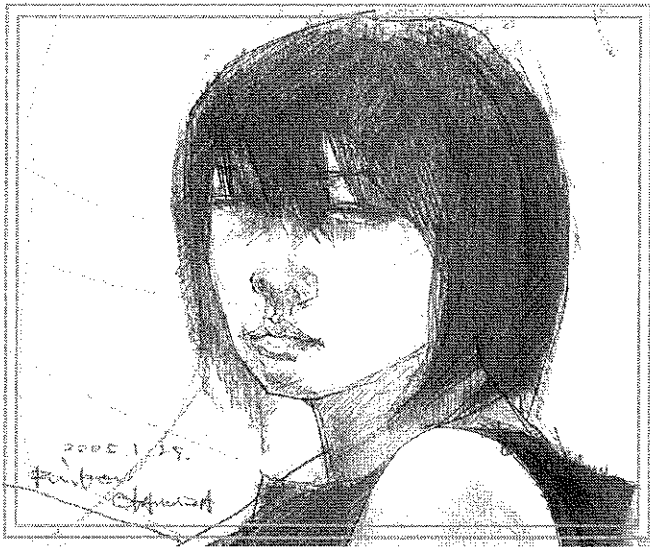




第 34 号
平成 17. 10. 1 発行
編集 京都教育大学
保健管理センター

CAMPUS HEALTH



業務案内

-
- 健康相談は、保健管理センター受付まで申し込んでください。
(受付時間 9:00～17:00, 電話 075-644-8170)
 - 心の健康相談は、メールで保健管理医に予約してください。
(e-mail nakkan@kyokyo-u.ac.jp)
 - 応急処置 月～金 9:00～17:00 (但し 12:30～13:30 は除く)
-

私の健康

発達障害学科 小谷裕実

私が「健康」を意識し始めたのは、ずいぶん幼少のころからである。物心ついたころから、お稽古通いならぬ病院通いの多かった私は、体の具合がよくないことをいやおうなしに意識することが多かった。「お母さんといっしょ」の番組で、「のこり・のこり」の歌とともに体操のお兄さんがマットで転がるのを見て、自分も布団の上で真似てみる。すると腕に痛みが走り、手が上がらなくなることが日常茶飯事であった。当初は母もあわてて整形外科に走ったようだが、あまりよく脱臼するので、しまいにしよう見真似でなおしてしまうようになった。クラスで「かぜ」が流行ったとする。いつも一緒にかよう友人のK子ちゃんは、熱が出て翌日にはけろっと登校し、園庭を走り回る女の子であった。けれど、私は壊滅的なダメージを受け、熱は下がらない、体の調子はぱっとしないので1週間休む羽目になる。年長のとき、日帰りでアデノイドの摘出術を受けた際は、自宅で休んでいたら突然気分が悪くなり、洗面器いっぱい吐血した。今思うと、救急医療のお世話になる事態であるが、その当時はこのんびりしていて、もう一度その耳鼻科に戻ってゆっくり処置をしてもらった。小学校3年生からは、過激な運動は制限しますというドクターストップのため、学校生活への影響もでてしまった。はてまた中学生になると、朝がめっぽう弱かった。クラス対抗の行事で早朝練習などが始まると、決まって保健室にお世話になる回数が増えた。このころ一番お世話になったのは、担任の先生よりむしろ養護教諭の先生であった。成人後のエピソードでは研修医時代、献血のバスに乗り込み、献血者の血圧のチェックをしていたところ、自分がふらふらになったので血圧を測ってみると、とんでもなく低血圧であったこともある。

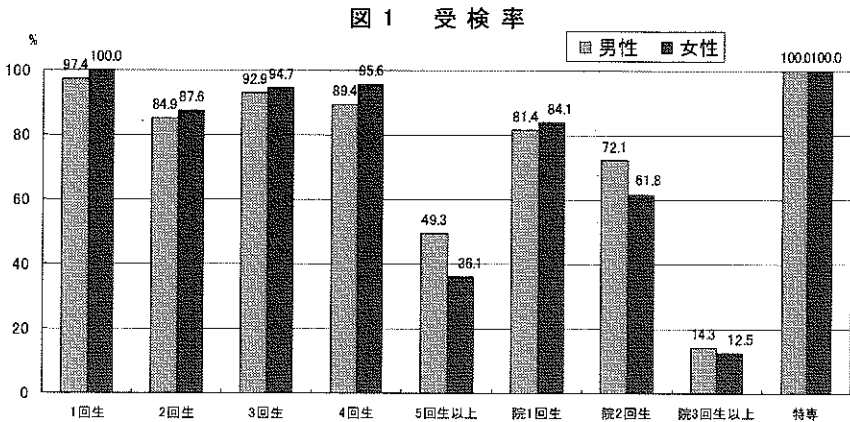
そんなこんなで、私は、コントロールの難しい自分の体との付き合い方を幼いころからの経験を元に学び取っていく。つまり、健康でないときに、その苦痛な状況を冷静に見つめる自分がいて、健康な状況にたどりつく過程をイメージすることで、苦しい時間を何とかやりすごすようになった。健康は、害して初めて意識するといわれる。しかし私の場合、身体は意思の力だけで操れないものと知らされ、病とも共存することもある、と考える。これがちょっと変わった「私の健康」である。

