



秋の反映 Photo: Yuji Yamamoto

CONTENTS

- ・ 令和4年度学生定期健康診断の成績について … (1)
- ・ カウンセリングへのいざない
～「なんか違う。」と思うあなたへ～ …… (3)
- ・ ヘルシーキャンパス滋賀大学
-ウォーキングチャレンジ2022- …… (5)
- ・ 保健管理センターの相談日

NO.95
2022年10月発行
滋賀大学保健管理センター

表1 血圧測定 (対象者:全回生)

回 生	学 部	性 別	対象者数	受検者数	受検率	1回目測定		2回目測定		事後措置			管理区分			紹介後 結果未判明	医療機関
						者数 有所見	有所見率	者数 有所見	有所見率	要呼出 者数	再検実施 者数	紹介者数 医療機関	管理不要	経過観察	医療管理		
1回生	教育	男	111	111	100.0%	41	36.9%	14	12.6%	14	7		7				
		女	128	128	100.0%	7	5.5%	3	2.3%	3	3		3				
	経済	男	318	318	100.0%	108	34.0%	45	14.2%	45	15		13	2			
		女	153	153	100.0%	12	7.8%	3	2.0%	3	2		2				
2回生 以上	DS	男	87	87	100.0%	37	42.5%	17	19.5%	17	7		5	2			
		女	17	17	100.0%	4	23.5%	4	23.5%	4	2		2				
	教育	男	309	292	94.5%	36	12.3%	16	5.5%	16	11		10	1			
		女	421	412	97.9%	8	1.9%										
2回生 以上	経済	男	1,020	679	66.6%	169	24.9%	64	9.4%	64	38		30	6	2		
		女	470	350	74.5%	19	5.4%	4	1.1%	4	3		3				
	DS	男	253	187	73.9%	57	30.5%	27	14.4%	27	22		19	3			
		女	66	58	87.9%	3	5.2%										
総計			3,353	2,792	83.3%	501	17.9%	197	7.1%	197	110	0	94	14	2	0	

表2 尿検査 (対象者:全回生)

回 生	学 部	性 別	対象者数	受検者数	受検率	検査結果				再検実施 者数	事後措置			管理区分				紹介後 結果未判明	医療機関		
						陽性件数			有所見 者数		有所見率	糖	蛋白	潜血	紹介者数	医療機関	管理不要			経過観察	医療管理
						糖	蛋白	潜血													
1回生	教育	男	111	111	100.0%		1		1	0.9%	1					1					
		女	128	128	100.0%		1		1	0.8%	1					2					
	経済	男	318	318	100.0%	3	1	2	6	1.9%	2					1		2			
		女	153	145	94.8%		1	3	3	2.1%	1					1					
2回生 以上	D S	男	87	87	100.0%		1		1	1.1%											
		女	17	17	100.0%																
	教育	男	309	292	94.5%	2	4	1	7	2.4%	7		1	1		6	1				
		女	421	408	96.9%	1	2	10	13	3.2%	12					11	2				
2回生 以上	経済	男	1,020	678	66.5%	4	5	5	12	1.8%	8					8			1		
		女	470	351	74.7%		6	11	16	4.6%	9		1			8					
	D S	男	253	187	73.9%		3	1	4	2.1%	2		1			2					
		女	66	57	86.4%			1	1	1.8%											
総計			3,353	2,779	82.9%	10	25	34	65	2.3%	43	0	2	2	0	40	3	4		0	

表3 胸部X線検査 (対象者:1回生と希望者)

