

---

# 保健センターだより

第 49 号

平成19年 4月 1日発行

編集発行 奈良教育大学保健管理センター

---

## カウンセリングルームの中では

保健管理センター

学生相談室カウンセラー 酒井 敦子

今年も奈良教育大学の庭の桜が満開になり、全国津々浦々より、そして世界の国々より、新入生を迎える季節が参りました。合格された皆さんおめでとうございます。

晴れて大学生になれたと大喜びで入学してくる人、せっかく入学してもどこことなくしっくり来なくて、疑心暗鬼で、どこか落ち着きなく、自分でもどこに身をおけばいいのかまだよくわからない人などさまざまです。そんな人にはきっとバス停より大学に入ってくる時には、こんな看板が目につくことでしょう。『本日、カウンセリングを行っています。』

でも大抵の人は、その看板をチラッと横目で見て通り過ぎられることなのでしょう。でも、それでいいのです。そんなことも忘れてしまって、新しい大学生活に、一生懸命になっている人はそれでいいのです。でもなにかが、かみ合わなかったり、物事が自分が設計したようには運ばなかったり、自分の思いがかなわなかったりすると、なぜかあの看板のことが思い出されます。

そうです。そのような時には、一度、来室してみてください。その部屋の中では一体、どんなことが行われているのでしょうか？非常に興味のあるところです。その部屋には書斎机と応接セットと、箱庭療法用具、他は諸種の心理検査用具があるのみです。

こんなシンプルな部屋で、学生さんや来談者の方の一番大切な心の問題についてお話しているのです。実際はお話が始まる前に、先ず面接可能かどうかの手続きをしていただくことになります。それは、看護師室に連絡して、(電話でも可) 面接の予約をしてください。面接時間のセッションは、原則として50分です。特に最初の面接の時間はすぐ過ぎ去ってしまいます。自分の困っている問題をまだすべて話していないのに、時間が来てしまいます。もっと話したいと思う人は、また次週の予約をして継続の面接になります。

さて、ではカウンセリングの部屋の中では何が行われているのでしょうか？

皆さん興味のあるところです。それで、ここでは、カウンセラーの人が、カウンセリングルームではどのようなことがなされるように訓練されているかの一端についてお話しましょう。

カウンセリングルームでは、先ず来談される方が、「こんなことで悩んでいます」と言われます。大抵な場合、それはとても苦しく解決するにはかなり難しそうな事柄です。難しく、どんな解決方法があるかわからないのですが、それでもやはりカウンセラーの出来ることは一生懸命聴いていくことしかないのです。カウンセラーはただ聴くということに訓練されているのですが、その聴くは、『積極的に聴く』ということです。ある時一人の学生が来室して、憔悴しきった様子で、「先生、僕はもう、生きるのを止めたいのです。」という。今にも生き絶えんばかりの言い方に、こちらも驚いてしまいます。ドキッとします。いろいろな気持ちがよぎります。この人は「生きるのを止めたいと言っている」と言うことは、この人は死にたいと言っているのか。カウンセリングルームに来ているのに死んだりするのはたいへんだ！とかいろいろな思いが巡ります。

その時、カウンセラーが気がついたことは、この人は死にたいなど一言も言っていないということでした。『死にたいとは一言も言っていない』つまりこの人は『生きたいと言っている』と、受け止めその人の可能性に焦点を当てて話を聴いていきます。すると、その学生の話はだんだん可能性に燃えて希望に向かって話が進んでいったのです。それから彼は、若者らしい素晴らしい学生時代を送りました。その学生は卒業前に丁寧にお礼の挨拶に来てくれました。カウンセリングルームでは、学生さんが当たり前の学生生活を送れるよう支援しています。お気軽に訪れてください。

# 健 康 が イ ド

## 続・新型インフルエンザについて

保健管理センター 所長 辻井啓之

### はじめに

昨年春、新型インフルエンザについてこのコラムでお知らせをしました。幸いなことに、1年を経過した現在でも新型インフルエンザのフェーズは“3A”にとどまっていますが、発生の危険はますます高まっており、重要なことなので再度注意を喚起したいと思いここに取り上げました。もう一度、フェーズとは何か確認してください。

### 新型インフルエンザの6フェーズ（発生状況の段階）

フェーズ1（トリートリ）	新型インフルエンザウイルスのヒトへの感染が見られない。動物内でヒトに感染する恐れのあるインフルエンザはあるが、ヒトへの感染リスクは小さい。
フェーズ2（トリートリ）	新型インフルエンザウイルスのヒトへの感染が見られない。動物内でヒトに感染する恐れのあるインフルエンザはあり、ヒトへの感染リスクが大きい。
フェーズ3（トリートリ）	新しいヒト感染が見られるが、ヒトーヒト感染による拡大は見られない、あるいは、非常に稀に感染が見られる（家族内など密接な接触者）。
フェーズ4（ヒトートリ）	限定されたヒトートリ感染の小さな集団発生（クラスター）が見られるが、ヒトートリ感染は依然として限定的。
フェーズ5（ヒトートリ）	より大きな（あるいは複数の）ヒトートリ感染の集団発生（クラスター）が見られるが、ヒトートリ感染は依然として限定的。
フェーズ6（パンデミック）	一般のヒト社会の中で感染が増加し、持続している。

