

2023年度 健康サポートハンドブック



武庫川女子大学
健康サポートセンター

健康サポートセンターハンドブック（目次）

I	健康サポートセンターの主な業務内容	P. 1
II	救護対応・行事救護待機業務について	P. 3
III	応急処置（ファーストエイド）	P. 4
IV	定期健康診断（学生）	P. 9
V	特殊健康診断	P. 10
VI	健康相談	P. 11
VII	応急手当講習会	P. 12
VIII	緊急時の対応	P. 13
IX	防災対策	P. 17
X	本学の学生の特徴	P. 21
XI	感染症への対策	P. 27
XII	クリニック	P. 32

中央キャンパス・浜甲子園キャンパス・上甲子園キャンパス近隣医療機関一覧



I 健康サポートセンターの主な業務内容



健康サポートセンターは学生や教職員の方々の健康管理を行い、皆さんが心身共に健康で充実した大学生活を過ごせるようサポートするところです。主に以下のような業務をおこなっています。

1、学生健康診断

(1) 定期健康診断・保健指導（対象：全学生）

学校保健法に基づいて疾病の早期発見や健康管理を目的として毎学年初めに実施しています。健康診断の結果、精密検査が必要な場合は個別に通知します。毎年必ず受診してください。

(2) 授業や学外実習前等の健康診断（対象：指定された学生）

ガイダンス要綱や掲示、担当教員の指示に従ってください。

(3) 特殊健康診断（対象：指定された学生）

電離放射線・有機溶剤・特定化学物質を取り扱う学生を対象に法令に基づき実施します。対象者は健康サポートセンターから個別に通知します。

2、健康相談

健康面で不安があるとき、医師による内科・婦人科（要予約）と看護師（随時）の相談が受けられます。

3、健康づくり活動

(1) 各種測定

① 自動身長計・自動血圧計・視力計は随時、利用できます。

（中央キャンパス・浜甲子園キャンパス・上甲子園キャンパス）

② 骨密度・体成分分析装置（InBody、体脂肪率など体組成がわかります）・アストリム測定（採血をせずに貧血の検査ができます）が利用できます。（中央キャンパス）

(2) 健康情報の提供

ホームページ・info@MUSES・健康サポートだより・食育レター等での健康情報の提供をします。

(3) 食習慣・運動習慣改善プログラムの実施

食習慣・生活習慣を改善したい学生を対象に骨密度や体成分分析等の測定と関連する生活習慣の評価を実施し、健康管理のアドバイスをを行っています。

（2021・2022年度は歯科健診実施。案内はinfo@MUSESにて別途行います。）



4、救護対応・応急処置

(1) 体調不良やけがの応急処置をします。健康サポートセンターでは鎮痛薬等医薬品のお渡しはできません。体調がすぐれない人のために休養室にベッドを設けています。休養は原則1時間としています

(2) 応急手当講習会

AEDを用いた一時救命措置や応急処置についての講習会を開催しています。

(3) 緊急時に備えて

学内に AED・車椅子を設置し、定期的に点検をしています。

5、感染症対策

(1) 入学時に提出していただく『抗体検査・予防接種実施証明書』の回収・確認をします。

抗体価が不十分な学生に対しワクチン接種の推奨をします。

(2) 感染症発生時の情報収集・対策・周知をします。

健康サポートセンターのホームページにて安心して大学生活を送れるように感染症の情報を集約しています。info@MUSES と併せて感染予防対策について情報発信を行っています。

6、防災対策

(1) 定期的に防災備品の点検・補充をします。

(2) 災害時、医療班として学内の医師の判断の下、救護・傷病対応をします。

7、武庫川女子大学クリニック

(1) 診療（内科・整形外科）の保険診療をします。（保険証・診察料が必要となります。）

(2) 各種抗体検査・予防接種の実施をします。

(3) 季節性インフルエンザ予防接種の実施をします。（10月～12月）

(4) 学外実習・留学前・就職活動・大会の参加など個別に必要な健康診断をします。

※検査項目によっては、当院で受けられない場合もあります。事前にお問い合わせください。

8、その他

教職員の健康診断、保健指導など健康管理をしています。



II 救護対応・行事救護待機業務について

1、救護体制

(1) スタッフ

センター長（医師）、副センター長（医師）、顧問（医師）、事務部長、庶務課長、看護師、事務職員

2、救護対応

※ 法律に基づき、健康サポートセンターでは医薬品の使用ができません。ご了承ください。

(1) 発熱、気分不良、生理痛などの体調不良で休養したいとき

各キャンパスに休養室を設けています。学内で体調が悪くなった場合には健康サポートセンターに来室してください。動けない場合は、教職員に連絡または、健康サポートセンターに電話をしてください。

各キャンパスに看護職員が常駐しています。必要に応じて、医療機関への受診のアドバイスや手配、付添いなどをします。また父母等と連絡をとりながら、安全に帰宅できるよう配慮します。

