



# 健康管理センターだより



9号 2010年2月28日発行

暖かなところでは梅の開花が囁かれ、早く厳しい寒さが過ぎることを切に願う今日この頃ですが、皆さん体調を崩さず過ごせていますか？

さて、今回の健康管理センターだよりでは、今年流行した新型インフルエンザについて、感染症対策室長・櫻井滋先生よりお話を伺いました。次に、今年度の健康管理を通しての傾向や課題について、職員については産業医・小野田敏行先生から、学生に関しては各キャンパスの保健師からお伝えします。最後に、新スタッフの紹介等についてお知らせします。

## 新型インフルエンザ、今後の動向と本学があるべき姿



医療安全管理部  
感染症対策室  
室長 櫻井 滋

(臨床検査医学講座 准教授・  
ICD協議会 認定感染制御医)

昨年4月にメキシコで確認された豚由来新型インフルエンザ(SwH1N1)は、瞬く間に世界に拡大し、6月にはWHOによりパンデミックが宣言されました。本邦においても5月8日には初の感染者が判明し、5月17日には神戸市内の高校生と保護者の感染が確認されました。このSwH1N1は学校閉鎖等の社会的措置により、一旦終息傾向を認めたものの、6月には再び増加し、ご存知のような全国流行に発展していきました。

今後とも「最新型」の発生自体は専門家さえ予測不可能、最新型用ワクチンの準備は更に困難です。その上、次の最新型が弱毒型という保証もありません。しかし、発生後の感染拡大は学校や保育園、会社等の集団生活の場が共通の舞台となることが知られています。従って、今回の流行は集団生活の場における感染制御の重要性を再認識する機会であり、地震や火山噴火などと同様の社会的危機対応が求められる事態といえます。そこで、小康状態を得た今こそが対策を再確認すべき時期といえます。

本学、特に附属病院では季節型インフルエンザ対応の組織的対策に加え、新型対応の特別対策として「徹底した面会制限」と「有熱者トリアージ」を135日間にわたり実施しました。その結果、SwH1N1を随時受け入れてきたにもかかわらず、2月1日現在、附属病院内は院内発症3名、院内感染例0名の状態を維持しています。

他方、学校としての本学の状況は歯学部や矢巾キャンパス(医・歯学部1年生、薬学部1~3年生)を中心とする、比較的低学年の学生間から流行が拡大し、健康管理センターをはじめとする担当各部署は、緊急対策に奔走する結果となりました(表1)。

課外活動が活発な「大学」は、小中学校とは異なり部分的学級閉鎖や授業短縮の効果は限定的です。一方、そこで生活する本学の学生諸君は既に分別を有する年代であり、しかも一般の学生に比して基本的医学知識を有するとみなされることから、感染対策や行動の自己制御が期待されました。しかし、その期待は結果的に過剰であったといわざるを得ません、今後は緊急時の学部規定整備と感染対策教育が重要となります。

国のワクチン供給が学校側の希望通りに行われなかったことや学生への連絡手段が限定される中で、健康管理センターと学校医、教務担当各位のご努力は極めて献身的で、今回経験された問題への対処実績は今後の対策に必ず活かされるものと考えています。

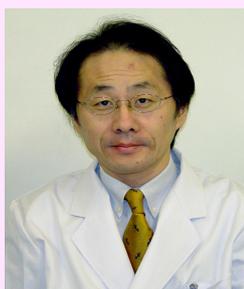
SwH1N1の本邦における流行のはじまりが春5月であったことを考えると、通常の季節型のように夏場になれば自然に終息すると考えるのは早計です。既に感染し、回復した人々を除けば、誰しもが今後とも感染しやすく、発症し重症化する可能性を秘めていることを、しっかりと理解して準備すべきです。

試験や実習などが目前に迫ってからワクチンを接種しても効果は期待できません。特に接種対象が全国民(1歳未満等の特殊例を除く)となったことを機会に、若年職員および学生諸君においては積極的にワクチン接種を済ませていただきたいものです。

