

Health Passport

University of Kochi



目 次

1. 学生プロフィール 2～3P
2. 定期健康診断結果のみかた 4～5P
3. 定期健康診断結果 6P
4. 感染症予防接種及び罹患記録 7～10P
5. 大学・寮周辺の医療機関 11～15P
6. 講演内容の記録 16～19P
7. 感染症予防接種・罹患歴、健診結果等のコピー貼付 20～27P
8. ひとりごと…………… 28P
9. 夜間・休日の緊急時（救急搬送や入院を要する急病）、
感染症発症時（疑いも含）の連絡網

ヘルスパスポートを活用しよう！！

充実した大学生活を送るには、心身の健康が大切ですね。

「自分の健康は、自分で管理する」ためには、まず自分の心身状態を知ることが第一です。

大学では、「自分の健康は、自分で管理する」ためのひとつのツールとして、皆さんに『ヘルスパスポート』を提供しています。

大学在学中、ヘルスパスポートを活用して健康管理に努め、充実した日々を過ごしましょう。

1. まず、学生プロフィールに記入しましょう。
2. 母子健康手帳を見ながら、大学入学までの感染症予防接種歴と罹患歴を記入しましょう。
3. 母子健康手帳の予防接種記録をコピーして、貼付スペースに貼りましょう。
4. 健康診断結果を記入しましょう。また、渡されたコピーを貼付スペースに貼りましょう。
5. 健康教育の講演内容を書きとめて、活用しましょう。
6. 自由に書けるページを設けています。自分の「からだところ」に語りかけてみませんか。受診の記録にも活用できます。

1. 学生プロフィール

| | | | |
|--------------------------|--------------------|----|---------------------------------|
| 学籍 番号 | 学部 | 学科 | 年度入学 |
| しめい 氏名 (男・女) | H・S 年 月 日 生 | | 血液型 |
| 現住所 〒 | | | |
| 家族住所 〒 (現住所と同じ場合は、同上と記入) | | | |
| 緊急連絡先 (優先順に記入) | | | |
| | 氏 名 | 続柄 | 電話番号 (いずれかを○で囲む) (自宅・携帯・勤務先) |
| ① | | | (自宅・携帯・勤務先) |
| ② | | | (自宅・携帯・勤務先) |
| ③ | | | (自宅・携帯・勤務先) |

| | | |
|------------|-------|------|
| かかりつけの医療機関 | | |
| 医療機関名 | 主な診療科 | 電話番号 |
| | | |
| | | |

| |
|-------------------------------|
| 既往歴 (今までにかかった主な病気、手術とその年齢を記入) |
| |

| |
|------------------|
| アレルギーの有無 有 ・ 無 |
| <有りの場合は、その種類を記入> |

常用薬の有無 有 ・ 無

<有りの場合は、その薬品名を記入>

現在治療中の病気（病名、治療開始の年月、治療内容）

身体に支障があり、ケア・サポートが必要な内容

在学中の加入保険について

1. 入学時に全員加入の保険名

- ① 学生教育研究災害障害保険（学研災）
- ② 学生教育研究賠償責任保険（学研賠）（看護学部を除く）

2. 入学後に任意加入の保険名 *加入した保険名を記入してください

2. 定期健康診断結果のみかた

毎年4月に全学生を対象に、定期健康診断を実施します。また、実習等で必要な感染症の検査も併せて実施する学科があります。

身体の異常を早期に発見して、適切な検査・治療や管理を行なうだけでなく、自分の健康状態を把握して日常生活を見直すきっかけにもなります。年1回の健康診断を必ず受けましょう。

<検査目的と基準値>

(1) 胸部間接撮影：肺の状態や心臓の大きさ等をみます。

(2) 身体測定・BMI：身長・体重を測定し、BMIを算出することで、肥満ややせの状態をみます。

BMI (Body Mass Index) は肥満の判定に用いられる体格指数です。

求め方：体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

適正体重 (標準体重) の求め方：身長 (m) × 身長 (m) × 22

判定基準

| | |
|----------------------|----------------------|
| 18.5 未満：低体重 | 30.0 以上、35.0 未満：肥満2度 |
| 18.5 以上、25.0 未満：標準 | 35.0 以上、40.0 未満：肥満3度 |
| 25.0 以上、30.0 未満：肥満1度 | 40.0 以上：肥満4度 |