回 生	学 部	性 別	対 象 者 数	受 検 者 数	受 検 率	検査結果		事後措置			管理区分			結 果 未 判 明	医 療 機 関
						有所見	有所見率	要呼出 者数	内容(件数)		管理不要	経過観察	医療管理		
						肺結核			その他	紹介					
1回生	教育	男	111	111	100.0%										
		女	128	128	100.0%										
	経済	男	318	315	99.1%		2	0.6%	2		1				
		女	153	151	98.7%										
	D S	男	87	87	100.0%										
		女	17	17	100.0%										
2回生	教育	男	309	309	100.0%										
		女	421	420	99.8%										
	経済	男	1,020	644	63.1%		1	0.2%	1						
		女	470	346	73.6%		1	0.3%					1		
	D S	男	253	176	69.6%										
		女	66	54	81.8%										
総計			3,353	2,758	82.3%	0	4	0.1%	3	0	0	1	0	1	0

表4 心電図検査 (対象者:1回生)

回 生	学 部	性 別	対 象 者 数	受 検 者 数	受 検 率	検査結果		要 呼 出 者 数	事後措置				管理区分			紹介後 結果未判明	医療機関	
						有 所 見 者 数	有 所 見 率		診 察	内 容 (件数)			紹介 医療機関	管理 不要	経過 観察			医療 管理
										内 科	心 電 図	心 工 コ 介						
1回生	教育	男	111	111	100.0%	13	11.7%	6	6		5	1	9	4		1		
		女	128	128	100.0%	6	4.7%	4	2	3			3	2	1			
	経済	男	318	318	100.0%	36	11.3%	20	8	3	3	1	21	2		1		
		女	153	153	100.0%	4	2.6%	1	1	1			4					
	D S	男	87	87	100.0%	8	9.2%	6	5	3	2		4	3				
		女	17	17	100.0%	2	11.8%	1	1	1			2					
総計			814	814	100.0%	69	8.5%	38	23	11	10	2	43	11	1	2		

表5 内科診察 (対象者:1回生) ※2022年度の健康診断では1回生のみ内科診察を実施

回 生	学 部	所見件数	所見者の領域別										事後措置								管理区分			紹介後 結果未判明	医療機関
			呼吸器系	消化器系	循環器系	筋、骨格系	皮膚、皮下組織	神経系・感覚器	内分泌代謝	泌尿器系	婦人科系	血液系	その他	要呼出者数	内容(件数)						管理不要	経過観察	医療管理		
															状態確認	内科診察	心電図検査	検査 検尿二次	血圧検査	エコー検査					
1回生	教育	8			5				3				8	2	6	2			3		5	1	2		
	経済	8			3			3	2				8	7	2	2			3	1	5	1		1	
	D S	2			1			1	1				2	1	1				1		1				
総計		18	0	0	9	0	0	3	6	0	0	0	18	2	14	4	0	0	7	1	11	2	2	1	

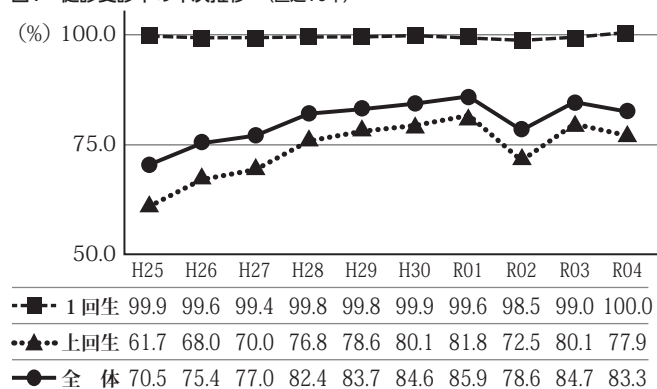
令和4年度学生定期健康診断(学部生)の成績(速報版)

保健管理センター 所長 山本 祐二

今年度の学生定期健康診断は、3月30日から4月4日の期間に大津・彦根両キャンパスにおいて各々4日間・5日間をかけ実施しました。会場ではいわゆる三密を避け、十分換気に注意した感染対策を施しました。学部生の結果について報告します。
(注:表の集計は令和4年7月29日現在です)

