは、現在心理カウンセラー2名体制で、年度初めのメンタルスクリーニング、個別学生相談や予防的介入、危機管理など多様なニーズに対応できるよう努めています。相談件数は年々増加し、カウンセラーが必要とされるケースが、以前に比べ増えてきている現状を実感します。

本学では新入生に対し、キャリアデザイン□の授業でカウンセラーの存在を周知しています。近年ではスクールカウンセラーなどを身近に感じて過ごしてきた背景からか、自主的な来談も増えています。その一方で、不適応を疑われる状態にあっても相談希望のないケースもあります。そのような場合には、無理にカウンセリングを実施せず、保健管理センターの看護師や関係教職員と協働して見守り対応を行っています。そのような対応を通して、教職員とのコンサルテーションも増えました。

対応するケースの増加に伴い、外部の医療機関と連携する機会も増えました。大学内のカウンセラーとして、学生の紹介や医療機関からの情報の正確な把握、医療的対応を考慮した学内の環境調整などに携わることは必要不可欠と感じています。大学と医療機関の橋渡し役として、今後も、保健管理センターのカウンセラーとしての役割を見直していきたいと考えております。

2 業 務 報 告

1) 令和元年度 利用状況

	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
整 形	83	45	60	68	18	20	23	32	47	34	29	30	489
外 科	0	0	1	0	0	0	2	1	0	2	0	1	7
内 科	82	34	34	51	9	7	8	10	20	20	19	4	298
皮 膚 疾 患	2	2	4	5	0	0	4	2	1	0	0	0	20
耳 鼻 科	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
眼 科	0	1	0	0	2	1	1	0	1	0	2	0	8
歯 科 口 腔	0	0	3	0	1	0	1	0	0	1	0	0	6
婦 人 科	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
処 置	8	7	26	32	10	11	13	8	8	12	2	4	141
投 薬	20	10	25	30	14	14	22	15	20	26	16	4	216
理 学 療 法	16	31	35	83	26	37	54	53	42	27	26	33	463
血 液 検 査	5	4	6	8	5	3	1	1	1	2	0	0	36
検 尿	67	15	3	2	0	0	0	1	0	0	0	0	88
エ コ ー	57	22	3	6	2	0	10	11	3	0	32	1	147
心 電 図	14	4	5	5	1	0	1	0	2	0	1	1	34
血 圧 ・ 検 温 ・ パルス	43	24	22	16	13	8	18	28	20	28	28	3	251
検 査 (装 置 ・ そ の 他)	72	1	1	3	1	0	0	3	8	1	2	1	93
測 定	73	225	357	180	60	83	148	194	134	99	73	40	1,666
休 養	2	0	0	1	1	0	5	8	2	4	2	0	25
心 理 カウンセリング	62	24	19	25	11	3	9	20	25	21	13	26	258
心 理 電 話 フォロー	10	9	26	11	12	1	2	15	11	8	13	24	142
相 談 ・ 電 話 フォロー	3	13	29	12	5	6	27	20	31	15	24	21	206
証 明 書 発 行 ・ 作 成	28	22	25	5	7	45	6	2	10	4	2	1	157
病 院 紹 介 ・ 作 成	25	21	22	15	10	7	14	12	10	17	12	6	171
そ の 他	76	113	39	34	23	29	18	110	23	12	17	8	502
計	748	627	745	592	231	275	387	546	419	334	313	208	5,425

(2) 令和2年度定期健康診断結果について

令和2年度定期健康診断検査項目別受診状況は次頁に示してあります。

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため、尿検査・血圧・体脂肪・アルコール体質試験パッチテストを削除し、縮小して実施しました。

胸部X線検査では777名中4名(0.5%)に異常所見を認め、再検査を指導しました。

簡易心電図・心音図を750名に施行し、何らかの所見を認めた58名(7.7%)に心エコー図検査を施行しました。

簡易心電図で一部学生に変化が見られたものの(表2)、全員スポーツ活動を中止するような病変は認められませんでした。

学部新入生179名及び新編入生20名を対象に血液検査を施行しました。その結果、10名(5.0%)に対して(表3)、診察、病院紹介、食事やサプリメント服用についての指導を行いました。

表2 令和2年度心電図(750名)の結果

陰性平低T波	31
不完全右脚ブロック	51
完全右脚ブロック	0
R波増高不良	43
上室性期外収縮	1
心室性期外収縮	3
PR短縮	0
LGL症候群	0
左室肥大	0