(3) 尿検査：尿に糖や蛋白が出ているかどうかを調べて、糖尿病や腎臓病を見つける指標となります。

基準値：糖 (－)、蛋白 (－)

*運動やストレス等生理的な要因でも陽性になることがあります。

(4) 血液検査：主に貧血スクリーニングの目的で行ないます。

- ◆ 赤血球数 (RBC)：赤血球の量を測る検査です。
- ◆ ヘモグロビン (Hb)：赤血球に含まれる赤い色素で、全身に酸素を運搬する役割をしています。
- ◆ ヘマトクリット (Ht)：血液中に赤血球がどのくらいの割合で含まれているかの検査です。
- ◆ 白血球数 (WBC)：白血球には細菌などから身体を守る働きがあります。細菌やウイルス感染、炎症等で増・減します。

| | 基準値 | |
|----------------------|-------------|-----------|
| | 女性 | 男性 |
| 赤血球数 (万/ $\mu\ell$) | 380~520 | 420~560 |
| ヘモグロビン (g/dl) | 11.4~15.9 | 13.0~16.9 |
| ヘマトクリット (%) | 36~46 | 40~50 |
| 白血球数 (/ $\mu\ell$) | 4,000~9,000 | |

* (財) 高知県総合保健協会の基準値を掲載しています。基準値は検査施設によって異なります。

(5) 鉄欠乏性貧血はありませんか。

- ◆ RBC、Hb、Ht をもとに次の計算をしてみましょう。

$$\text{赤血球の1個の体積} = \text{Ht} \div \text{RBC} \times 1000$$

$$\text{赤血球の色の濃さ} = \text{Hb} \div \text{Ht} \times 100$$

- ◆ 赤血球の1個の体積 < 80 かつ赤血球の色の濃さ < 30 は、鉄欠乏性貧血の可能性がります。
- ◆ ヘモグロビン < 10 でも、鉄欠乏性貧血の可能性がります。

3. 定期健康診断結果

結果を記入しましょう

| 項目 | | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 | 年度 |
|------------------------|------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 | 回生 |
| 実施 年月日 | | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ |
| 胸部間接撮影 | フィルム 番号 | | | | | | | | | | | |
| | 異常の 有無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 | 有 無 |
| 身長 | | cm | cm | cm | cm | cm | cm | cm | cm | cm | cm | cm |
| 体重 | | kg | kg | kg | kg | kg | kg | kg | kg | kg | kg | kg |
| BMI | | | | | | | | | | | | |
| 尿検査 | 月/日 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
| | 糖 | | | | | | | | | | | |
| | 蛋白 | | | | | | | | | | | |
| 血液検査 | ヘモグロ ビン | | | | | | | | | | | |
| | ヘマトクリット | | | | | | | | | | | |
| | 赤血球数 | | | | | | | | | | | |
| | 白血球数 | | | | | | | | | | | |
| 医師の 診察所見 | | | | | | | | | | | | |
| 校医の 判断 | | | | | | | | | | | | |
| 備考 (精密検査結果等 の記入) | | | | | | | | | | | | |

4. 感染症予防接種及び罹患記録

<大学入学前の感染症予防接種及び罹患歴>

| 種類 | 予防接種 年月日 | | 備考 | 罹患の有無 と罹患年 | 種類 | 予防接種 年月日 | | 罹患の有無 と罹患年 |
|------|-------------|-----|----|---------------|------|-------------|----------|---------------|
| 麻疹 | 1期 | . . | | 無・有 年 | 水痘 | . . | 無・有 年 | |
| | 2期 | . . | | | ムンプス | . . | 無・有 年 | |
| | 3期 | . . | | | ポリオ | . . | 無・有 年 | |
| | 4期 | . . | | | 日本脳炎 | . . | 無・有 年 | |
| 風疹 | . . | | | 無・有 年 | 二種混合 | . . | | 無・有 年 |
| 三種混合 | . . | | | 無・有 年 | | | | |