健康診断の受診率: 1回生は100%と全員が受診しました。2回生以上は77.9%で昨年度に比し受診率が2.2ポイント低下し、全体でも対象者3,353人中受診者2,792人の83.3%と昨年比1.3ポイント低下し、昨年をやや下回る結果となりました(図1)。学部別受診率は教育97.3%(-0.3)、経済76.5%(-2.0)、DS82.5%(-1.5)でした(昨年からの増減)。

図1 健診受診率の年次推移 (直近10年)



血圧測定(表1): 再検査の基準は収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上です。1回目の測定で高血圧を指摘された者は、501名(17.9%)おり、2回目の測定でも血圧が高かった197名を事後措置対象としました。2名が医療管理となりました。

表6 事後措置数の年次推移 (直近10年間)

年度	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R01	R02 [※]	R03 [※]	R04 [※]
有所見件数	579	641	652	684	542	582	713	470	272	353
事後措置件数	515	526	535	612	483	518	656	371	197	231
未了件数	64	115	117	72	59	64	57	99	75	122
未了率	11.1%	17.9%	17.9%	10.5%	10.9%	11.0%	8.0%	21.1%	27.6%	34.6%

※令和2年以降、血圧は2回目測定においても異常を示したものを有所見者として集計しています。

尿検査(表2): 尿検査は、尿糖、尿蛋白、尿潜血がそれぞれ陽性(試験紙法で1+以上)を呈したものを要再検査と判定しています。要再検判定は65名(延69件)でした。その内訳は尿糖10件、尿蛋白25件、尿潜血34件でした。再検査は43名に実施しました。4名が医療管理となりました。

胸部X線検査(表3): 1回生は全員に、2回生以上は希望者に実施しています。全体の受検率は82.3%でした(表3)。新たに結核と診断されたものは皆無でした。1名が医療管理となりました。

心電図検査(表4): 対象は1回生です。69名の有所見者中、38名を呼び出し、2名が医療管理となりました。

内科診察(表5): 今年度も対象を1回生に絞って実施しました。有所見件数は18件でした。呼び出し対象者は18名で内1名を医療機関に紹介しました。循環器系(脈の乱れや心雑音など)の指摘が多く、次いで内分泌代謝系(甲状腺の腫大など)でした。

健康診断は受診だけでなく、事後措置まで完了してはじめて意味をなします。事後措置未了者ゼロを目指して今後も取り組んでまいります(表6)。呼び出した際には病気について、わかりやすい説明を心がけています。当センターから呼出しを受けた方は速やかに応じて下さい。

カウンセリングへのいざない ～「なんか違う。」と思うあなたへ～

はしもと しんご
臨床心理士 橋本 新吾

はじめまして、臨床心理士の橋本新吾と申します。今年度の4月より、滋賀大学保健管理センター(彦根キャンパス)に非常勤カウンセラーとして木曜日の13時から19時まで勤務しています。コロナ禍ということもあって、現在は主にオンラインカウンセリングを担当しています。今後ともよろしくお願いいたします。

と、簡単に自己紹介をしましたが、これだけでは一体何のこっちゃよく分からないですね。もう少しだけ紙面を割いて自己紹介させてもらえればと思います。

私はもともと社会人として仕事をしていました。カウンセラーとは何の関係もないお仕事です。私も皆さんと同じように真面目に就職活動をしていました。エントリーシートを山のように書き、幾多の企業の面接試験を受けるため、夏はあせどく、冬はこごえながら日本各地を駆け巡っていました。コロナ禍の今では想像しにくいかもしれませんが、夜行バスとネットカフェには何度も何度もお世話になりました。そして面接を受けるときの緊張感、受け終わったあとの安堵感。その後にメールでやってくる不合格通知の嵐。中にはサイレントお祈りなんてモダンなものもありがたくたくさんちょうだいしました。こんなに人から祈られたのは後にも先にもこのときが初めてです。人生で最も神に近い時期だったのではないかと思います。