単位：名

表3 令和2年度血液検査(199名)の結果
(指導を行った人数)

血球数	白血球	2
	血清鉄	1
	尿酸値	2
	AST	1
	ALT	6
	CPK	2

単位：名

(3) 令和2年度 CLAS(大学生生活不安尺度)について

平成8年度より学部新入生及び新編入生に健康調査としてTHI調査表(青木、鈴木、柳井によって作成された東大式健康調査表)を用いていましたが、令和2年度からは全学部生を対象にCLAS(大学生生活不安尺度)を実施。

その結果、各学年20~30%の学生が何かしらの不安を抱えているという結果でした。不安の高い学生に対して、学部新入生及び新編入生全員には電話フォローを実施し、在校生には文書でカウンセリングの案内などを行ないました。それ以外の学生でも、希望者にはカウンセリングや電話フォローを行なっています。

令和2年度 定期健康診断検査項目別受診状況

	対象者数	内科一般							X線				ECG 心電図)						血液検査			CLAS (大学生生活不安尺度)			
		内科問診票提出数	内科問診票提出率	有所見者数			内科総合有所見率	受検者数	受検率	有所見者数	有所見率	受検者数	受検率	有所見者数	有所見率	要精検者数(心エコー)	要精検査率(心エコー)	受検者数	有所見者数	有所見率	受検者数	受検率	有所見者数	有所見率	
				内科	アレルギー	その他																			
学部	1年	179	179	100.0%	6	76	21	57.5%	179	100.0%	0	0.0%	179	100.0%	33	18.4%	12	6.7%	179	7	3.9%	179	100.0%	45	25.1%
	2年	179	178	99.4%	4	78	28	61.8%	176	98.3%	0	0.0%	178	99.4%	45	25.3%	18	10.1%	-	-	-	178	99.4%	45	25.3%
	3年	193	191	99.0%	3	71	16	47.1%	191	99.0%	2	1.0%	190	98.4%	48	25.3%	16	8.4%	20	3	15.0%	191	99.0%	59	30.9%
	4年	199	199	100.0%	4	82	42	64.3%	197	99.0%	1	0.5%	174	87.4%	35	20.1%	12	6.9%	-	-	-	199	100.0%	45	22.6%
	5年	13	5	38.5%	0	2	2	80.0%	6	46.2%	0	0.0%	1	7.7%	0	0.0%	0	0.0%	-	-	-	5	38.5%	1	20.0%
学部合計		763	752	98.6%	17	309	109	57.8%	749	98.2%	3	0.4%	722	94.6%	161	22.3%	58	8.0%	199	10	5.0%	752	98.6%	195	25.9%
大学院	修士1年	13	11	84.6%	1	4	6	100.0%	11	84.6%	1	9.1%	11	84.6%	0	0.0%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
	修士2年以上	16	9	56.3%	1	8	3	133.3%	10	62.5%	0	0.0%	10	62.5%	1	10.0%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
	博士1年	3	3	100.0%	1	2	1	133.3%	3	100.0%	0	0.0%	3	100.0%	0	0.0%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
	博士2年	2	2	100.0%	0	0	0	0.0%	2	100.0%	0	0.0%	2	100.0%	1	50.0%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
	博士3年以上	5	2	40.0%	0	1	0	50.0%	2	40.0%	0	0.0%	2	40.0%	0	0.0%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
大学院合計		39	27	69.2%	3	15	10	103.7%	28	71.8%	1	3.6%	28	71.8%	2	7.1%	0	0.0%	-	-	-	-	-	-	-
総計		802	779	97.1%	20	324	119	59.4%	777	96.9%	4	0.5%	750	93.5%	163	21.7%	58	7.7%	199	10	5.0%	752	98.6%	195	25.9%