<大学入学後の感染症抗体検査結果及び予防接種歴>

| | | 抗体価 | 接種 | 予防接種 年月日 | | | 抗体価 | 接種 | 予防接種 年月日 |
|----|---|-----|------|-------------|----|---|-----|------|-------------|
| 麻疹 | 1 | | 要・不要 | . . | 風疹 | 1 | | 要・不要 | . . |
| | 2 | | 要・不要 | . . | | 2 | | 要・不要 | . . |
| | 3 | | 要・不要 | . . | | 3 | | 要・不要 | . . |
| | 4 | | 要・不要 | . . | | 4 | | 要・不要 | . . |
| | | | | . . | | | | | . . |

<大学入学後の感染症抗体検査結果及び予防接種歴>

| | | 抗体価 | 接種 | 予防接種 年月日 | | | 抗体価 | 接種 | 予防接種 年月日 |
|------------------|---|-----|------|-------------|--------|-------|-----|------|-------------|
| ム ン プ ス | 1 | | 要・不要 | . . . | 水 痘 | 1 | | 要・不要 | . . . |
| | 2 | | 要・不要 | . . . | | 2 | | 要・不要 | . . . |
| | 3 | | 要・不要 | . . . | | 3 | | 要・不要 | . . . |
| | 4 | | 要・不要 | . . . | | 4 | | 要・不要 | . . . |
| | | | | | | . . . | | | |

麻疹ははしか、風疹は三日ばしか、ムンプスはおたふくかぜ（流行性耳下腺炎）、水痘はみずぼうそうのことです。

<大学入学後の感染症抗体検査結果及び予防接種歴>

| | 検査 年月日 | 抗体価 | 検査 年月日 | 抗体価 |
|---------------|-----------|-----|-----------|-----|
| C型肝炎 (HCV) | . . . | | . . . | |

<大学入学後の感染症抗体検査結果及び予防接種歴>

ツベルクリン反応検査 (2段階法)

| | 1 回 目 | | 2 回 目 | |
|-----|-----------------|---------------|-----------------|---------------|
| | 測定値 | 判定結果 (年月日) | 測定値 | 判定結果 (年月日) |
| 1回生 | × ----- × | (. .) | × ----- × | (. .) |
| 2回生 | × ----- × | (. .) | × ----- × | (. .) |
| 3回生 | × ----- × | (. .) | × ----- × | (. .) |
| 4回生 | × ----- × | (. .) | × ----- × | (. .) |

インフルエンザ予防接種歴

| 接種年月日 | 医療機関名 |
|-------|-------|
| 年 月 日 | |
| 年 月 日 | |
| 年 月 日 | |
| 年 月 日 | |
| 年 月 日 | |

<大学入学後の感染症抗体検査結果及び予防接種歴>

HBs 抗原・抗体検査結果及び肝炎ウイルスワクチン接種歴

| | 検査又は ワクチン接種日 | 検査結果 | 接種 | | 検査又は ワクチン接種日 | 検査結果 | 接種 | |
|-------------|-----------------|------|----|-------------|-----------------|------|----|--|
| 1 回 生 | ．． | 抗原 | / | 3 回 生 | ．． | 抗原 | / | |
| | ．． | 抗体 | / | | ．． | 抗体 | / | |
| | ．． | 抗体 | / | | ．． | 抗体 | / | |
| | ．． | | | | ．． | | | |
| | ．． | | | | | | | |
| | ．． | | | | | | | |
| 2 回 生 | ．． | 抗原 | / | 4 回 生 | ．． | 抗原 | / | |
| | ．． | 抗体 | / | | ．． | 抗体 | / | |
| | ．． | 抗体 | / | | ．． | 抗体 | / | |
| | ．． | | | | ．． | | | |