※1）国内非発生（A）、発生（B）を加えるとさらに詳しくなる

今冬は大変な暖冬で、インフルエンザの流行は昨年と同様ピークがかなり遅れていますが、それほどの大流行はなく春を迎えています。しかし、新型インフルエンザウイルスの出現については、昨年より切迫した状況になっていることは間違いありません。人から人へ感染しうるウイルスに変異する可能性

が最も高いと考えられるH5N1型鳥インフルエンザウィルスは、燎原の火の如くヨーロッパに広がっています。現在、アメリカへの広がりはまだ見られず、アメリカ政府もかなりの予算を割いて新型インフルエンザ対策に本腰を入れています。日本でも、宮崎県で鳥インフルエンザの発生が見られ感染拡大が懸念されましたが、幸い当面は終息宣言が出されました。

鳥インフルエンザウィルスと人間の接触機会が増えれば増えるほど、新型インフルエンザの出現可能性は高まっていくのです。ライフスタイルから考えて、世界に先がけて日本で出現することはまずないと思っていますが、見えないところで出現に向けてカウントダウンが始まっているのだという意識をもつことが大切です。

### 新型インフルエンザとは

昨年の本コラムで詳しく解説しましたので、要点のみ記します。まず、「鳥インフルエンザ」と「新型インフルエンザ」の違いです。鳥インフルエンザと言う場合は、鳥に病原性を持つウィルスによる“鳥の”インフルエンザです。トリ→ヒト感染はすでに確認されていて、発症して死亡にいたる例も少なからずありますが、トリと濃密に接触する機会があった人々に限られています。またヒト→ヒト感染については、きわめて限定された環境で家族内の感染が確認されていますが、広くヒト→ヒト感染を起こすウィルスに変異した証拠はまだありません。そのため、WHOはフェーズ3にとどめているのです。

現在、「新型インフルエンザ」という場合、主にH5N1型の鳥インフルエンザウィルスがヒト→ヒト感染を起こしうるタイプに変異したものの登場を予測しているわけで、現段階ではまだ存在はしていないということです。

### 新型インフルエンザの病原性について

新型インフルエンザウィルスが人間にどの程度の病原性を持つのかについて、徐々に情報が蓄積されつつあります。現段階では新型のウィルスはまだ存在しませんから、トリ→ヒト感染・発症者の症状からの推定になりますが、かなり厳しい症状が予測されています。特筆すべきは、若い人たちの重症化です。10代後半から20代の若者は、本来しっかりした免疫力を持っているわけですが、その免疫機構の過剰反応が病態を重くしているというのです。

免疫担当細胞は、病原体の排除に際して“サイトカイン”と総称される様々な生体活性物質を分泌します。H5N1型ウィルスは、そのサイトカインの過剰分泌を惹起して“サイトカインストーム”と言われる状態を引き起こしやすく、それが若い年齢層での重症化と関連しているという知見が報告されています。つまり、インフルエンザという名前だけで、現在流行しているものと同じようなものであると考えるのはきわめて危険なことです。

### 新型インフルエンザ対策

新型インフルエンザ発生時の行動計画は、各省庁・地方自治体で具体的かつ詳細に検討されていますが、一般の方々の認知度はもうひとつのようです。一般市民は、もっぱらマスコミを通じて情報を得るわけですが、マスコミの取り上げ方が問題です。冷静な反応と正確な知識がもっとも必要とされますが、どうしても結果的に怖さを煽っているような報道になりがちです。とにかく、いつ発生しても心構えが

できているように、正確な知識を持って、普段からの情報収集に留意することが必要でしょう。

厚生労働省は2月19日に、国や自治体、国民が取るべき対応策の基本方針を定めた指針案を公表しました。以下に概要を示しておきたいと思います。この3月中には、国民にこの指針案に対するパブリックコメントを求めた上で、正式に指針が示されるでしょう。

#### 1) 国・自治体

- ・発生から72時間以内に封じ込め策を決定する。
- ・医療機関・公共施設での「発熱外来」を設置する。
- ・ワクチンや抗ウィルス薬の予防投与の優先順位の決定に向けた調整を行う。

#### 2) 民間企業

- ・従業員の健康管理・感染予防策を実施する。
- ・電気・ガス・水道・食料・交通・病院等のライフライン関連事業者は、流行時も事業を継続する。
- ・不要な会議などを自粛し、在宅勤務を励行する。また、公共交通機関の利用を回避する。