学内の武庫川女子大学クリニック（中央キャンパス）や外部医療機関を受診する場合、保険証または、保険証と連携したマイナンバーカードが必要になります。提示できない場合は全額自費負担になることもありますので、保険証等を携帯するようにしてください。（STUDENT GUIDE—For Campus Life 参照）

(2) 学内でケガをしたとき

健康サポートセンターで応急処置をします。必要に応じて、医療機関等への受診のアドバイスや手配、付添いなどをします。

正課中・正規科目活動中（体育実技・実験・部活動）のけがや事故は、必ず担当教員と担任に報告をしてください。医療機関を受診した場合は傷害見舞金の対象になります。「事故報告書」を2週間以内に学生部に提出してください。（詳しくは学生部（東館地下）へ問い合わせてください）

(3) 学外でケガをしたとき

自転車による事故が多発しており本年度から努力義務としてヘルメット着用が求められ、兵庫県では自転車損害賠償責任保険への加入が義務化されています。

自転車は便利ですが、時として加害者にも被害者にもなりうる危険な乗り物です。雨天・段差でのスリップ、携帯電話やイヤホン使用により注意散漫にならないよう普段から安全意識を持って利用してください。

万が一交通事故にあってしまったら、すぐ警察に届け出をし、負傷した場合は近くの病院を受診してください。事故直後は症状がなくても、時間の経過とともに症状が出現することもあります。必ず医師の診察を受け診断書を発行してもらいましょう。（後の損害賠償金等の請求で必要になります）

またケガの程度が軽度であっても、相手の身元が判るもの（運転免許証・身分証明書など）を提示してもらい連絡先を聞いておきましょう。父母等への連絡も必ず行うようにしてください。

その他、大学近辺でケガをした場合は、学生課に連絡してください。

キャンパス	連絡先部署	電話番号
中央キャンパス	学生課	電話 0798-45-3526
浜甲子園キャンパス	薬学部事務室	電話 0798-45-9931
上甲子園キャンパス	建築学部事務室	電話 0798-67-4501

3、行事救護待機業務

入学式・卒業式・体育祭・文化祭・オープンキャンパス・入学試験等学内での行事の時には、不測の事態に備えて、すぐに対応できる場所で看護職員が救護待機をしています。救護が必要な場合は、教職員又は、健康サポートセンター職員に申し出てください。



Ⅲ 応急処置（ファーストエイド）

誰でも突然のケガや病気には気が動転してしまいます。そんなとき病院に行くまで、あるいは救急車が到着するまでの間にできる応急手当を知っていれば、症状の悪化を防ぎ、苦痛を和らげることができます。ここでは誰でもできる応急手当を紹介します。

1、傷の手当

① 洗浄

傷口を水道水で十分に洗い流し、砂・土などの汚れを取り除きます。

② 保護

清潔なガーゼをあててテープや包帯で止めるか、絆創膏や創傷被覆材（キズパワーパッドなど）を貼ってください。

<湿潤療法（うるおい療法・閉鎖療法）とは>

基本は

- ・傷口を消毒しない・乾燥させない
- ※消毒すると皮膚組織を再生させる細胞まで殺してしまう。
- ※傷口から出てくる浸出液には傷を治す働きがあるため乾燥させない。

方法は

- ・傷口をきれいにして医療用被覆材で覆う（キズパワーパッドなど）
- ・白色ワセリンがあればラップに塗ってから傷を覆う

利点は

- ・消毒薬を使用するより疼痛が少ない
- ・傷が早くきれいに治る

(1) トゲ、釘、ガラスなどが刺さった

- ① 大きめのガラスや刃物・針など金属片が刺さった時は、抜かずにガーゼや清潔な布で覆って受診してください。
- ② 小さなトゲなど抜けるものは、刺さっている逆方向に抜き取ってください。
抜けないものは、無理に抜かず受診してください。
- ③ 傷口を水道水で十分に洗い流し、出血があればガーゼをあてて圧迫し止血をします。
※次の場合は応急処置をしたあと、必ず医療機関を受診してください。
 - ・古釘、泥だらけのトゲなど…破傷風の危険性があります。
 - ・出血が多い…血管を傷つけている疑いがあります。
 - ・力が加わると痛い、取り除いたあと膿が出る…異物が残っていることがあります。

2、止血法

- ① 出血部位を確認します。
- ② 傷口に、清潔なガーゼやハンカチなどを重ねて傷口に当て、その上から出血部位を指先や手のひらで圧迫をします。
- ③ 傷口を心臓より高く上げてください。※頭・額の出血は頭部を高くしてください。

※感染予防のため、血液には直接触れないようにしてください。できればゴム手袋やビニール袋を使用してください。

鼻出血（鼻血）の時は・・・

鼻の付け根の部分（軟骨）を片手でしっかり押さえます。その時に頭を後ろにそらせず、前を向いたままにしてください。血液がのどの奥に垂れ込んでくるときは、飲み込まずに吐き出してください。

