

下関へ行ってきました

愛媛大学総合健康センター 村上 和恵

第49回全国大学保健管理研究集会に出席してきました，河豚を楽しみにしながら，……。

11月8日（火）午前11：30松山（高速艇）→広島（電車）→広島駅（新幹線）→新下関（JR）→午後4時頃下関に到着！途中広島駅ビルで「お好み焼き」を食べました。とっても繁盛しているお店で，すぐ隣に2号店もありましたよ。おいしかった～～。ついでに作り方も見てきました。ソバはゆでたてで湯気があがっているものをあの分厚い鉄板で焼いているのですね，初めて知りました。研究集会に参加する前から，お勉強になりました！



さて，無事に下関に到着。目指す会場は駅とは目と鼻の先。会場の海峡メッセ下関は，海のすぐ近く、とても素敵なところでした。



海峡ゆめタワー



夜の海峡ゆめタワー

まずは夕方5時からのプレ企画2つの講演をのぞいてみました。

- ・山口大学保健管理センター所長の平野先生の講演「体内時計と光環境：健康の維持と増進におけるその重要性について」
- ・山口出身で京都大学名誉教授の海原 徹先生の「教育の原風景-自らが範を示し、

信ずる道を生きた教育者吉田松陰」

平野先生，研究集会の準備や調整でご多忙な中，実験を踏まえた光療法を紹介しながらの素晴らしい講演でした。ありがとうございました。海原先生には多くの史料にあたり，まとめあげた結果をよくわかるように話して頂きました。松陰の松下村塾には下級武士の子弟が多く学んでいたのですね～。その中の92名まで調べ上げてのお話には聞く方も熱が入りました。会場の聴衆の中には歴史好きの方も多く，とても楽しい講演でした。



プレ企画案内



海原先生



平野先生

11月9日（水）10日（木）の両日は講演とシンポジウムがもりだくさん。以下印象に残ったことに若干ふれてみましょう。

初日山口大学長丸本先生の特別講演「高等教育の未来 - 人間力を磨く共育の場としての大学 - 」では，大学生活を通して総合的な人間力を身につけるために山口大学が行っているユニークな取り組み「おもしろプロジェクト」を紹介していただきました。1企画に対して1年を限度に上限100万円を補助するというもの。毎年かなりの数の企画が通っています。何を考えても企画してもいいのですが，地域の人々や友人たちと十分考えること，教員をまじえてはいけない，などの条件があります。休耕田を利用した「めだかのプロジェクト」のように15年間ずっと続いているものもあるそうです。20%は失敗しているのだそうですが，良い体験ですのでそれでもオーケー。互いのグループの成果を発表しあい評価しあう等，気が抜けません。他にも非常に便利で有用なカリキュラムマップの開発など，楽しく，目から鱗的なお話がいっぱい。お勉強になりました！

シンポジウム1「健康教育維新～キャンパスから社会へ繋ぐ - 在学中に獲得すべき医学知識と確立すべき生活習慣 - 」では，

保健管理センターは「大学生の問題解決能力を援助する」ことに最もよく関わることができる。ただし誰がになうのか，どのようなシステムをつくるのか，が重要。まずは学生や大学職員で構成するセルフヘルプシステムをきちんと作り，そこからもれる学生たちの援助を保健管理センターが行うといいのでは？という提案がありました。その裏には，いくら知識を与えて理解していても，いざ行動に移すことができない

い、という現実があるからみたいです。

教育講演 1「留学生の健康管理支援について」は、

留学生と教員に対してアンケートを実施した結果、留学生が健康診断を受けたかどうかを、多くの教員は知らない！ということでした。あれ、まあ！また、自己管理能力を養ううえからも健康診断の意味と重要性を理解してもらい、生活習慣や食文化の違いを考えながら健康管理を行う、日本の国民皆保険制度を理解してもらい、など日頃の具体的な経験をお聞きすることができました。昭和 60 年当時に比べると留学生数は 10 倍の伸びを示し、特にアジアからの私費留学生が増えているそうです。親の収入に左右される保育園入園枠に影響が出てきている、日本滞在中に公立病院で出産しようとするケースが増え、それに伴うトラブルも出てきはじめたなど、社会的な問題に遭遇する機会も増えてきたそうです。

シンポジウム 2「健康支援維新～キャンパスライフにおける学生と職員の支援を問う」

復職をめぐり、ある大学では国の指針に従い、平成 17 年からは職場復帰支援プログラムを展開しています。これは、5つのステップから構成されており、第 1 ステップに相当する「病気休業開始および休業中のケア」に重きを置くことで、病気休暇の短期化、病気休職の回避に影響を与えているようになったそうです。

薬物乱用の現状では、大麻は Gate way drug。大麻がファッション感覚・かっこいいという価値観と結び付くと危険。「大麻を入手しやすい環境」と「大麻は問題ではないという誤認」を放置すればあっと言う間に大麻が爆発的に拡大するそうです。阻止するためには大麻を入手しやすい環境を破壊・根絶し、若者が大麻に手を出さないよう啓発・指導する予防教育が重要です。