#### 3) 市町村

- ・患者家族や独居家庭への食料・水の配達を行う。

#### 4) 家庭

- ・2週間分の食料・水・日用品を備蓄する。
- ・流行時の外出を自粛する。

これ以外にも、行動計画にはかなり細かい言及がありますが、基本は人と人の接触をできる限り少なくし、感染拡大を防ぐということにつきます。いったん流行が始まって、その時に家から出ないでいられるだけの備蓄をしていないと、多くの人が急に買い物に殺到することとなり、結果として感染の拡大を防ぐことが困難になります。インフルエンザの流行の場合、大きな天災とは違って少なくともライフラインは維持されますから、2週間備蓄でしのぐことができれば、流行の状況ととられる対策の方向性もはっきりするでしょう。

ただ、こういった対策が功を奏するか否かは、人々がその必要性を十分理解した上で行動できるかどうかにかかっています。現状の理解度では実効性には疑問符がつきます。さらなる啓発が必要です。

## 新型インフルエンザ予防・治療の見通し

昨年と大きく異なることはありません。タミフルの備蓄が増えていることぐらいでしょうか。新型ウィルスをもとにしたワクチンは発生してからでないと作れないので状況は変わっていません。発生初期は抗ウィルス薬タミフルが治療の基本になります。

そこで気になるのが、こしばらく話題になっているタミフルの副作用についてでしょう。特に中高生の年齢層で、タミフル服用後の異常行動による事故死が相次いで起こりました。現在までの調査では、タミフルと異常行動の因果関係を証明するデータは出ていません。しかし、一部には調査方法に問題があるとする意見もあります。ここでもマスコミ報道には注意が必要です。新型インフルエンザも怖い、タミフルも怖い、何でも怖い怖いでは困ります。タミフルは新型インフルエンザに対する人間の持つかなり有効な対抗手段であるわけですから、その評価はきちんとしておく必要があります。

そこで、2月28日に厚生労働省は、“インフルエンザ治療に携わる医療関係者の皆様へ（インフルエンザ治療開始後の注意事項についてのお願い）”という注意喚起を行いました。その中で、タミフルと異常行動の因果関係は否定的としながらも、調査の続行と十分な検討を行うことを表明しています。そ

の上で、医療関係者に対して以下のような要望を行いました。

薬の副作用について因果関係を証明するのは簡単なことではありません。高熱という症状そのものが中枢神経に影響を与えるため、なかなか判断が難しいことではあります。ただ、上記のような説明を、タミフルを処方する医師すべてがもれなく行うとは考えにくいことです。インフルエンザに罹った時は、是非このような注意を思い出してください。

この1年新型の発生はなく、その間かなりいろいろな知見も蓄積されました。対策も具体化しつつあります。現在、従来のインフルエンザは流行していますが、新型については、次の冬まで猶予がもらえそうな状況です。また、その間に一般の方々に知識が浸透することを期待します。

万が一の事故を防止するための予防的な対応として、特に小児・未成年者については、インフルエンザと診断され治療が開始された後は、タミフルの処方の有無を問わず、異常行動発現のおそれがあることから、自宅において療養を行う場合、

- (1) 異常行動の発現のおそれについて説明すること
- (2) 少なくとも2日間、保護者等は小児・未成年者が一人にならないよう配慮することが適切であると考えられます。

このため、インフルエンザ治療に携わる医療関係者においては、患者・家族に対し、その旨説明を行っていただきたい。

## 新型インフルエンザが出現したら

可能な限り外出はしない、マスクの使用、手洗い、うがいなど従来の感染症予防の基本を実行することです。学校の休校や、催し物の中止など、予定が大幅に変えられてしまうことも多くなるでしょうが理解が必要です。特にインフルエンザの流行期は入学試験の季節でもあります。様々な混乱も生じます。学校関係者はそういう可能性を常に念頭におかないといけないと思います。免疫力を落とさないように心がけることも必要ですが免疫を過信はできません。新型については免疫力のある成人も油断できないのです。

現在用いられているインフルエンザワクチンは、新型には効果はありません。ただ、従来型のインフルエンザウィルスも当然存在しているわけですから、患者数を減らすためにも、接種しておくことに十分意味はあります。

新型ウィルスが流行し始めると、封じ込めが功を奏しない場合、数ヶ月で人口の20～30%が感染すると考えられます。従来は乳幼児や高齢者の危険が強調されていましたが、前述のように新型は免疫力の十分ある成人でも重篤になる恐れがあるのです。「感染しない」ことを重視すればおのずと行動は決まってきます。

新型インフルエンザの出現そのものを阻止することは困難です。しかし、新型が出現すれば、出現したウィルスをもとにワクチンが製造できます。大流行を阻止して限定的な地域に封じ込めた上でワクチンの完成を迎えることができればそれが最善です。被害を最小限に抑えこめるでしょう。そのためには皆がその必要性を理解して封じ込めに協力することです。