*HB はB型肝炎のことです。

5. 大学・寮周辺の医療機関（高知県高知医療ネットや各医療機関 HP の情報をもとに作成）

<高知市休日夜間急患センター TEL 088-875-5719 >

急患センターは、休日・夜間の急患に対する診療（初期医療）を行なうためのセンターです。
診療の結果で入院の必要がある場合には、救急病院等に紹介します。

診療日：日曜・祝日及び年末年始（12月31日～1月3日）

診療科目及び時間：午前9時～12時 概ね午前内科、日曜の午前中のみ耳鼻咽喉科

*午後1時～5時 概ね小児科、夜間は小児科

所在地：高知市丸ノ内1丁目7番45号（総合あんしんセンター内）

備考：診療費は休日加算となります。

<高知県歯科医師会歯科保健センター TEL 088-824-7862 >

診療日：日曜・祝日及び年末年始（12月31日～1月3日）

診療時間：午前9時～午後3時 場所：総合あんしんセンター1F

*年末年始：12月29日～1月3日 午前9時～（正午受付終了）

<高知県救急医療情報センター TEL 088-825-1299 >

県内の救急対応できる医療機関を年中無休24時間体制でオペレーターが案内してくれます。

- ① 上記の番号に電話すると、オペレーターから1) 住所、2) 症状、3) 氏名・年齢・性別の問いかけがあります。正確に教えてください。
- ② オペレーターは、その情報をもとに住所の近くで症状にあった、現在診療できる医療機関を情報システムで検索して複数の医療機関を伝えてくれます。（一つしかない場合があります。）
- ③ 複数の医療機関がある場合は、本人が受診する医療機関を決定して、オペレーターに伝えます。
- ④ オペレーターが指定の医療機関に連絡をして、受診可能となります。
- ⑤ 保険証を持参して、受診してください。

<池キャンパス付近の救急対応可能な医療機関>

| 医療機関名 | 電話番号 | 所在地 | 対応可能な主な診療科等 |
|---------------------|----------------------|----------------|---|
| こうちいりょう 高知医療センター | (昼夜) 088-837-3000 | 高知市池 2125-1 | 内科、呼吸器科、消化器・胃腸科、循環器科、外科、整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、循環器外科、こう門科、眼科、耳鼻咽喉科、産婦人科、皮膚科、泌尿器科、麻酔科、小児科 夜間・休日においては、緊急の手術や入院治療を必要としない軽症の患者さんの診察は、専門医以外の救急担当医師が行なうこととなりますので、ご理解をお願いいたします。 |