自殺は単純に個人的な問題ではありません。自殺危険性を増減させる環境因子が存在します。そのため自殺危険因子を排除して、自殺対策を実現するためのガイドラインが必要になります。それに加えて自殺リスク要因を早く察知しハイリスク化を防ぐため、教職員の研修と体制の整備も必要です。国立大学法人保健管理施設協議会メンタルヘルス委員会自殺問題検討ワーキンググループの「大学生の自殺対策ガイドライン」では、9つのリスク要因を挙げており、うち以下の 5つを示すものはハイリスク者として特に注意を払う必要があるそうです。「自殺関連行動(虚無的思考)、絶望感、希死念慮や自殺念慮、自殺未遂歴など」「精神疾患(うつ病など)」「喪失状況(愛情対象の喪失、対人不和など)」「アルコール、薬物乱用」「重大な対人被害(ハラスメント、深刻ないじめなど)です。

発達障害の診断と支援では、

発達障害は生物学的マーカーがないこともあり、明確な診断ができないこともしばしばあります。大学世代での発達障害は高機能(知的障害がない)であることが多いそうです。もともとあった発達障害が軽度になったり、障害による生活のしづらさを自力で乗り越えて大学生活を送っている学生がいる一方、高機能であるがゆえに思春期以前には問題にされなかった不適応がはっきりしてきて、発達障害とりわけ ASD と診断される一群があるそうです。発達障害には精神医学的状态や気分障害が併存し

易く、そのため不適應の部分(疾患に共通なものや個別的なものをきちんと把握する)を聞き出して、生活のしづらさや適應の機能の障害についての支援が重要になってきます。

東日本大震災特別セッション

被災された3大学から報告がありました。建物が崩壊するのではないかと、思うほどの大きな揺れの後で、当初数百人とも言われた犠牲者の数が、日を迫うごとに増え呆然とした、通信手段がなかったため津波の翌日の福島原発の事故のことを知らなかった、大学では学生や職員、その家族たちの安否確認、被災状況の確認。その後避難住民の受け入れを行い、保健管理センターの医師、看護師、臨床心理士が医療・救護活動を担当した、学生ボランティアが立ち上がった、卒業式は中止、入学式は1か月以上遅れて実施、などなど。東北大学では、復興新生研究機構の創設を目指す等、復興への道を着実に歩んでいる。一方福島県では今、大量の残存放射線セシウムによる低線量被爆が大きな問題となっている。石巻からは、まだ心身ともに立ち直っていない学生も多いが、大学を一步出ればまだがれきの山がすぐ目の前にある、粉塵など環境衛生面でも大きな問題を抱えている。大学として今後どうしていくのか、長期的な対応策が必要ではないか、など、まさに現場からの報告がありました。



イベントホールの様子

さて、合間を縫って一般演題(ポスター)発表です。154題分のポスターが広い会場にもかかわらず、ところ狭し、と貼り付けられ、周辺は参加者でいっぱいでした。一般演題からは、**岡山大学の絹見さんの「受動喫煙防止対策としての職員健診時アンケート調査と尿中コチニン測定」**が優秀演題に選ばれました！おめでとうございます！！ポスター会場の横には、温かいコーヒーあり～の、緑茶あり～の、冷たいジュ

ースあり～の、山口の全名物あり～の、 .. ふと反対側に目をやるとなじみのフット
マッサージのお兄さんたち。疲れた足を揉みほぐしてもらい、いざ夕食のためのレス
トラン探しに！



ポスター会場の様子



ポスター会場休憩コーナーの様子



出展企業ブース

ところで、名物の河豚ですが、忙しすぎて残念ながら食べることはできませんでした。そのかわり今もセンター長のお土産の河豚の缶詰が愛媛大学のセンターのテーブルの上に置いてあります。いつ、誰が、どのようなタイミングで開けるのか??? スタッフは皆同じ気持ちで毎日缶詰を眺めています。

今回の研究集会は、とても素晴らしかったと思います。もちろんこれまでの全国の研究集会も良かったのですよ！！しかし山口大学のお世話で開催することが決まった瞬間から、開催成功に向けて、山口大学前保健管理センター長の平田先生、現センター長の平野先生の意欲的かつ緻密な取り組みが、ひしひしと伝わっていましたので、実際に立派な会場に立つと感動もひとしおでした。先生方、森福さん、梅本さんはじめ山口大学の多くの看護職やその他のスタッフのみなさん、どうもありがとうございました。

この数年メーリングリストのおかげで私たちは互いにそれぞれの「声」を「文字」で聴くことができるようになりました。しかし実際にお会いして顔を見る、言葉を交わす、というのもいいものですね。来年の全国は神戸、そして中国・四国の研究集会は香川です。参加できない方もホームページの、研究集会報告レポートを楽しみにしていただいくださいね。