表1:インフルエンザ発生状況(H21.8/25~H22.1/31) (単位:人)

	8月	9月	10月	11月	12月	1月	計
医	医1	1	1	3	20	7	32
	医2		1	3	5	3	13
	医3			2	13		15
	医4		1	1	3	2	7
	医5		1	5	5	1	12
	医6		1		1		2
歯	歯1			3	20	1	24
	歯2				24		24
	歯3		2	2	10	6	20
	歯4				9		10
	歯5		1	1	2	12	16
	歯6					2	2
薬	薬1	1	1	3	11	9	25
	薬2		2	2	12	4	20
	薬3		3	3	12	20	38
歯科衛生専		2	5	2	10	1	20
	歯科技工専		1		1		2
職員		5	28	23	25	9	90
計	4	25	58	181	93	13	374

健康管理センター提供



産業医 小野田 敏行  
(衛生学公衆衛生学講座 講師)

特定健診・特定保健指導の制度が開始されて2年目の健康診断はいかがでしたでしょうか。特定健診はメタボ健診とも呼ばれているように、「メタボリック・シンドローム」を念頭に置いた健診となっています。具体的にはもともと労働安全衛生規則に定められた項目に「腹囲」を追加し、従来からの項目 BMI (Body Mass Index : 体重 (Kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)) が 25 以上かつ腹囲が男性で 85cm、女性で 90cm 以上の方を内臓脂肪が一定以上ある肥満の状態と推定します。あわせて血糖、脂質、血圧、さらに喫煙習慣から健康上のリスクを評価してそれぞれに応じた対策を取っていかうとするものです。特定健診・特定保健指導の制度やその基準値については様々な意見がありますが、腹囲が大きい、それぞれの検査値が高い(HDL コレステロールの場合は低い)、喫煙をするといった場合に将来の脳卒中や心臓病のリスクが高まることは間違いのない事実です。

さて、今年度の健診結果を健康管理センターに集計してもらいました。まず性別年齢階級別にみた総合判定の結果を図 1、2 に示します。健診では検査項目毎に性別の基準値を定め、基準値から外れる場合に要治療(要精査)または要経過観察という判定を行っています。ただし、その項目について治療中の場合は要治療継続としています。図では、このような項目がなかった「特記事項なし」の方の割合がとても低いことが目立っています。図中にパーセンテージは示しておりませんが、「特記事項なし」の方の割合が高い 20 歳代でも男性 28%、女性 35%と低く、全体では男性 13%、女性 25%に過ぎませんでした。今までの経験では、一般的な事務系の職場で「特記事項なし」の割合は男性でも 30%前後程度はありますので、本学では何らかの項目で引っかかってしまっている方が多い、という印象です。

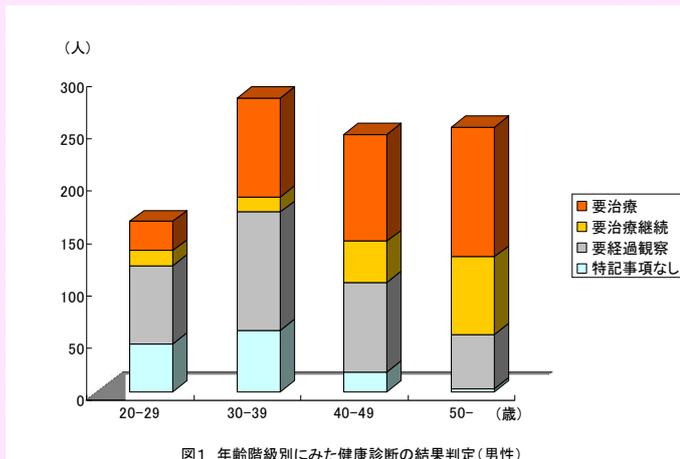


図1 年齢階級別にみた健康診断の結果判定(男性)