就職活動を始めて約1年半、秋も深くなり、クリスマスソングが街中で流れ始めるようになった頃、ようやく都会にあるひとつの企業に拾ってもらうこととなりました。信じられない。面接試験連敗記録を日々更新し続けるような人間に対して興味を持つ人がいるなんて。世の中物好きな人もいるものだとおもいました。この会社で骨を埋めようと意気込んだのも束の間、数年もしないうちに私はこの会社を自主退職することとなりました。

いえ、境遇は大変良いものでした。先輩のみなさんはやさしいし、同僚も気のあう人ばかり。苦労や失敗もいろいろあったけど仕事自体はたのしかった。プライベートも僭越ながら充実させて頂いておりました。不満が何ひとつなかった

というウソになるけれど、それなりに有意義な日々を過ごしていました。

「なんか違う。」これまでのキャリアとまったく関係のないカウンセラーへの急激な路線変更があったのは、その思いしありません。子どもの頃から自分は人の無意識を知ることやカウンセリングに興味があって、それを仕事にしたかったのではなかったっけ。自分は今何をやってるんだろう。同期とラーメンを食べながら何の生産性もないトークで盛り上がっているときでも、そんな思いで頭の中がいっぱいでした。同期の話なんて完全に上の空でした。上の空だったのはこのときに限らないかもしれませんが。

「なんか違う。」と思えてからは早かったです。会社をやめ都会から田舎に戻って臨床心理学の勉強をし、臨床心理士を養成しているコースの大学に編入学をしました。それから早5年。いろいろありましたが遂に臨床心理士の資格を得て、現在はカウンセラーとして勤務しています。

少しだけ紙面を割いて自己紹介を、といいつつもやや長くなってしまいました。とりあえず何が言いたかったのかというと、この「なんか違う。」という思いは思いがけず突然やってくるとのこと、その思いは無視しないでたいせつにしてほしいということ、同期の話は大体上の空になるということです。

大学生活は多感な時期です。初めて体験することが多い時期でもあります。初めての履修登録、初めてのレポート作成、初めての一人暮らし、初めてのアルバイト、初めての就職活動。初めての体験が多いことに加え、多感な時期であるため、「なんか違う。」という思いが出てきやすい時期でもあります。この「なんか違う。」はとてもだいじなのですが、それが生きる上でのしんどさにつながることもあります。だって「なんか違う。」から。

話は変わりますが、私の専門領域というか、大学生のことで関心があるのは、大学生の発達障害の変遷についてです。発達障害の歴史は長く、さまざまな研究がなされており、定義もコロコロ変わっています。今ではこの人は発達障害、あの人は発達障害じゃないというように発達障害は白黒で決

められるものでなく、発達障害であるか否かは単なる程度の差であって、誰もが発達障害の要素を少なからず多からず持っているという考え方が主流になってきています。実際に「人間みな発達障害」と言っている人もいます。これは別にいま私が考えたフレーズではありません。ちゃんと偉い人がそう言っています。

発達障害の傾向のある人はこだわりがつかったり、感受性が高かったりするため、「なんか違う。」を経験しやすいです。「人間みな発達障害」なので、おそらくみなさんも一度は「なんか違う。」を経験したことがあるかと思います。それを人にいうのも「なんか違う。」と思い、誰にも何も言わずに一人でつらい思いをしてきた人もいるのではないのでしょうか。

「なんか違う。」そう思うからしんどい、周りについていけないという方がいらっしゃいましたら、お気軽に保健管理センターまでご連絡ください。「なんか違う。」と思ったらどんなことでも相談していただいて結構です。「こんなことで相談してもいいの?」とおもってカウンセリングを受けるのをためらう必要はまったくありません。「なんか違う。」という内容でなくても、将来の見通しがたかない、履修登録ができない、単位が足りない、レポートが書けない、教授や友人とうまくいかない、人前で発表ができない、バイトでミスが多い、バイトが続かない、忘れものが多いから困っているということでも何でも構いません。どんなに些細と思われることでも、それがしんどさの原因となっているのだったら、それはその人にとっ

