

第 32 号
平成 16. 11. 1 発行
編集 京都教育大学
保健管理センター

CAMPUS HEALTH



— 保健管理センター業務予定 —

-
- 11月
- 職員定期健康診断
 - 特別健康診断（放射線取扱学生対象・外国人留学生）
 - 教職員のためのメンタルヘルス講座
 - CMI 問診
-

食生活と心の健康

家政科 井上 えり子

数年前から、私の研究室では不登校経験をもつ子どもたちや「引きこもり」体験をもつ青年たちへの教育支援活動を行ってきた。活動の中で重視したことは共同の調理と共食である。子どもたちや青年たちと学生が、いっしょに献立を考え買物をして料理をすること、いっしょに食べることを大事にしてきた。こうした活動の中で、子どもたちや青年たちは、学生とすぐに親しくなり、様々な悩みを打ち明けられるようになる。そして、徐々に元気を取り戻し、学校に登校したり、社会復帰への第一歩を踏み出すようになったのである。

現在では、外食や惣菜などを購入して自宅で食べる中食が増え、調理をする食生活が「普通」ではなくなってきた。子どもたちが家庭の中で「ひとりで食べる」光景も珍しくない。たしかに、外食や中食のおかげで生活は便利になり、手軽に体の栄養補給はできるが、心の栄養補給という側面からはどうであろうか。

調理や共食を通じて、私たちは会話を楽しみ、互いに親しい関係を結んできた。調理や共食は、身体だけでなく心にも栄養を補給しているのであり、それが人間関係を築く力にもなってきたのである。私たちは、もう一度、こうした調理や共食の役割を見直さなければならないのではないだろうか。

研究室の院生が不登校経験をもつ高校生を対象とした調理教室を実施したときのことである。数回の実習を経て、基礎的な作業ができるようになった時点で、グループごとに自由に献立を決めるようにしたところ、「鍋」を選ぶ班が現れた。実は、「鍋」というのは、かなり親しい間柄でないと成立しない料理である。「鍋」をつくったグループは、他のグループよりも協力して作業をし、会話も多く、実習後の感想をみても満足度が高かった。

秋冬は「鍋」の季節。ぜひ、家族や親しい仲間と調理をして、いっしょに鍋を囲み、心と体の栄養補給をしたいものである。

平成16年度学生健康診断結果

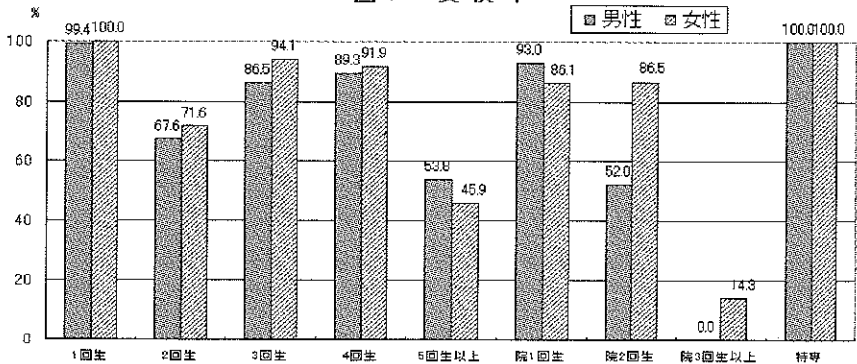
平成16年度学生定期健康診断を4月5日・6日に行いました。

今年度から全面業者委託でF棟において行いましたのでいつもと違う雰囲気になんとまどったかもしれませんが、概ね好評でしたので来年度からもこの形で定着させたいと考えています。

今回の健康診断で特徴的なのは2回生の受検率が上がった（前年度は男女とも40%以下）ことです。しかし、それでも他の回生と比べると低いので現1回生の皆さんは来年も全員受検するようにしてください。

健康は自分でつくるものです。そして自らの健康管理をしっかり行うことは自立した人間として大切であることを自覚してください。

図1 受検率



平成16年度職員定期健康診断について

定期の健康診断は労働安全衛生法において、事業者の実施義務であるとともに、労働者は健康診断を受けなければならないと定められています。人間ドックなどの結果を提出していただける方以外は必ず下記日時に受診してください。

藤森地区 11月15日(月) 9時～11時：男性、11時～13時：女性

16日(火) 9時～11時：女性、11時～13時：男性

高等学校 12月1日(水) 桃山地区 12月2日(木)

養護学校 12月6日(月) 京都地区 12月8日(水)

いずれも 9時～12時

全職員対象検査項目

内科診察、身長・体重、視力、聴力（オーディオメータ）、胸部エックス線間接撮影、血圧測定、血液検査（11項目）、尿検査（蛋白・糖・潜血）、心電図（12誘導）

ねこ

人間社会には猫派と犬派があり、猫派の人は人を食ったような猫の身勝手な行動に魅力を感じているのかも知れません。あるテレビ番組で「犬は餌をくれる人を神様と慕う。しかし猫は自分が神様と思っているので餌をもらおう。」と。いずれにしても猫は天然流悠々自適生活の生きた標本のようなものです。その姿が人の心に癒しを与えるのかも知れません。ただ猫のずる賢そうな態度は必ずしも好感をもって受け入れられてきたわけではありません。古代エジプトで神様として崇められた猫は、中世期には魔法使いの手先のように嫌われ、沢山の猫が処分されました。その結果、ネズミの媒介するペストが大流行して多くの人が命を落としています。猫のたたりじゃ！猫は害獣ではありません。益獣なのです。時に人を困らせることをしますが、猫は勝手な生き方をしながら人の役に立っている生き物なのです。

猫が関係する病名があります。例えば「ネコひっかき病 Cat Scratch Disease」「ネコ鳴き症候群 Cat Cry Syndrome」などです。前者はネコ（またはイヌ）に引っ掻かれたり咬まれた後、傷口が赤く腫れ、数日以上してから傷口の支流にあたるリンパ節が腫れて痛み、3分の1の人には発熱や全身疲労感などがみられる感染症です。病原体はパルトネラ・ヘンゼンといわれています。抗生剤を投与したり対症療法を行うことで完治します。後者は先天性の重い知的障害を伴い、泣き声の子猫の鳴き声のようにかん高く、丸顔で両目の間が開いているという特徴を示します。5番目の常染色体短腕が欠損しているため、1万人に一人くらいの頻度で起こり、女の子に多い障害です。

最後にキャンパス・キャットに引っ掻かれないよう十分に注意をしてください。

業務案内

健康相談、カウンセリングの曜日、時間についてはメールで健康管理医まで予約申込みをしてください。(e-mail:nakkan@kyokyo-u.ac.jp TEL075-644-8172)

応急処置

月～金 8:30～17:15 (但し、11:45～12:45は除く。) (TEL075-644-8170)