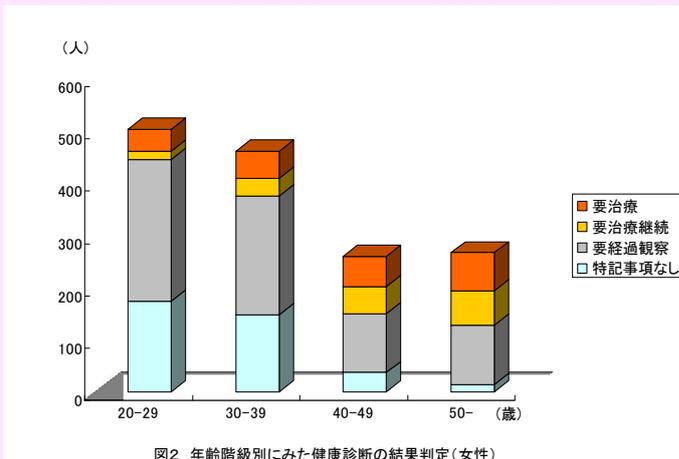


図2 年齢階級別にみた健康診断の結果判定(女性)

次に BMI と腹囲および血圧の平均値を表 1 に示します。若年者では腹囲の測定が省略されることが多く、また 60 歳以上の方は少ないので 40 歳から 59 歳までの方のみのデータを示しました。男性では BMI はかろうじて 25 を下回っているものの、腹囲は 85cm を超えており、また血圧では基準値 140/90 にとても近い数値となっていました。参考に示した平成 19 年の国民健康・栄養調査結果と比べて特に 40 歳代で BMI が高く、血圧も高くなっているようです。女性ではおおむね国民健康・栄養調査結果と同じようでした。

以上のように、本学では男女ともに有所見者の割合が多く、健診の各項目に関係する「肥満」への対策が急務であるものと思われました。特に、職員の半分近くを占める「要経過観察」の方々の取り組みが集団の疾病リスクの軽減に大きく寄与するものと考えられます。医大の職員として「紺屋の白袴」にならないよう、生活習慣の改善に積極的に取り組んでいきたいものです。

表1 年齢階級別にみたBMI、腹囲および血圧の平均値

性別	年齢階級	40-44	45-49	50-54	55-59
男性	人数	120	124	112	93
	BMI (Kg/m <sup>2</sup> )	24.5	24.9	24.3	24.9
	腹囲(cm)	85.7	87.2	85.2	87.3
	最高血圧(mmHg)	137	137	139	141
	最低血圧(mmHg)	83	86	87	87
女性	人数	111	148	156	99
	BMI (Kg/m <sup>2</sup> )	22.5	22.8	22.7	22.9
	腹囲(cm)	78.6	78.2	79.4	80.3
	最高血圧(mmHg)	123	127	131	130
	最低血圧(mmHg)	76	77	80	78

参考: 平成19年国民健康・栄養調査結果

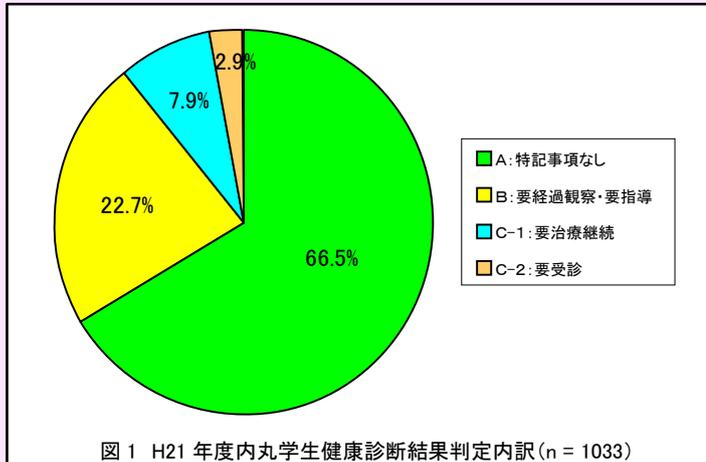
	BMI	最高血圧	最低血圧
男性 40歳代	24.04	128.8	83.3
50歳代	23.77	138.2	85.8
女性 40歳代	22.20	121.3	76.9
50歳代	23.05	131.2	81.2

