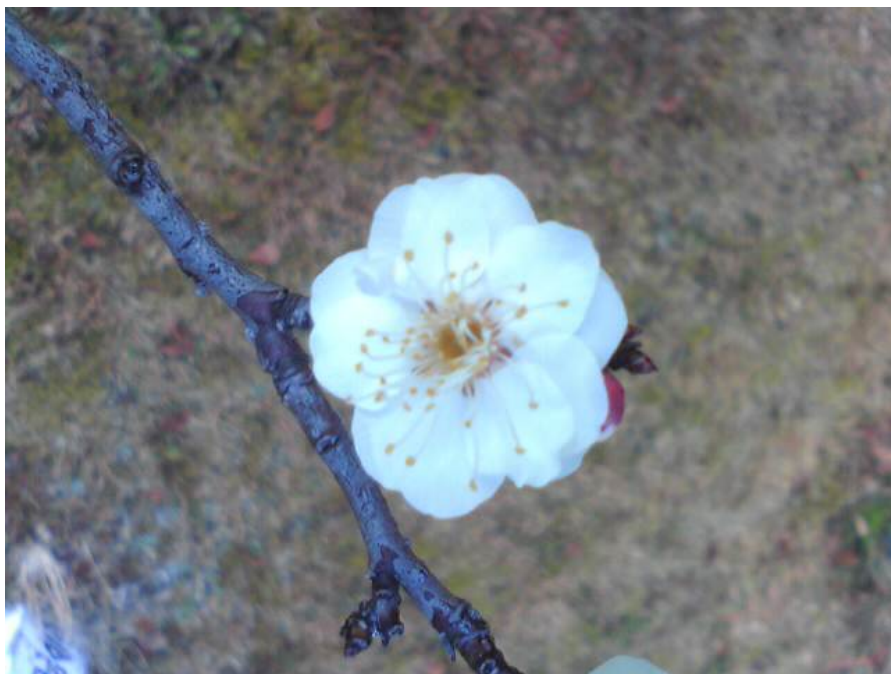


CAMPUS HEALTH



第 43 号
平成22年3月30日発行
京 都 教 育 大 学
保 健 管 理 セ ン タ ー

健康法と言われて

副学長 岡本 正志

昨年は2回も救急車で運ばれた。一度は尿管結石であったが、もう一度は「めまい」である。この「めまい」は4年ほど前にも生じたことがあって、やはり救急車で運ばれた。その時には、点滴を受けてもまったく治らず入院せざるをえなかった。原因ははっきりしないが、病院の診断では過労ということだった。

昨年10月には転倒して、顔面や肩、腕などを殴打した。殴打の後遺症はいまだにあって、右腕は上にあがらないし、神経痛が出て常に腕が痛む。この治療に整形外科にも整骨院にも行ったが、治らない。治療費も痛い、腕や肩はもっと痛い。しばらくの間は、夜もなかなか眠れなかった。

なぜ転倒したかといえば、やはり疲労していたためである。業務が続いていたために帰宅が遅くなったのだが、かなり疲れていて、どうもよく目が見えないと感じていた。頭の方もボーッとしていたので、躓づいてそのまま顔面から倒れてしまった。奥歯が割れて歯茎内部に刺さってしまうほど強く打ったので、顔も肩や腕もずいぶん痛かった。

今年になってから、今度は顔面が赤くかぶれたようになった。これもすでに2ヶ月経つが治らない。はっきりしたことは分からないが、上に述べたことには、すべて疲労やストレスが共通する要素として存在している。

健康法には色々あろうが、疲労回復や、ストレス解消ができる時間をもつことがもっとも大切ではないかと思う。昨年9月までは、時々には畑で野菜をつくり、古民家で一息入れる時間がとれていたのも、それなりに自分の心と体を維持できていた。しかし、今はそうした時間をなかなか取れないので、あきらかに体調は以前より悪い。何とか業務にも慣れてきたので、これからはできるだけ積極的にそうした時間をとるようにしたいと思っている。

今はどの職場も忙しすぎる。何とか工夫して、少しでも余裕のある健康的な職場にできないものだろうか。

平成22年度 学生定期健康診断の実施について

学校保健法に基づき、平成22年度の定期健康診断を実施します。

みなさんが自分の健康を保持・増進することは、自分のためだけではなく、家族の方や、学習活動などを一緒に行う方々のためにも大切なことです。

受検しなかった場合は、介護等体験実習や就職手続等で必要となる健康診断証明書を大学では発行できません。（一部を受検しなかった場合や必要な再検査を受検しなかった場合も証明書は発行できません。自費による医療機関での受検及び証明書取得が必要です。）特別な事情により下記日程で受検できない場合は、必ず事前に保健管理センターへ申し出てください。