昨年も書きましたが、「恐れすぎず、侮らず」、この態度が肝要です。



## 平成18年度保健管理センターの事業実施状況

期 日	業 務 等	内 容	受診者数
4月1日	保健センターだより第47号発行		
4月5日	入学式		
4月6日～4月10日	新入生オリエンテーション（アルコールパッチテスト実施・学生生活について）		
4月4日～4月26日	春季学生定期健康診断	内科・胸部X線撮影・測定（身長・体重・視力・血圧）	1,297名
		検尿（糖・潜血・蛋白質・ウロビリノーゲン）	1,191名
	春季教職員定期健康診断	学部1回生心電図検査	281名
		内科・胸部X線撮影・測定（身長・体重・視力・血圧）	134名
		検尿（糖・潜血・蛋白質・ウロビリノーゲン）	113名
		肺癌検査 40歳以上	10名
		聴力検査 40歳以上	65名
		VDT作業従事者健康診断	66名
	特定業務従事者等健康診断	放射線業務従事者	2名
		給食従事者	7名
5月16日	保健管理センター運営委員会		
6月1日	健康診断証明書自動発行開始		
6月15日	全国大学保健管理協会 第48回総会（京都大学）		
7月27日	全国大学保健管理協会近畿地方部会研究集会及び総会（兵庫教育大学）		
8月24日	全国大学保健管理協会近畿地方部会保健師・看護師班研究集会（兵庫教育大学）		
9月2日	大学院入学試験救護		
9月26日	秋季教職員健康診断	血液検査（末梢血・生化学検査・血糖）	86名
		心電図検査	55名
		大腸癌検査	31名
		胃X線検査	30名
		胸部X線撮影	3名
		特定業務従事者等健康診断	放射線業務従事者
		給食従事者	7名
		9月28日・10月4日	秋季学生健康診断・健康相談
		RI検査（末梢血・問診・診察・皮膚検査）	10名
		健康相談	
10月1日	保健センターだより第48号発行		
10月10日	全国大学保健管理協会理事会・評議会（昭和大学）		
10月11日～10月12日	第44回全国大学保健管理研究集会（昭和大学）		
10月13日	国立大学法人保健管理施設協議会（電気通信大学）		
10月28日	公開講座（－新型インフルエンザの脅威－）		
11月3日～11月5日	大学祭救護		
11月17日	全国大学保健管理協会近畿地方部会第14回阪奈和地区保健師・看護師班研修会（奈良教育大学）		
11月18日	帰国生特別選抜試験救護		
12月8日	学内AED設置（保健管理センター・講義棟エントランス・武道場）		
1月20日～1月21日	大学入試センター試験救護		
1月23日～1月24日	推薦入試救護		
2月10日	大学院2次・外国人留学生入学試験救護		
2月11日	私費留学生・特殊教育特別専攻科入学試験救護		
2月8日	RI検査	末梢血・問診・診察・皮膚検査	18名
2月25日	学部個別学力試験救護（前期）		
3月1日	体育系サークル リーダースミーティング・安全管理講習会		
3月12日	学部個別学力試験救護（後期）		
3月15日～3月16日	第9回フィジカル・ヘルス・フォーラム		
カウンセリング：毎週1回（3時間）学外カウンセラーにて実施 他、随時学内併任のカウンセラーと管理医が担当 職場巡視：随時 ならやまオープンセミナー『健康・体力増進事業～貯筋運動のすすめ～』協力			

平成18年度  
血液検査成績（学部1回生）

		男				女				合計			
対象者数		101名				181名				282名			
受検者数		97名				174名				271名			
受検率(%)		96.0%				96.1%				96.1%			
異常なし		55名 (56.7%)				128名 (73.6%)				183名 (67.5%)			
異常あり		42名 (43.3%)				46名 (26.4%)				88名 (32.5%)			
内 訳		要再検	要観察	要精検	要治療	要再検	要観察	要精検	要治療	要再検	要観察	要精検	要治療
血液 化学 学 検 査	高ビリルビン	2	6	2		4	1			6	7	2	
	GOT・GPT	1	1	3	1	4				5	1	3	1
	LDH			1		2				2		1	
	LAP	1		2		2				3		2	
	γ-GTP			1		1				1		1	
	ALP	1	1			1				2	1		
	ZTT・TTT			1		1				1		1	
	コリンエステラーゼ		1		1	1				1	1		1
	高脂血症 総コレステロール		8	1	4	6	18			6	26	1	4
	中性脂肪		5	1	1	4	2			4	7	1	1
高HDLコレステロール血症		4	1	1	2	7			2	11	1	1	
高血糖症	1								1				
高尿酸血症		10	1	5	2				2	10	1	5	
HBs抗原陽性								2			2		
HCV抗体陽性			1								1		
末梢 血液 検査	貧血（赤血球減少）												
	（Hb低値）				1		4				4		1
	血小板減少				1								1
	白血球数減少												
	白血球数增多	3				8	1			11	1		