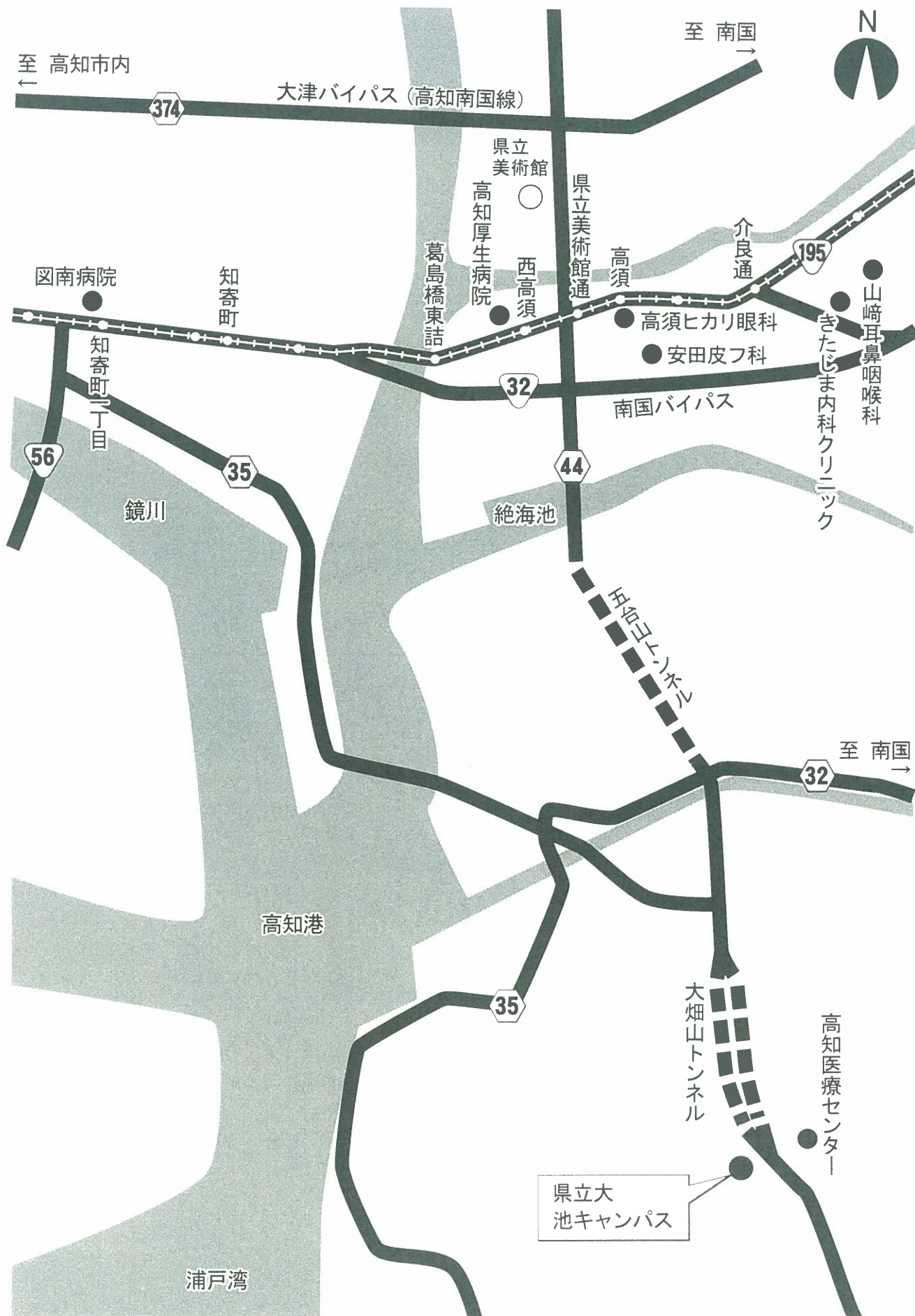
*この内容に一部変更がある場合もあります。受診される場合は、直接医療機関へご確認下さい。

<知寄町・葛島・高須付近の医療機関>

| 医療機関名 | 電話番号 | 所在地 | 主な診療科等 |
|-----------------|---------------------|--------------------|---|
| となん 函南病院 | (昼) 088-882-3126 | 高知市知寄町 1-5-15 | 内科、外科、整形外科 日・祝日・土曜午後休診。 ただし急患は随時受け付けます。(HPより) |
| こうせい 高知厚生病院 | (昼) 088-882-6205 | 高知市葛島 1-9-50 | 整形外科、内科、循環器科、呼吸器科、消化器外科 日・祝日・土曜午後は、休診 (HPより) |
| 高須ヒカリ眼科 | (昼) 088-882-5700 | 高知市高須新 町1-14-10 | 眼科 日・祝・祭・水曜午後休診 (HPより) |
| 山崎耳鼻咽喉科 | (昼) 088-882-6540 | 高知市高須新 町2-17-28 | 耳鼻咽喉科 日曜・祭日休診 (HPより) |
| 安田皮フ科 | (昼) 088-878-0161 | 高知市高須新 町2-2-16 | 皮膚科 |
| きたじま内科クリ ニック | (昼) 088-878-1300 | 高知市高須新 町2-5-22 | 内科、呼吸器科、消化器科、循環器科 |