* 学部新入生(179名)・新編入生(3年生の体スポ20名)の血液検査受検率は100%。

* 対象者数は休学者・留学者・社会人・本学の教職員である学生等を除いた数。

(5) 令和2年度保健管理センター年間事業

月	事 項	内 容
4	第 1 回 定 期 健 康 診 断	コロナ感染症防止のため、就職活動や実習などで健康診断証明書が必要となる学部3・4年生を対象とした胸部レントゲンを実施。
	CLAS(大学生生活不安尺度)	令和2年度より全学部生に健康調査として CLAS を実施。(平成8年度から新入生及び新3年次編入生に実施していた THI 健康調査は平成31年度で終了。)
	コ ロ ナ 感 染 症 講 話	新入生を対象に、キャリアデザインの授業でコロナ感染症についての講話を実施。
6	第 2 回 定 期 健 康 診 断	新入生を含む学部学生及び大学院学生に対する健康診断。研究生等の外国人留学生も対象とする。
	保健管理センター専門委員会 令和2年度：第1回(書面)	定期健康診断の実施方法及び前年度保健管理センター利用状況についての報告等。
7	定 期 健 康 診 断 再 検 査	定期健康診断で要精密検査の学生に対する再検査を7・8月に実施。
8	令和2年度全国大学保健管理 協会九州地方部会幹事会	開 催 日：令和2年8月20日(木) 開 催：Web 会議(当番校：大分大学)
	第 3 年 次 編 入 学 試 験	健康診断及び救護。
10	S S 入 試	健康診断及び救護。
11	第 5 8 回 全 国 大 学 保 健 管 理 研 究 集 会	開 催 日：令和2年11月25日(水)・26日(木) 開 催：Web 開催(当番校：京都大学)
	令和2年度国立大学法人 保健管理施設協議会総会	開 催 日：令和2年11月27日(金) 開 催：Web 開催(当番校：滋賀大学)
	推 薦 入 試	健康診断及び救護。
1	大 学 入 学 共 通 テ ス ト	診察及び救護。
2	保健管理センター専門委員会 令和2年度：第2回(書面)	定期健康診断の結果及び来年度事業計画、学校医等について審議。
	一 般 入 試	健康診断及び救護。
3	保健管理センターだより (第28号)	年1回発行。ホームページ掲載。

3. 業務案内

<保健管理センターの主な業務>

利用時間は9：00～17：00です。センターを利用する際は、必ず受付に申し出てください。

1) 定期健康診断

毎年4月初旬、全学生を対象に行っています。

検査項目は、身長・体重・体脂肪・血圧・尿検査・胸部X線・内科診察・心電図・血液検査(血液生化学・麻疹抗原検査)・アルコール体質試験パッチテストです。

※血液検査(血液生化学・麻疹抗原検査)、アルコール体質試験パッチテストは、新入生及び3年次編入生のみ。

※令和2年度は、コロナ感染症防止のため定期健康診断を4月と6月に分け、検査項目を縮小(体脂肪・血圧・尿検査・アルコール体質試験パッチテストを除外)して実施しました。

2) CLAS(大学生生活不安尺度)実施

平成8年度より心理面の調査として新入生及び3年次編入生を対象にTHI健康調査を実施していましたが、令和2年度より全学部生を対象にCLAS(大学生生活不安尺度)に変更しました。

3) 臨時健康診断

体育大会、各サークルの試合などに参加する学生や免許習得などで必要な学生については、随時対応しています。

4) 健康相談・心理相談

身体に痛みを感じたり、慢性的な疾患があったり、対人関係や不眠などで悩み心身に異常を感じたときなどの相談に応じています。

また、e-mailによる健康相談も受付けています。 e-mail:hokekan@nifs-k.ac.jp

※令和2年度より、コロナ感染症防止のためWebでの面談を開始しました。

○健康相談日程

曜日	9：00～11：30	14：00～16：30
月		整形外科
火	内科 ----- カウンセリング(11：00～15：00)	
水		整形外科
木	内科 ----- カウンセリング(11：00～15：00)	整形外科
金	整形外科	内科

※会議、出張などで、医師が不在の場合もあります。

※学生相談・カウンセリング(予約)は、随時受付けています。

5) 禁煙相談

禁煙希望者との面談やスパイロメーター検査、呼気中一酸化炭素濃度測定などを行っています。

6) 応急処置

軽度の傷や病気に対して処置を行います。対応できないものについては医療機関を紹介します。

7) センターで実施可能な検査、及び利用可能な機器

血液サラサラ測定器(MCFAN)、酸化ストレス(FRAS4)、末梢血検査(Celltacα+)、尿検査、血糖検査、超音波診断装置、牽引器、レーザー治療器、ホットパック、エアロバイク、全自動身長体重計、体脂肪計、視力計、握力計、マッサージチェアなどです。

8) 健康診断受診証明書の発行

4月の定期健康診断を受診した学生には、4月下旬頃より発行しています。

9) 休養ベッドの利用

体調不良などで休養が必要な時は、利用することができます。

ご不明な点などは、センター受付：(0994)46-4902にお尋ねください。



保健管理センターだより 第28号

編集・発行 鹿屋体育大学保健管理センター

〒891-2393 鹿児島県鹿屋市白水町1番地

(TEL) 0994-46-4902