## 学生の健康管理を通じて

### <内丸キャンパス>

平成 18 年度に健康管理センターがスタート以来、保健師として学生や職員の健康管理業務に携わっています。内丸キャンパス・健康管理センターでは、医・歯学部 of 2～6 年生、歯技工専、歯衛生専の健康管理を担っており、学生健康診断の実施及び事後指導、麻疹・水痘・B型肝炎・インフルエンザのワクチン接種が主な関わりで、その他に随時、体調不良時や針刺し粘膜曝露事故等に対応しています。

平成 21 年度学生健康診断の内容から、学生（内丸）の健康状態を見てみると、「A:特記事項なし」が 66.5%



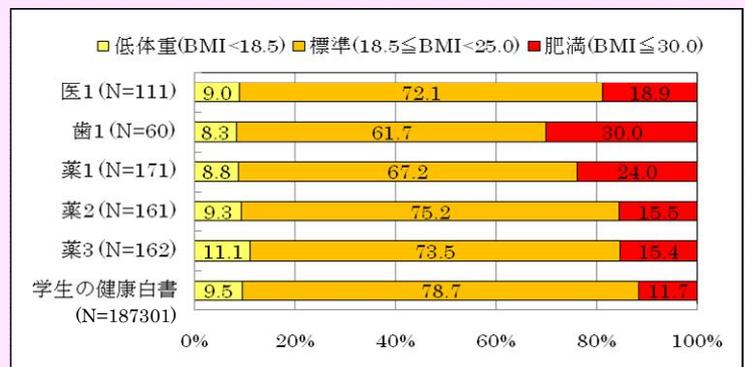
「B:要経過観察・要指導」が 22.7% 「C-1:要治療継続」が 7.9% 「C-2:要受診」が 2.9%の結果でした。「要受診」の内容は、尿・血液検査、高血圧、胸部X線、皮膚症状、眼疾等様々です。「要経過観察・要指導」内容は、視力低下や肥満、高血圧等の指摘が多く、今後、適切な視力矯正や日常生活上の留意事項の周知、肥満改善への食事・運動指導、健康教育等必要と思われます。メタボリック症候群がクローズアップされている昨今、学生時代の食・生活習慣がとて重要で、生活習慣の改善のために、アイデアを提供してもらいながら、学生と共に創意工夫ある活動ができればと思います。

保健師 藤井 ヌイ子

### <矢巾キャンパス>

矢巾キャンパスにおける平成 21 年度学生健康診断の結果をお知らせします。このグラフは学生の体格を BMI \*別に表示したもので、今回の結果を学生の健康白書\*\*\*と比較してみました。

この結果から、本学は私立の医科系大学であるため、学生の健康白書と単純比較することはできませんが、傾向として言えるのは本学学生は肥満の割合が高いということです。健康診断は 4 月に行っているため、1 年生については入学前の受験勉強による不規則な生活や食習慣、運動不足、ストレスといったものが肥満の増加につながった可能性もあります。しかし図には示していませんが、薬学部 2・3 年生について、入学当時と今回の結果を比較してみると、入学後の肥満者の割合に大きな減少は見られませんでした（2 年：入学当時 16.6%→H21 健診 15.5%、3 年：入学当時 17.0%→H21 健診 15.4%）。したがって、とくに肥満者については、入学時の体格のまま経過している学生が多いと推測されます。この結果から、現在、健康管理センターでは、減量に関する相談も随時受け付けています。運動量の目安やバランスのとれた食事メニューなど一緒に考えていきませんか？