*この内容に一部変更がある場合もあります。受診される場合は、直接医療機関へご確認下さい。

〈池キャンパス・高須・葛島・知寄町周辺の医療機関の地図〉



<永国寺キャンパス付近の救急対応可能な医療機関>

| 医療機関名 | 電話番号 | 所在地 | 対応可能な主な診療科等 |
|----------------------|----------------------|-------------------|--|
| あたご 愛宕病院 | (昼夜) 088-823-3301 | 高知市愛宕町 1-4-13 | 内科、呼吸器科、消化器・胃腸科、外科、整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、こう門科、心臓血管外科、産婦人科、泌尿器科、麻酔科 休診日：日・祝日 ただし、急患は休診日・深夜も 24 時間診療します。(HP より) |
| ちかもり 近森病院 | (昼夜) 088-822-5231 | 高知市大川筋 1-1-16 | 内科、循環器科、消化器・胃腸科、外科、整形外科、脳神経外科、泌尿器科、麻酔科、呼吸器外科、心臓血管外科 診療時間外、土・日・祝日でも急患の方は時間を問わず、診察しております。(HP より) |
| こうちせきじゅうじ 高知赤十字病院 | (昼夜) 088-822-1201 | 高知市新本町 2-13-51 | 内科、呼吸器科、循環器科、消化器・胃腸科、整形外科、外科、皮膚科、脳神経外科、こう門科、呼吸器外科、心臓血管外科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、麻酔科、小児科 |

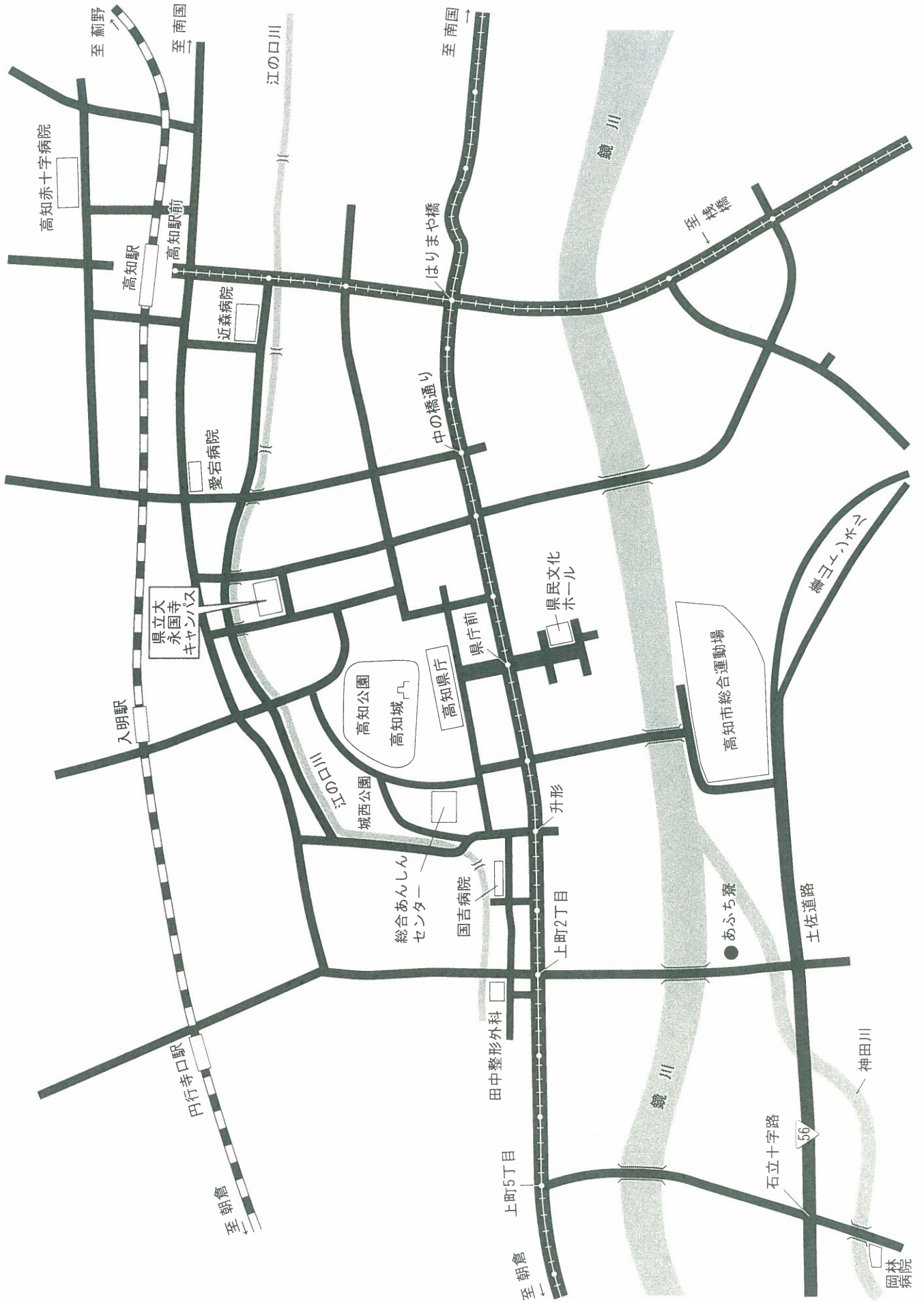
*この内容に一部変更がある場合もあります。受診される場合は、直接医療機関へご確認下さい。