注意事項

- ・服装は脱衣しやすいもので、無地のTシャツ（持参も可）でレントゲン等を受検してください。
- ・コンタクトレンズや眼鏡を使用している場合は、必ず用意してください。
- ・筆記用具を持参してください。
- ・貴重品はポーチ等で持ち歩くなど必ず自己管理してください。
- ・現職教員等が職場の健康診断等を受検する場合は、事前に保健管理センターに申し出てください。
- ・新入生(編入学者、院生等を含む)は、当日受領した「たばこに関するアンケート」、「学生生活で困ったこと心配なことに関する質問票」を現地で記入のうえ、提出してください。同じく当日受領した「CMI健康調査表」、「学生記録カード」は4月9日(金)までに学生課⑥番窓口提出してください。
- ・在学生は「学生生活で困ったこと心配なことに関する質問票」を現地で記入のうえ、提出してください。
- ・検査結果で再検査や精密検査が必要な場合は、保健管理センターから個別に連絡します。
- ・健康診断証明書の発行は、データ処理作業の関係から5月以降になります。
- ・受検者は各自で健康診断証明書を発行し自らの健康状態を確認してください。

実施日時及び対象（実施場所はF棟、財団法人京都予防医学センターに委託して実施します。）

4月1日(木)	9:00~11:30	学部新2回生と新4回生以上、教育学研究科、専攻科、の 男性
	13:00~16:30	同 女性
4月2日(金)	9:00~11:30	学部新1回生と新3回生、連合教職実践研究科、留学生研究生等、の 男性
	13:00~16:30	同 女性

科目等履修生、特別聴講学生、研究生等は対象ではありません。
編入学による新入生の健康診断実施日は学部新1回生と同日の4月2日(金)です。

キャンパスドクターの独り言

私が教育大学の教員をしている理由

発達障害学科 郷間英世

こんな原稿が依頼されると、自分もドクターだったかと思う。病院の臨床も少しはやっているが、そこで診ている患者さんは障害を持った子どもや神経疾患がほとんどで、最近は風邪薬もまともに処方できない。

もう 18 年ほど前になるが、「お前のところに教育大の障害児教育の話が来ているけど、どうや。明日までに奥さんとよく相談して、返事してくれたらいい」と医局の教授から呼ばれた。突然何のことかと思ったが、将来は障害児に関わる医者としてやっていけたらと思っていたので、とりあえず少しの間だけと思って引き受けることにした。

教育大学での担当科目は、障害児保健・障害児病理・障害児臨床だった。どんな内容を教えたらいいかかわらず年配の教授に尋ねると、「何でもいいよ。好きなことを話せば」といわれた。大学では文学部と医学部に在籍していた私は、教育学部は文学部のようなところかと一人で納得し、知り合いに赤ちゃんが生まれると発達の様子を定期的にビデオにとったり、障害のある患者さんの頭の CT をスライドに作ったりして、自分の講義の材料を作りはじめた。

最初に赴任した教育大学では、週に 3,4 日単身で官舎に住んで講義や学生指導をしていたのだが、4,5 年は仕事になじめなかった。その理由は、大学でのゆっくりした時間のながれは、それまでの小児科の患者やその家族との関わりと比べるとなかなか充実感を得ることができず、病院に戻りたいと思う気持ちとの間で、自身のアイデンティティーに悩んだことによる。それでもしばらくすると、障害者の QOL や子どもの発達の研究もするようになって、自分の時間のながれを自分で考えることのできる教員の仕事を、これでもいいのかなと思うようになってきた。そしてしばらくして、開業医の義父が癌で倒れたとき、後を継がないことのでき得た。

その頃から、医療と教育の隙間的な仕事を依頼されることが増えてきた。障害児の発達相談や 5 歳児検診、小中学校への特別支援教育巡回相談、特別支援学校の医療相談、障害者の作業所や福祉工場での相談や第 3 者委員の依頼、教育委員会の特別支援教育協議会などである。そしていろいろな場所で障害を持った人々と関わることはそれなりに楽しく、病院の仕事とはちがった満足感も得られるようになってきた。しかし法人化のあとは会議などが増えて、大学教員もあわただしくなってきたように思う。ひとつめの大学では夕方会議が終わった後、碁を打ったりしていた人もいたのだが、最近は次の仕事があるためすぐ解散する。大学を変われば委員会から外れ少しは時間ができるかと思っていたのだが転勤するたびに忙しくなる。10 数年前から 100 名山を目指して、1 年に 5 山ずつ登っていたのだが、ここ 2,3 年はまったく登れていない。もっともこれは、孫たちに遊んでもらうために遠出しなくなったせいもあるのだが。

この大学に来てもうすぐ 2 年がたつ。今日は少し時間があるので、メタセコイヤの並木に沿って西門を出て、藤森神社をとおって、竹聲でお茶を飲んでみよう。