\*BMI : body mass index = 体重 (kg) / 身長 (m)<sup>2</sup>

\*\*\*学生の健康白書：平成 17 年度に行われた全国 84 の国立大学法人学生および一部の大学院生の定期健康診断の結果をまとめた報告書

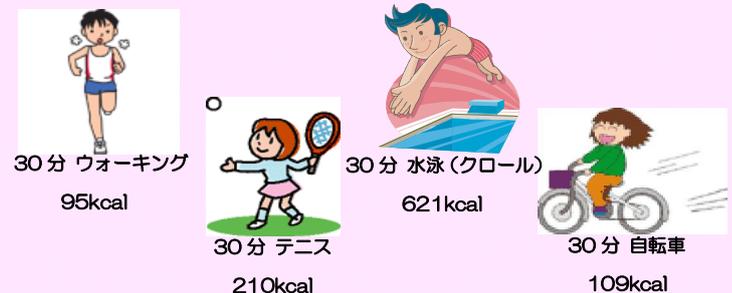
保健師 磯部 直子

### <参考：食べ物のカロリーと消費カロリー> 日々の食事や運動の参考にしてください！！

#### (食べ物のカロリー)



#### (消費カロリー) 体重 60kg の人が基準



## 健康管理センター新スタッフ紹介



(左) 乙部師長 (右) 村山保健師

### 【乙部師長】

平成21年4月1日付で健康管理センターの師長として勤務しております。もともと保健婦(師)志望で資格も取得しているとは言え、臨床現場との違いに戸惑いながらも無我夢中の10ヶ月が経過いたしました。

4月からの業務を通じて、学生・職員の皆様が医療従事者として、心穏やかに患者と向き合い医療に従事できるよう貢献できればと考えて参りました。現在は、定期健康診断をはじめ、種々の健康保持に関する業務がさらに拡大されたことから、業務が円滑に機能するよう見直しを始めております。そのうえで、健康管理センターのあるべき姿を考え、どなたでも気軽に立ち寄り「健康とは」を一緒に話し合える場所でありたいと思います。そして、今注目されている生活習慣病や過度の疲労による健康障害、メンタルヘルスの対策に繋がり、元気な気持ちで学業や仕事に従事できるよう支援していきたいと考えております。当面、定期健康診断の機会を学生および職員の皆様とのコミュニケーションの手段とし、顔の見える健診でありたいと思います。そのためにも、受診率100%を目標に、学校医・産業医・各診療科の先生方や各事務部門そして看護部の皆様のご支援ご協力を今後とも宜しくお願い致します。

### 【村山保健師】

平成21年11月より、保健師として健康管理センターのスタッフとして勤務しています。以前は循環器医療センターのCCUで看護師として勤務していました。

保健師の資格は持っていましたが、それを活かすことはなく、臨床の経験しかありませんでした。いつかは保健師として働いてみたいと思っていたところ、偶然にもそのような機会を得ることができました。思いもよらなかったことに最初は驚き、嬉しく思いましたが、看護の魅力も知っているのも、そこから離れてしまう寂しさも感じました。また、保健師の経験は全くないので、健康管理センターのスタッフとして何ができるのだろうか、という不安もありました。不安を解消するために、10年位前の学生時代の本を読んでみましたが、国家試験に合格したのが信じられないほど知識が抜けていました。

大きな不安と何とかなるかもという根拠のない期待を持って、保健師としてスタートしました。現在、健康管理センターの業務を丁寧に指導してもらいながら、日々勉強中です。

新しく、保健師のすばらしさ、魅力にも気付けるよう、頑張っていきたいと思います。



## お知らせ

健康管理センター前に自動血圧計を設置しましたので、皆さんご自由にご利用ください。(右写真)

＜正しい測定値を得るために(右手で測定する場合)＞

- ①測定前に5分以上安静を保ちましょう。
- ②前屈みにならないで、血圧計に対して体を左斜め45度に向け、背筋を伸ばし座りましょう
- ③掌を上にして、肘が上に曲がるまで差し入れて測定しましょう

「健康管理センターって、場所どこですか?」という声をよく耳にします。これを機会に、皆さんに覚えていただければと思います。

### 医学部2号館2階214号室



Ilバ-カ-

教職員組合

生化学講座 教授室	研究助成課	健康管理 センター	女子 トイレ
--------------	-------	--------------	-----------