<あふち寮付近の救急対応可能な医療機関>

| 医療機関名 | 電話番号 | 所在地 | 対応可能な主な診療科等 |
|---------------|---|----------------|---|
| くによし 国吉病院 | (昼) 088-875-0231 | 高知市上町 1-3-4 | 循環器科、胃腸科、呼吸器科、内科、外科、尿神経外科、整形外科、リハビリテーション科、麻酔科 日曜日・祝日：休診 当院は救急病院ですので急患の方は、時間外でも診察いたします。お電話にてお問い合わせください。(HP より) |
| たなか 田中整形外科 | (昼夜) 088-822-7660 (救急電話番号) 0120-706786 | 高知市上町 3-2-6 | 整形外科、リハビリテーション科、麻酔科 日曜日・祝日：休診 救急対応：随時応需可 (HP より) |
| おかばやし 岡林病院 | (昼夜) 088-832-8821 | 高知市神田 598 | 内科、呼吸器科、循環器科、消化器・胃腸科、眼科、皮膚科 土曜午後、日・祝日休み。 *急患時随時受付 (HP より) |

*この内容に一部変更がある場合もあります。受診される場合は、直接医療機関へご確認下さい。

〈永国寺キャンパス・あふち寮周辺の医療機関の地図〉



6. 講演内容の記録

____年 月 日 ()

____年 月 日 ()

____年 月 日 ()

____年 月 日 ()

7. 感染症予防接種・罹患歴、健診結果のコピー等を貼りましょう

*大学入学前の感染症予防接種・罹患歴：母子健康手帳の該当ページをコピーして貼りましょう。

貼付スペース

貼付スペース

貼付スペース

貼付スペース

