

【シリーズ：教育現場における健康管理】

2. 熊本大学における学生に対する健康管理(メンタル部門)

菊池 陽子*

【Key Words】健康管理、メンタルヘルス

はじめに

近年、メンタルヘルスの重要性が一般社会のみならず、大学生活においても叫ばれるようになってきている。

本稿では熊本大学が設置しているメンタル相談の窓口や相談の利便性を高めるための試み、相談を必要とする学生を見出すためのスクリーニングの実施状況について紹介する。

I. 学生の相談窓口について

国立大学法人 熊本大学は、熊本市内の3キャンパスに分散した7学部、5大学院、2専攻科からなる学生数約1万人の大学である。当大学では、メンタルヘルスの主な相談窓口として本部地区に保健センターと学生相談室がある(図)。

学生相談室は、学生相談員として事務職員が対応していたが、平成24年4月よりキャンパスソーシャルワーカー(平成24年1名、平成25年2名)が加わり、なんでも相談室として、生活トラブルや学習・進路のこと、また授業担当教官や保護者との架け橋など行動力もアップしてきている。

保健センターは心と体の悩みなんでも相談室・学生心理相談として、予約制で精神科医師(常勤)

1名と臨床心理士(非常勤)2名が中心に対応している。(それ以外にも一般健康相談、特別健康相談、生活習慣病相談、性に関する相談など開設されている。)

守秘義務を厳守しながら、互いに連携をとり、必要があれば他の相談機関を案内することもある。

II. 学生支援検討会

以前より学生の直接支援に加え、学生と深くかわる担当教官の相談を保健センターでは受け入れていたが、当大学は3キャンパスに分散しており、遠隔にあるキャンパス所属の教官の利用が難しかった。そのため、平成22年6月にメンタルヘルス担当者(保健センターの精神科医・臨床心理士、学生相談室の学生相談員)が遠隔のキャンパスに出向く形も可能な「学生支援検討会」～学内の学生指導担当者を対象に施設外指導を重視した学内特別精神心理相談～を設置した。毎年、6月末に学内メールで教官に案内をしている。

開設後(平成22年6月から平成25年7月)に平成22年3回、平成23年4回、平成24年4回、平成25年前期4回と約3年間で計15回の相談会が実施された。少数回の開催ながら、問題を持つ学生が学ぶ現場に関係者(学生指導担当者と指導

*熊本大学保健センター ykikuchi@kumamoto-u.ac.jp

みんな悩んでる。

大学生活、友達はみんな楽しそうに見えるかもしれませんが、でも、悩みを抱えている人は結構たくさんいるんです。熊本大学には、なんでも相談場所として学生相談室があります。心や体の健康について心配事があれば、保健センターがあります。また、各キャンパス・学部等では相談員の先生が相談を受けてくれます。「こんなこと相談したら変かな?」「何だか相談しにくいな…」なんて思わずに、相談してみませんか。



図 学生向けの案内パンフレット

経験があり対応方法について示唆することができる者)が一同に会し、意見交換することは意義ある試みと考える。学生の抱える問題としては、発達障害・気分障害・適応障害などであった¹⁾。

他大学ではアウトリーチ型の学生指導として、比較的多くの人員を擁し、フットワークよく現場に出向き学生指導を行っている施設^{2),3)}もあるが、熊本大学の学生相談スタッフは、学生数が比較的多い割に少人数で対応している。したがって、距離的に離れたキャンパスの相談に出向き問題解決にあたることは難しく、アウトリーチ型の対応も難しい状況であるが、今回のような学生支援検討会を実施することは教職員の利用を促進するために重要と考える。

III. 学生疲労度検査

厚生労働省作成の疲労度調査を用い、平成17年に学部新生を対象に初めて実施された。4月の健康診断時の施行で、アンケートの内容は、オ

リジナルにある疲労・不安・うつ状態等の13項目の設問に保健センターなどへの相談希望の有無を問う1項目を追加した。平成18年からは大学院生を含めた全学生を対象に実施されている。さらに、平成22年度から自殺企図に関連する質問項目を追加した(表1)。