平成18年度  
血液検査成績（非常勤職員含む教職員）

		男				女				合 計				
受 検 者 数		47名				39名				86名				
異 常 な し		15名 (31.9%)				18名 (46.2%)				33名 (38.4%)				
異 常 あ り		32名 (68.1%)				21名 (53.8%)				53名 (61.6%)				
内 訳		要再検	要観察	要精検	要治療	要再検	要観察	要精検	要治療	要再検	要観察	要精検	要治療	
学 校 医 生 の 血 液 化 学 的 検 査	肝 臓 機 能 障 害	高ビリルビン		1							1			
		GOT・GPT		1	1	4			1			1	2	4
		LDH		1		1						1		1
		LAP		1		3						1		3
		γ-GTP				2		1	1			1	1	2
		ALP		1								1		
		ZTT・TTT		1								1		
		コリンエステラーゼ				1								1
	高 脂 血 症	総コレステロール		10	1	7		6	6	2		16	7	9
		中性脂肪		4		5		2		2		6		7
	高HDLコレステロール血症		3	1				5			3	6		
	高血糖症		1		3			2			1	2	3	
	高尿酸血症				4								4	
	HBs抗原陽性						1				1			
HCV抗体陽性		1								1				
末 梢 血 液 検 査	貧血（赤血球減少）		2					1			2	1		
	（Hb低値）		2				1	1	2		3	1	2	
	血小板減少													
	白血球数減少		1								1			
	白血球数增多		1					1			1	1		



### H18年度 教職員胸部レントゲン撮影受検状況（人間ドック含む）

	対象者(全職員) ※育児休業等を除く	受検者数	受検者率	一次所見		二次所見
				異常なし	要精検	異常なし
教 員	111	96	86.5%	96	0	0
事務職員	62	59	95.2%	56	3	3
非常勤事務職員	42	37	88.1%	36	1	1
附 属	63	59	93.7%	58	1	1
附属非常勤講師	16	12	75.0%	12	0	0
合 計	294	263	89.5%	258	5	5

### H18年度 教職員定期健診 心電図検査受検状況（人間ドック含む）

	対象者 (40歳以上と35歳)	受検者数	受検者率	所見結果				
				異常なし	要観察	要治療	要精検	要再検
教 員	106	59	55.7%	54	3	2	0	2
事務職員	42	41	97.6%	36	2	1	2	0
非常勤事務職員	18	16	88.9%	15	0	0	1	0
附 属	47	35	74.5%	28	2	2	1	2
附属非常勤講師	6	3	50.0%	3	0	0	0	0
合 計	219	154	70.3%	136	7	5	4	4

### H18年度 人間ドック受診状況及び成績

ドック受診者		教 員	事務職員	付 属	合 計
		44名	26名	30名	100名
内 訳	異常なし	5	2	2	9
	要 観 察	16	10	11	37
	要 精 検	10	3	7	20
	要 治 療	9	7	5	21
	要 再 検	4	4	5	13



## 平成19年度保健管理センター事業予定表

月別	行 事	内 容	対 象
4	保健センターだより発行		
	春季定期健康診断	身長・体重・視力・血圧測定・検尿 心電図（学部一回生）・胸部X線（間接撮影） 内科診察	学部学生・大学院生 留学生・研究生 特別支援教育特別専攻科
		身長・体重・視力・血圧測定・検尿 胸部X線（間接撮影）・内科診察 聴力・喀痰検査 V D T作業従事者健康診断	教職員
	特定業務従事者等健康診断		放射線業務従事者 給食従事者
5	保健管理センター運営委員会		
	精密検査及び再検査	血圧測定・検尿・心電図・胸部X線（直接撮影等）	要再検査者
6	健康診断証明書自動発行開始		
7	全国大学保健管理協会近畿地方部会総会及び研究集会（奈良先端科学技術大学院大学）		
8	全国大学保健管理協会近畿地方部会保健師・看護師班研究集会（奈良先端科学技術大学院大学）		
9	秋季教職員定期健康診断	血液検査（末梢血・生化学検査・血糖）・心電図 大腸癌検査・胃部X線撮影	教職員
	特定業務従事者等健康診断		放射線業務従事者 給食従事者
	大学院入学試験救護		
10	保健センターだより発行		
	第45回全国大学保健管理研究集会（大分大学）		
	国立大学法人保健管理施設協議会（熊本大学）		
	公開講座		
	秋季学生定期健康診断	血液検査（末梢血・生化学検査・血糖） 健康相談 春期健康診断有所見者の二次検査	学部一回生 全学生
11	秋季健康診断事後指導	内科診察・医療機関紹介	秋季健康診断有所見者
	大学祭救護	応急処置	全学生
	全国大学保健管理協会近畿地方部会 第15回阪奈和地区保健師・看護師班研修会（大阪工業大学）		
1	大学入試センター試験救護		
2	一般入試救護		
3	体育会系リーダーズミーティング		
	第10回 フィジカル・ヘルス・フォーラム		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・診療業務及びカウンセリング：通年休日以外 8：30～17：15</li> <li>・R I 健診：随時（項目、時期はR I 防止法による）</li> <li>・職場巡視：随時</li> </ul>			