平成17年度学生定期健康診断結果

平成17年度学生定期健康診断を4月4日・5日に行いました。前年度から全面業者委託でF棟において行っていますが学生諸君には概ね好評です。

懸案であった2回生の受検率（前々年度は男女とも40%以下、前年度は男性67.6%、女性71.6%）が上がってきたといううれしい結果も出ています。

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。



平成17年度職員定期健康診断受診状況

6月から7月にかけて今年度の職員定期健康診断を実施しました。各地区での実施日と受診者数は以下のとおりです。なお、受診者数には、人間ドック等で結果を代える方については含まれていません。

	日 程	受診者数
藤森地区	7月20日～22日	134名
京都地区	7月5日	65名
桃山地区	6月2日	42名
高等学校	6月30日	33名
養護学校	7月29日	19名

挨拶

最近、日本のサッカーは本当に強くなったものだと感心します。国際的な試合の開始前に、外国人選手が国歌を歌いながら手を胸に当てている姿を見ると、その国を代表する誇り高き若者たちというすがすがしさを感じます。しかし日本人選手ではブラジル生まれの三都主選手のみが胸に手を当てて国歌を歌っていますが、他の選手はぼつが悪そうにボーと立っているだけで何とも気迫のない姿に少しばかり落胆しております。日本の国際的な挨拶欠乏症に驚くだけでなく、我が大学でもすれ違いざまに挨拶をする学生や教職員が少なくなったように思います。また学生同士の挨拶を見ていると、真っ昼間に「おはよう」という挨拶をすることに、年のせいかわ違和感を覚えます。私の世代では朝以外に「おはよう」と挨拶をするのは、芸能人や水商売の人でした。学生は昼頃まで寝ているので「おはよう」というのかもしれませんがやはりなじみません。まして本学の学生たちは将来、教師として子供たちに挨拶を教える立場になることを考えると、昼間に「おはよう」と挨拶をすることも、否、それどころかろくに挨拶もできないでいることも、深く憂いております。

そこで学生たちの反応を調べるために、「実験」をしたことがあります。学生たちとすれ違う折りに学生が挨拶をしないと、こちらから挨拶をするなどどんな反応をするかを調べる「実験」です。急に挨拶をされて戸惑っている学生、慌てて挨拶を返す学生、怪訝そうな顔をして通り過ぎる学生、とまあ様々でした。いずれにしても挨拶をされて挨拶を返した学生は半分くらいで、残りは会釈すらもできませんでした。挨拶欠乏症を示す学生の反応から次のようなタイプを見て取ることができました。

(1) 回避型、(2) 自己愛型、(3) スキゾイド型、(4) その他、です。回避型は挨拶をされると、明らかに緊張して視線を逸らし、すくすくと逃げ去っていきます。自己愛型は驚きの後に見下すような視線を投げかけてきて時に不愉快な表情すらみせることもあります。スキゾイド型は、挨拶されたことに全く気づかぬ風で石像のように表情一つ変えません。

どのタイプにしても挨拶をされて挨拶を返せぬ学生が少なくないことが気掛かりになります。挨拶はもちろん儀礼的な意味もありますが、それよりも大切なことはコミュニケーションを促す起爆剤であることです。現代青年の特徴の一つとして対人緊張の強いことがあげられますが、家庭や学校で挨拶をすることが十分に身につけられていないために、対人場面で挨拶のもたらす緩衝力を発揮できないでいるのでしょうか。対人緊張が強いから挨拶できないのではなく、挨拶が身につけられていないから対人緊張が強いのだともいえます。

今更、大学で「おはよう運動」もないでしょうが、殊に教育大学では学生のみならず教職員も挨拶の大切さを自覚する必要はないでしょうか。いずれにしても学生諸君、教職員の皆様、毎日、笑顔で挨拶を！