平成22年度から、4月の学生健康診断実施時に「世の中から消えてしまいたいと思いますか」という質問を実施したが、「しばしばある」と回答した学部生は平成22年度3.0%、平成23年度2.1%、平成24年度2.2%、平成25年度2.0%、大学院生は平成22年度3.3%、平成23年度2.3%、平成24年度1.9%、平成25年度1.5%で、実施初年度に比べ、低下傾向を示している(表2)。

調査後には、精神心理面にリスクを抱えている学生は学生相談室または保健センターなどの学内相談機関につなげる必要がある。相談を希望した学生、「世の中から消えてしまいたいと思いますか」という質問に対する回答に「しばしばある」

表1 熊本大学学生疲労度調査

このチェックリストは、学生生活・勉学による疲労蓄積を自覚症状から判定するものです。最近1カ月の自覚症状について、各質問に対し最も当てはまる答えをマークシートの該当欄にマークしてください。

設 問	回答選択欄(回答は別配布のマークシートに記入)		
1. イライラすることがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
2. 不安になることがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
3. 落ち着かないことがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
4. ゆうつになることがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
5. よく眠れないことがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
6. 体の調子が悪いことがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
7. 物事に集中できなくなることがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
8. することに間違いが多くなりましたか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
9. 勉強中、強い眠気におそわれることがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
10. やる気がでないときがありますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
11. へとへとになることがある(運動後を除く)	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
12. 朝、起きた時、ぐったりした疲れを感じることもある	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
13. 以前と比べて疲れやすいと感じる	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
14. 世の中から消えてしまいたいと思いますか	① ほとんどない	② 時々ある	③ よくある
15. 臨床心理士・精神科医への面会を希望しますか	① 希望しない	② わからない	③ 希望する

表2 学生疲労度調査における自殺企図関連質問の導入と4年間の結果

「世の中から消えてしまいたいと思いますか」という問いに対する回答

年 度	学 部				大学院			
	22	23	24	25	22	23	24	25
「ほとんどない」と回答	4975	5397	5529	5240	982	1100	1029	1060
「時々あり」と回答	784	658	700	640	150	150	123	105
「よくあり」と回答	176	130	141	119	39	29	22	18
回答者総数	5935	6185	6370	6004	1171	1279	1174	1186
「よくある」と回答した学生の割合(%)	3.0	2.1	2.2	2.0	3.3	2.3	1.9	1.5
「時々あり」と回答した学生の割合(%)	13.2	10.6	11.0	10.7	12.8	11.7	10.5	8.9

と回答した学生、メンタル不調のリスクを持つ学生(総点が高い者)に対し保健センター及び学生相談室への相談を郵送にて促している。

IV. ま と め

学生の問題解決には多様な相談チャンネルが必要と思われるが、教職員向けの学生支援検討会の設置やメンタル・スクリーニング・テストの実施も、チャンネルの一つとして有用である。

文 献

1) 菊池陽子, 岸川秀樹, 副島弘文, 本田るみ子, 田

代邦子, 木下麻衣子, 他. 学生指導担当者を対象に施設外指導を重視した学内特別精神心理相談の設置と利用状況. CANPUS HEALTH 2013; 50(1): 557-9.

- 藤田長太郎, 嘉目勝彦, 漆間幸一, 河野美奈. 不登校学生へのアウトリーチ型支援—キャンパスソーシャルワーカーとの協働による学生の自己選択能力の形成支援—. 大学と学生 2009; 69: 43-51.
- 藤田長太郎, 兒玉雅明, 橋野京子, 木戸芳香, 寺尾英夫. 不登校がちな学生へのアウトリーチ型支援—2年の経過—. CANPUS HEALTH 2011; 48(1): 403-4.