## 平成19年度 カウンセリングのお知らせ

### カウンセラーからの一言

※ひとりで悩むよりカウンセラーと悩みましょう。

勉強のこと、進路のこと、対人関係のこと、性格のことなど大学生活の中で出会ういろいろな問題について相談に応じます。相談というほどではないけどちょっと気になること、その他どのような事でも相談にのります。個人のプライバシーは固く守られます。

平成19年度のカウンセリングの日程は下記のとおりです。

相談希望者は保健管理センターへ直接申し込んでください。電話・FAXでも受け付けます。

4月	12日(木)	19日(木)	26日(木)	
5月	17日(木)	24日(木)	31日(木)	
6月	14日(木)	21日(木)	28日(木)	
7月	12日(木)	19日(木)	26日(木)	
8月				
9月	13日(木)	20日(木)	27日(木)	
10月	11日(木)	18日(木)	25日(木)	
11月	8日(木)	15日(木)	29日(木)	
12月	6日(木)	13日(木)	20日(木)	
2008年1月	10日(木)	24日(木)	31日(木)	
2月	7日(木)	14日(木)	21日(木)	28日(木)
3月	6日(木)	13日(木)		

場 所：保健管理センター

利 用 時 間：14：00～17：00

カウンセラー：酒井 敦子先生（学外の先生です）

T E L       ：0742-27-9138

F A X       ：0742-27-9280

※日程が変更になる場合は、公用掲示板にてお知らせします。

## －保健管理センターの利用について－

◆利用時間は月～金曜日までの8時30分から17時15分です。

### 1. 応急処置

けが、病気の応急処置を行います。  
状態により適切な病院を紹介します。  
医療機関を受診する場合は、保険証が必要です。  
いつも手元に用意しておくように心がけてください。

### 2. 健康相談

相談内容については秘密厳守します。  
相談は随時、医師・看護師が応じます。

### 3. 静養室の利用

体の不調などで休養をとりたい場合のために、男女別の静養室を設けています。  
学生のかただけでなく、職員のみなさまにもご利用いただけます。

### 4. 健康診断証明書の発行

※健康診断証明書は次のようなときに必要です。

- ①各種実習（教育実習・介護体験）
- ②部活などのスポーツ競技会参加
- ③大学院受験
- ④留学
- ⑤非常勤講師 申請
- ⑥ティーチング・アシスタント 申請
- ⑦ボランティア活動
- ⑧就職活動

管理棟1階 教務課前の【証明書自動発行機】にて自動発行しますが、平成19年度の春季定期健康診断をすべて受診し、健診全項目が「異常なし」でないと発行できません。自動発行できない場合は、保健管理センターにて交付しますので、印鑑を持ってお越しください。

◎但し、申し込んでから発行まで3日程度かかりますので余裕をもってお越しください。  
即日発行はできません。

### 5. その他

- ◆健康、医療に関する図書・ビデオの閲覧、貸し出しができます。
- ◆合宿などで救急箱が必要な場合は、貸し出しを行っていますので、事前に申し込んでください。  
※救急箱の内容は、マキロン（消毒液）・バンドエイド・滅菌ガーゼ・三角巾・包帯・毛抜き・湿布・キンカン（虫刺され）・正露丸（下痢止め）・パンシロン（胃腸薬）・トラベルミン（乗り物酔い止め）・バファリン（消炎鎮痛剤）です。  
小児には内服させないでください。
- ◆ホールには体内脂肪計・血圧計・自動視力計・全身マッサージ機・ボディソニック・エルゴメーターなどがあります。  
健康の自己管理、リラクゼーション、フィットネスにご利用ください。

### 6. 各機関との連携

#### 【校医】

◇石崎眼科医院      ◇喜多野耳鼻咽喉科医院

#### 【主な地域医療連携】

◇市立奈良病院      ◇県立奈良病院      その他

# AED(自動体外式除細動器)を設置しました

## ※注意

カバーを開けると、警報ブザーが鳴りますので、緊急時以外は使用しないでください。

AEDを3台設置しました。

- ・保健管理センター
- ・講義棟 エントランス
- ・武道場

## AED(Automated External Defibrillator)とは

電気ショックが必要な心臓の状態を判断できる心臓電気ショックの器械です。日本ではこれまで、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、2004年7月から、救命のためであれば一般市民も使えるようになりました。