てとても大きな心のしこりなので。

実際のカウンセリングについてお話させて下さい。カウンセリングは、現在、LINE通話またはZoomでおこなっています。カウンセリングを受けたい場合は、大学まで出向く必要はありません。スマホやパソコンがあればご自宅でも下宿先でも受けられます。カウンセリング料は無料です。なお、カウンセリングで話されたことは、先生や友人、ご両親など誰にももれることはありませんので、安心しておもったことをお話しください。

最後になりますが、実はカウンセリングでは私の方から何か教えるということはありません。もちろん思ったことがあればこちらから何かお伝えすることはあるかと思いますが、基本的にこうした方が良いとかこうすべきということをおアドバイスすることはほとんどありません。カウンセラーは何でも解決策を知っている神のような存在では決してないです。確かに就職活動をしていたときは神に近かった私ですが、そんな能力は持ち合わせていません。それも遠い昔の話です。問題の解決策は相談に来られた方がご自身でみつけていくものと考えています。解決策と一緒に考えていくためのサポートについては、力の限り尽くさせて頂きたいと思います。いろいろと堅苦しいことを言いましたが、ともあれどんなことでも何か悩まれていることがありましたら、是非お気軽にご利用してみてください。



Walking Challenge 2022

Walk to the moon!! (皆で月まで歩こう!)

地球から月までの距離38.4万kmは、

1歩を0.8mとして480,000,000歩

1日8,000～10,000歩を約2,000名で4週間歩くと達成



滋賀大学の開学記念日である2021年5月31日に、位田学長(当時)が「ヘルシーキャンパス滋賀大学」を宣言し、これをもって滋賀大学は学生・教職員の“こころ”と“身体”の健康を増進し、最適な修学・就業環境を目指す取り組みを開始いたしました。

この一環として、2022年11月に開催される大学対抗の参加型イベント「Walking Challenge みんなで歩いて月まで行こう!」の参加者を募集いたします。

- 個人またはチームで、11月の1ヶ月間、毎日の歩数を記録しながら参加します。
- 各々の歩数計またはスマートフォンアプリで歩数を測定し、ウォーキングチャレンジ登録者専用のウェブページ(マイページ)に記録
- 全国大学保健管理協会がウォーキングチャレンジ登録者専用ウェブページを提供します。ウェブページへの歩数登録は無料で利用できるスマートフォンアプリ「健康日記」から自動的に実施可能です。
- 全参加者の合計歩数で月まで到達することを目標に掲げています。

参加エントリーの
受付はこちらから▶

※申込締切は
2022年10月20日



Walking Challengeの
詳細はこちらから▶



保健管理センター相談日

	からだの相談	こころの相談
彦根キャンパス 保健管理センター ☎ 0749-27-1024 ✉ hoken@biwako.shiga-u.ac.jp	山本医師(健康相談) 毎週火・木 高村医師(整形外科) 第1金	久保田医師 週2日(不定期) 國松カウンセラー 毎週月 谷口カウンセラー 毎週水・金 橋本カウンセラー 毎週木
大津キャンパス 保健管理センター分室 ☎ 077-537-7709 ✉ hoken@edu.shiga-u.ac.jp	山本医師(健康相談) 毎週月・水 北村(清)医師(内科) 毎週月 北村(博)医師(整形外科) 第1・3金	久保田医師 週2日(不定期) 谷口カウンセラー 毎週火・木 岩城カウンセラー 毎週木

※上記の相談日は講義等医師の都合により変更されることがあります。掲示板等で確認してください。

こころの相談について

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、保健管理センターにおける対面形式でのカウンセリングは当面の間中止しておりますが、代替手段として、LINE無料通話やZoomでの遠隔カウンセリングによるサポートを行っております。

ご希望の方は、メールにて、氏名と学籍番号、およびカウンセラーへのご要望(性別など、あれば)をお書きの上、ご連絡ください。