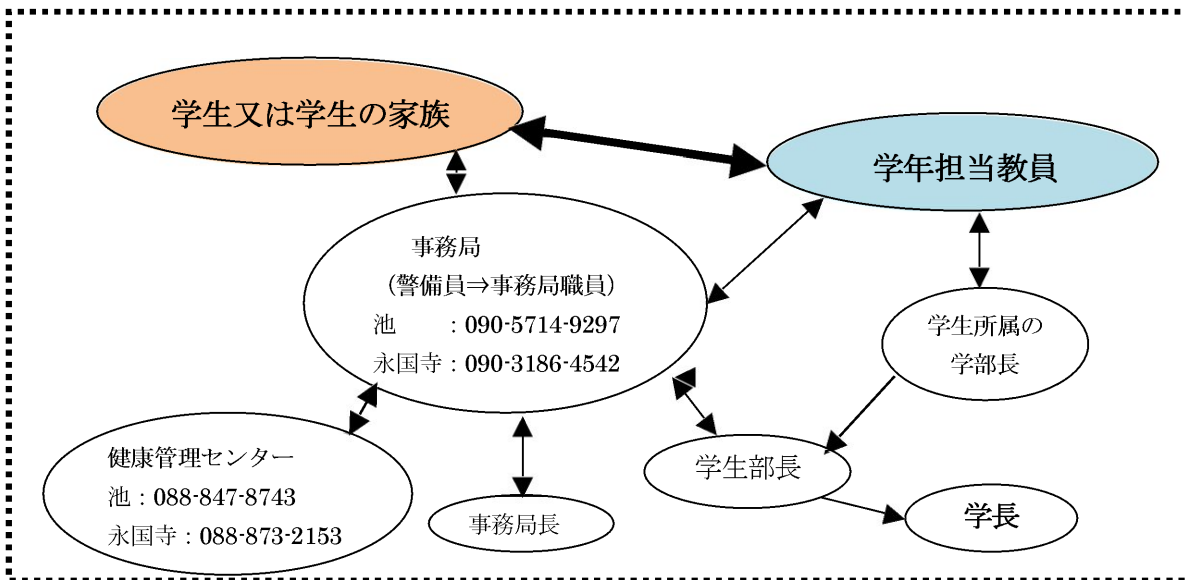
貼付スペース

貼付スペース

貼付スペース

8. ひとりごと……

9. <夜間・休日の緊急時（救急搬送や入院を要する急病）の連絡網>



* **→** は、報告・連携する * **⇄** は、必要に応じて報告・連携する。

※月～金曜日の日中、大学での急病の際は、健康管理センターにご連絡ください。

※事故の場合は、事務局にご連絡ください。

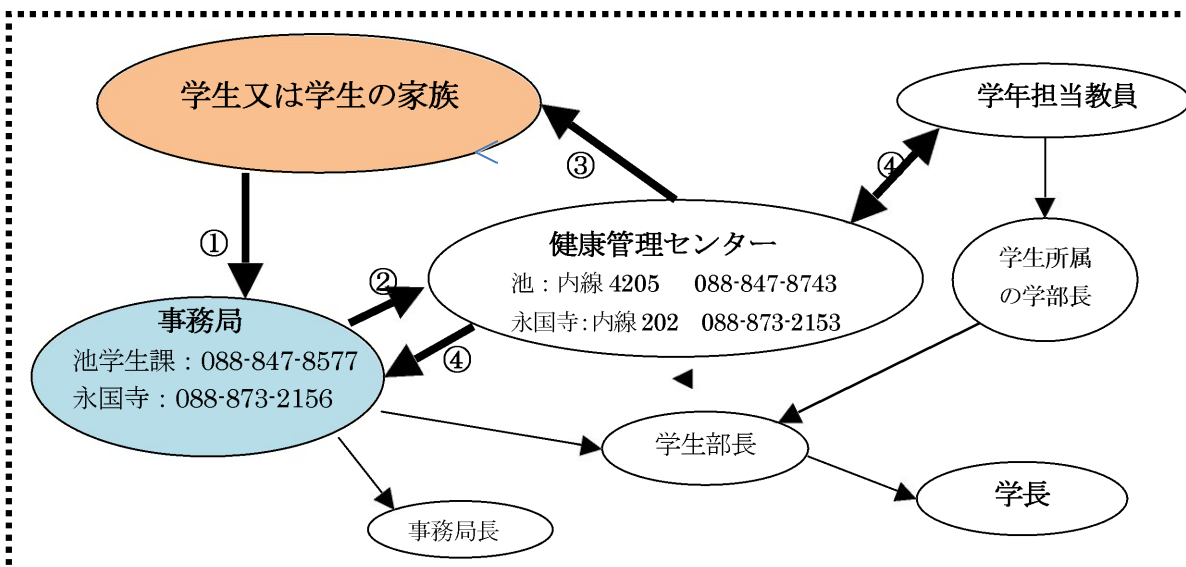
※学年担当教員の連絡先

| 氏名 | 連絡先 | 氏名 | 連絡先 |
|----|-----|----|-----|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

<感染症（麻疹、水痘、おたふくかぜ、風疹、百日咳、インフルエンザ等）発症時（疑いも含）の連絡網>

- ①学生又は学生の家族は、学生課に連絡
- ②学生課は、健康管理センターに電話を転送
- ③健康管理センターが学生からの聞き取りをおこなう。
- ④健康管理センターは、学生課に報告及び学年担当教員に連絡・連携する。

※ただし、平日の8時30分まで、17時15分以降及び土・日・祝日で翌日の実習等に影響がある場合は、学年担当教員にまず連絡をしてください。



高知県立大学 健康管理センター

〒781-8515 高知市池2751番地1 池キャンパス

TEL 088-847-8743 (直通)

〒780-8515 高知市永国寺町5番15号 永国寺キャンパス

TEL 088-873-2153 (直通)

平成24年3月健康管理センター発行