## AEDの操作

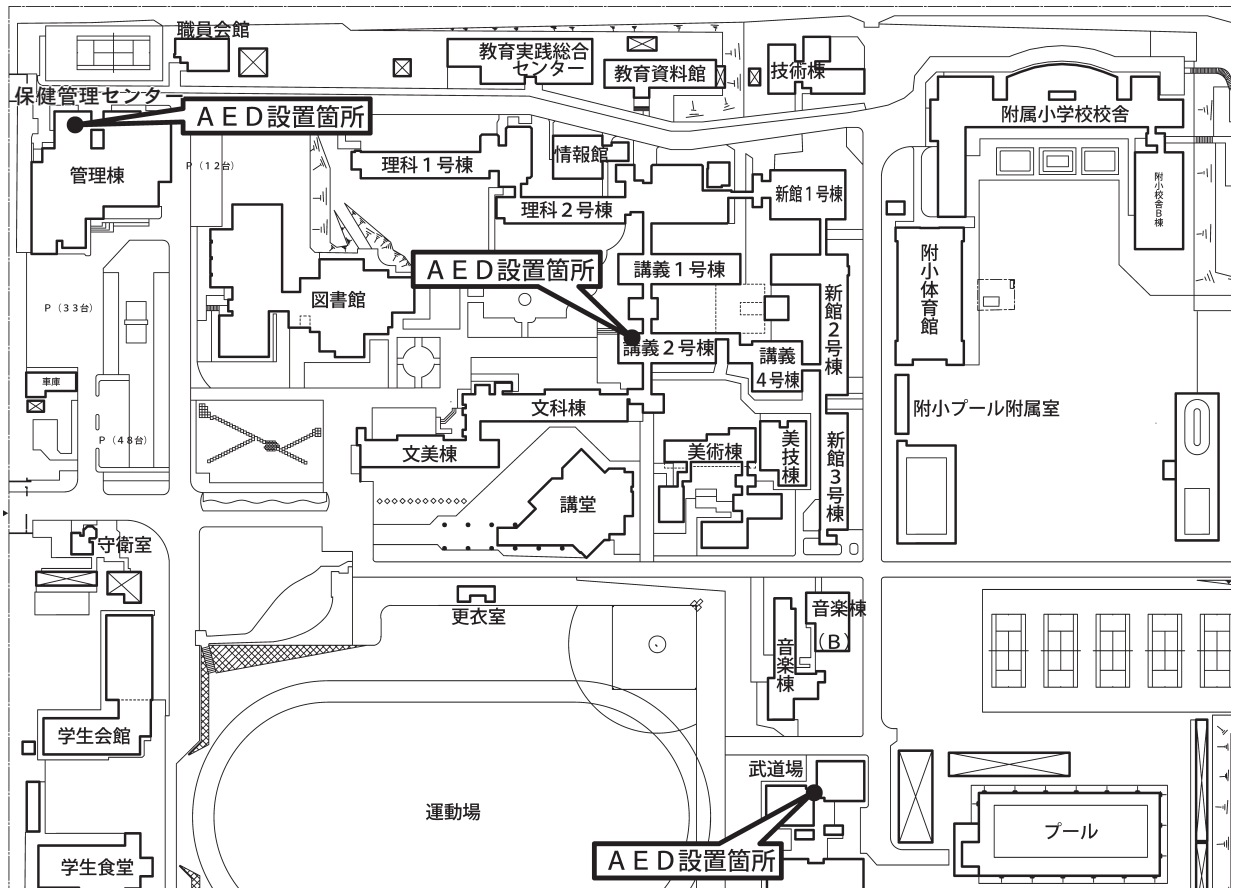
音声ガイダンスに従って、電極を傷病者の胸部へ張付け、解析結果に基づいて適報ボタンを押すだけです。操作には高度な専門知識を全く必要としません。AEDは除細動を含めた救命行為が簡単に出来るように作られています。



(講義棟 エントランス)



(武道場)





