

研究分野のキーワード：学校保健，精神医学

研究紹介

大学の保健環境センターにおいて、保健部門の担当教員として学校医や産業医の仕事をしています。保健環境センターは大学の正門から大学本部棟へ向けた上り坂を真っ直ぐに上る途中にあり、学生や職員の心身の健康管理や環境管理の専門業務を担当する施設です。春先には学生定期健康診断があり、大勢の学生が保健環境センターに来所します。また、普段は大学の保健室の学校医の役割を担っており健康相談や病院紹介、健康セミナー開催などしております。昨年はストレス対策を見越した健康セミナーとして「アロマセミナー」を保健環境センターで開催し、学生、職員に大好評でした。今年は「アニマルセラピー」にチャレンジしております。このような年間の活動を通じて、学生や職員の健康増進やメンタルヘルスに関連した研究をしています。

また、私は精神科医であり、保健環境センターでメンタルヘルスや心の病気の医療相談もしております。丁度中学から大学生の世代は「思春期危機」と呼ばれる時期で、重度の精神疾患にならないまでも深く悩みこんだり、情緒不安定になったりする時期、数は少ないながらも統合失調症や躁うつ病など精神疾患が初発する時期でもあります。不調を呈した学生が適切に処置を受けて、無事に学業を修めることができるよう、支援や指導の技法を洗練させていくことも私の研究課題の一つです。

大きな病気になる人もいる一方で、本来学生の世代では、大多数は健康診断身体面の診察の結果でも大きな異常はありません。大学生時代というのは、人間を生物としてみれば肉体的にも気力としても充実した時期なのです。そういった意味で、保健環境センターとは殆ど縁もなく、学業に課外活動に大学生活を謳歌し、病気や怪我もなく無事に過ごせる人がほとんどです。しかし成人し社会人となる中で、肥満や喫煙から高血圧や糖尿病など生活習慣病になる人が多い現代ですから、この健康を人生の長丁場で維持できる力が身につかなくてははいけません。そのためには、健康診断を大切にして、経年の変化を読み、自己管理に結びつける力が大切になります。ですから、教育として大学の授業では健康に関連した授業を主に担当して学生に「健康管理力」を身に付けていただくようにしています。