

## 令和6年度 学生定期健康診断 調査票

[ 定期健診の会場で提出してください ]

保健室では、皆さんが充実した毎日を過ごし、有意義な学生生活を送ることができるよう、健康面の支援を続けています。定期健康診断は、疾病の早期発見を目指すとともに、皆さんが毎日の生活を振り返る機会でもあります。健康の維持・増進をめざして、良い生活習慣を身につけてください。

この調査票では、皆さんの日常生活の状況についてお聞きします。得られた情報をもとに、より充実した健康支援サービスを考えたいと思っています。各質問項目に対する回答を□の中に記入して、**健診会場**で提出してください。

なお、皆さんの回答を集計して統計的な解析を行い、得られた結果を学会や学術雑誌に発表することがありますが、個人の名前やその回答の内容が外部に漏れることは、決してありません。それでもなお、この調査票に記載されたあなたの情報を、研究の目的に使用することに同意できない場合、保健室までご連絡ください (092-673-5119)。申し出るのに期限は設けておりませんし、申し出たために不利な扱いを受けることもありません。

九州産業大学保健室

- 1) あなたの性別と年齢、学籍番号、4月からの学年を教えてください  
性別 1. 男 / 2. 女 □、年齢 □□ 歳、学籍番号 □□□□□□□□、新学年 □ 年
- 2) 現在の**身体的な健康状態**はいかがですか。  
1. 非常に良い 2. そこそこ良い 3. 良いとも悪いともいえない  
4. やや悪い 5. 非常に悪い □
- 3) 現在の**精神的な健康状態**はいかがですか。  
1. 非常に良い 2. そこそこ良い 3. 良いとも悪いともいえない  
4. やや悪い 5. 非常に悪い □

問い2)、3) で 4. あるいは 5. を選んだ人は、時間のある時に保健室でご相談ください。

- 4) 習慣的に運動 (30分以上の運動を週3回、あるいはそれ以上の頻度) をしていますか。  
1. 30分以上の運動を週1~2回、1ヵ月以上続けている  
2. 30分以上の運動を週3回以上、1ヵ月以上続けている  
3. 最近、運動するようになったが、まだ1ヵ月にならない  
4. 以前はしていたが、現在 (最近の1ヵ月) は運動していない  
5. 運動やスポーツは嫌いなので、全くやっていない  
6. 運動やスポーツは嫌いではないが、ずっと無縁である □
- 5) あなたの健康を維持するため、ちょうど良いと思う体重を教えてください。 □□□ kg
- 6) 前触れもなく、急に目の前が暗くなったり、意識を失ったことがありますか。  
1. ある (てんかん発作といわれた)  
2. ある (てんかん発作とは違う、あるいは原因は不明といわれた)  
3. ない □

問い6) で 2. を選んだ人は、今回の健診で心電図検査をうけてください。

- 7) あなたは、アレルギーのために下記のような症状を経験したことがありますか。  
1. 顔が著くなり、冷汗が出て、目の前が暗くなった、あるいは気を失った  
2. 気が遠くなりはしなかったが、全身にひどい蕁麻疹が出て、とても痒かった  
3. 上の1.2.にあてはまるような症状を経験したことはない □

問い7) で 1. あるいは 2. を選んだ人は、一度保健室で学医の健康相談をうけてください。

1. と 2. の両方を経験した人は、1. を選んでください。

- 8) 上の質問に対して 1.2.を選んだ人は、そのアレルギーをひきおこした原因がわかれば書いて下さい。( )

問い8) でアレルギーをひきおこす原因がわかっている人は、それを避けることが望ましいと思います。具体的にどうすればよいか見当のつかない人は、保健室にご相談ください。

- 9) 朝食を食べていますか。  
1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4~5日は食べる  
3. 週に2~3日は食べる 4. ほとんど食べない □
- 10) 通学の形態を教えてください。  
1. 親元あるいは親戚の家から通う  
2. アパート、下宿あるいは寮から通う □
- 11) あなたはタバコを吸いますか。  
1. 一切、吸ったことがない  
2. 吸っていたことがあるが、今はやめている (この1ヶ月以上、吸ってない)  
3. たまに吸うことがあるが、習慣的ではない  
4. 習慣的に (ほぼ毎日) 吸っている □

上の質問に対して 1.2.を選んだ人は、質問13に進んでください。

3.4.を選んだ人は、質問12に回答した後に質問13に進んでください。

- 12) できるものならば禁煙したいと思いますか。 1. はい 2. いいえ □

問い12) で 1. を選んだけれど、自分一人の努力で禁煙できなかった人は保健室にご相談ください。

- 13) あなたはお酒を飲みますか。  
1. 一切、飲んだことがない  
2. たまに (週に1~2日、あるいはそれより少ない頻度) 飲むことがあるが、習慣的ではない  
3. 以前はよく飲んでいましたが、今は普段は飲まない  
4. 週に3~4日飲んでいる  
5. 週に5~6日飲んでいる  
6. ほとんど毎日飲んでいる □

上の質問に対して 1. 一切、飲んだことがない を選んだ人は、質問15に進んでください。

2~6.を選んだ人は、質問14に回答した後に質問15に進んでください。

- 14) あなたがお酒 (日本酒やビール、焼酎、ウイスキーなど) を飲むときは、どのくらい飲みますか。日本酒換算で答えてください。(ビールは500ml、25度の焼酎は水割り1杯、ウイスキーはダブル1杯が日本酒1合に相当します。)  
1. 1合未満 2. 1~2合 3. 3合以上 □
- 15) 自分の健康について特に心配なこと、相談したいことがありますか。  
1. はい 2. いいえ □

問い15) で 1. を選んだ人は、ぜひ、保健室あるいは学生相談室においてください。

- 16) 上の質問に対して 1. はい を選んだ方は、差し支えなければ、その内容を教えてください。  
① 身体の病気 1. はい 2. いいえ □  
② 心の悩み 1. はい 2. いいえ □  
③ その他 (具体的に \_\_\_\_\_ ) □

## 令和6年度 学内健康支援サービスについての希望調査

[ 定期健診の会場で提出してください ]

私たちは、健康支援サービスをさらに充実させたいと思っています。以下の内容を考えていますが、いかがですか。皆さん自身の希望を教えてください。それぞれの質問に対する回答を記入し、定期健康診断に関する調査票とともに健診会場で提出して下さるよう、お願いいたします。

この調査についても、皆さんの回答を集計して統計的な解析を行い、得られた結果を学会や学術雑誌に発表することがありますが、個人の名前やその回答の内容が外部に漏れることは、決してありません。

九州産業大学保健室

- 1) 酒やタバコなどの嗜好品と健康との関係についての情報提供
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 2) 栄養バランスのとれた食事や正しいダイエットについてのアドバイス
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 3) 高血圧、糖尿病などの生活習慣病を予防するためのアドバイス
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 4) 発熱や下痢、腹痛など、ちょっとした病気の対処方法
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 5) 健康増進を目指した運動プログラムの提供と指導
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 6) 性感染症の予防法や避妊法の指導
  1. 提供された情報を参考に生活を改善したい
  2. 情報には目を通すが生活は変わらないだろう
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である
- 7) 対人関係や精神的な悩みについての相談、カウンセリング
  1. 是非ともやって欲しい
  2. あるに越したことはない
  3. 必要性をあまり感じない
  4. 全く不要である

上に述べたような項目についての情報提供は、授業を通じて行っています。また個人的な指導については、保健室や学生相談室で実施しています。必要だと思う方は、どうぞ、遠慮なく声をかけてください。