## 保健管理センターからのお知らせ

### ～掲示板を新調しました！～

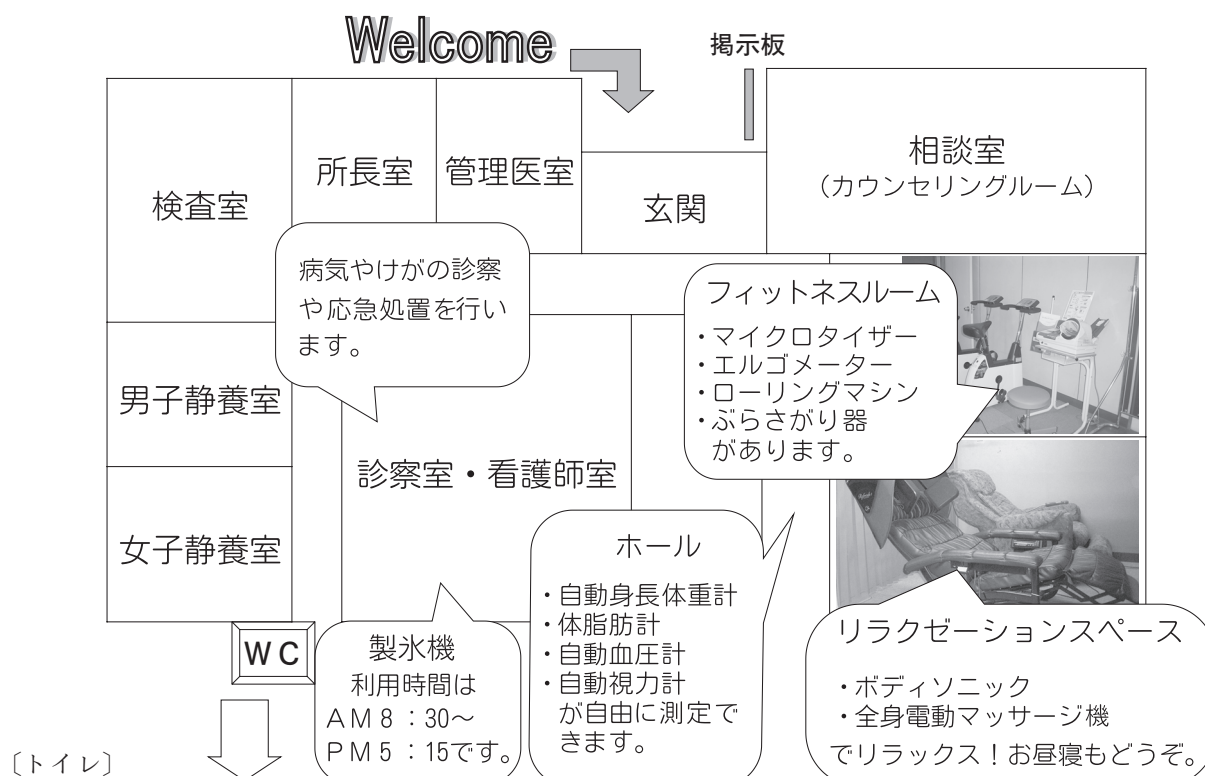
学生への連絡事項は原則として、保健管理センター掲示板に掲示します。

健康診断等のお知らせや、再検査が必要なかたへの呼び出しなど掲示板を通じて周知しますので、1日に一度は見るように心掛けてください。

掲示を見なかった、あるいは知らなかったということは苦情を申し立てる理由にはなりません。



### 保健管理センター配置図



温暖機能のない洋式便座から、ウォシュレット付きに生まれかわり、快適に利用していただけるようになりました！

## 平成19年度 春季定期健康診断実施について（通知）

保健管理センター

下記のとおり実施します。授業開始前の受診日にご留意ください。

内科診察・胸部レントゲン撮影  
身長・体重測定  
視力測定・血圧測定

4月3日(火)	9:30 ~ 11:30	学部新2・3・4回生、修士新2回生の男子
	13:00 ~ 15:30	学部新2・4回生、修士新2回生の女子
4月6日(金)	9:30 ~ 11:00	学部新1回生、修士新1回生の男子
	11:00 ~ 11:30	研究生、留学生、特別専攻科の男子
		修士新1回生の女子
		研究生、留学生、特別専攻科の女子
	13:00 ~ 15:30	学部新1・3回生の女子
		4月3日の未受診者（男女とも）

【健診場所】学生会館

【注意事項】レントゲン撮影当日は、金具やボタンのついた服装は避け、ネックレス等の金属類ははずしてください。Tシャツや薄手のトレーナー程度のものであればそのまま撮影できます。

検尿

8:30~10:40までに提出のこと（時間厳守）！

4月4日(水)	4月3日の健康診断受診者
4月9日(月)	4月6日の健康診断受診者
4月25日(水)	未受検者

◆検尿容器は健康診断日に渡します。提出時間に遅れると未受検となります。  
該当日に提出できない場合は、他の受検日に提出してください。

【提出場所】保健管理センター

※該当日に受診できない場合は、他の健診日に受けてください。

### 【健康診断結果について】

健康診断の結果は、何らかの異常がみられ再検査・精密検査などが必要と考えられる人のみ公用掲示板を通じてお知らせします。

掲示のない場合は、実施した項目については異常がなかったものと認識してください。

総合的な結果は、6月1日から教務課前で健康診断証明書の自動発行が可能になりますので、各自確認してください。

受診しなかった人、また掲示によるお知らせの対象でありながら、保健管理センターに来られていない人は自動発行されませんので、直接来所して指示を受けてください。