10分以上止血しても止まらない場合や、鼻の打撲による鼻出血で腫れがひどい時や鼻骨が曲がっている時は、耳鼻咽喉科を受診してください。

3、やけどの手当

分類	外見	症状
第Ⅰ度熱傷	皮膚が赤くなり少し腫れる	ひりひりとした痛み
第Ⅱ度熱傷	皮膚は赤く腫れぼったくなり、水ぶくれになることもある	強い痛みと焼けるような感じ
第Ⅲ度熱傷	皮膚が乾き白く変色して硬くなったり、黒く焦げたりする	痛みや皮膚の感覚が分らなくなる



(1) Ⅰ度やⅡ度のやけど

- ・水ぶくれができているときは直接強い水圧をかけないようにします。

(2) 広いⅡ度のやけどやⅢ度のやけど

- ・広い範囲のやけどの場合はきれいなシーツ等で身体をつつみ、感染防止に努めます。
- ・Ⅲ度の狭い範囲のやけどの場合は、清潔なガーゼやタオル、三角巾等で覆い、必ず医師の診察を受けてください。

<処置のポイント>

- ・受傷後できるだけ早く患部を15分以上冷やしてください。
- ・衣服の上からやけどした場合は無理に脱がさず、衣服の上から冷やします。
- ・患部に直接流水を当てず、少し上の部分から水を流すようにします。
- ・受診するまで可能な限り患部を冷やし続けてください。
- ・水ぶくれができた場合は絶対につぶさないようガーゼ等で保護し、医療機関を受診してください。
- ・やけどが広範囲に及ぶ場合や、高温の煙を吸い込んでしまった場合（気道熱傷）はすぐに救急車を呼んでください。

4、ねんざ・脱臼の手当

- ① むやみにもんだり、さすったりしないでください。
- ② 患部を冷水や、水で濡らしたタオルで冷やしましょう。
※関節を引っ張るなど、無理に戻そうとははいけません。
- ③ 傷めた関節全体を包むように三角巾や包帯で固定し、医療機関を受診しましょう。
※突き指もねんざ・脱臼の一種であり、引っぱってはいけません。
2～4日は患部を安静にするようにしてください。

代用副子

傘・シーツ・毛布・座布団・
クッション・定規・新聞・
段ボール・割りばしなど

5、骨折の手当

- ① 骨折部分や、付近の関節を動かさないようにします。
- ② 骨折の部分を副子で固定します。
※副子は骨折部分の上下の関節にとどく長さで、幅のあるものを使います。
※骨がとび出している、患部が変形している場合はそのまま副子で固定してください。傷口を洗う骨をもとに戻そうとすることはしてはいけません。

6、頭部打撲・外傷

頭を強く打つと、脳にいろいろな変化がおこることがあります。特に頭蓋骨の内側に出血がおこると、最初は特に症状がなくても生命に危険が及ぶことがあるので注意が必要です。
そこで、次にあげるような症状があれば直ちに脳神経外科を受診してください。
場合によっては、救急車で病院に搬送する必要があるので判断が難しい場合はご相談ください。

- ・頭の痛みがだんだん強くなる
- ・吐気や嘔吐が何回もおこる。
- ・熱がどんどん高くなる。
- ・痙攣がおこる。
- ・視力が弱くなる、物が二重に見える。
- ・手足がしびれる、動かしにくい。
- ・何度も同じことを繰り返し聞く、会話の内容がおかしい。
- ・ぼんやりする、ほっておくとすぐ眠ってしまい起こしてもなかなか起きない。

頭を打った後、24時間は注意が必要です！！



覚えておこう！RICE処置

RICE 処置とは、外傷を受けた時などの応急処置です。

患部（けがをした部位）の出血や腫れ、痛みを防ぐことを目的に患部を安静（Rest）にし、氷で冷却（Icing）、弾性包帯やテーピングで圧迫（Compression）、患部を挙上（Elevation）することが基本です。RICE はこれらの頭文字をとったものでスポーツを始め、外傷の緊急処置の基本となります。

Rest

安静

損傷部位の腫脹や、血管・神経の損傷を防ぐことが目的です。
副子やテーピングにて損傷部位を固定します。

Ice

冷却

冷やすことによって炎症が広範囲に広がることを防ぐことが目的です。ビニール袋やアイスバッグに氷を入れて、15～20分患部を冷却します。

Compression

圧迫

患部の内出血や腫脹を防ぐことが目的です。スポンジやテーピングパッドを腫脹が予想される部位に当て、テーピングや弾性包帯で軽く圧迫気味に固定します。

Elevation

挙上

患部を心臓より高く挙げて腫脹を防ぐことと腫脹の軽減を図ることが目的です。

足のケガなら横になって足を上げ、手や肩のケガなら三角巾でつるすなどしましょう。



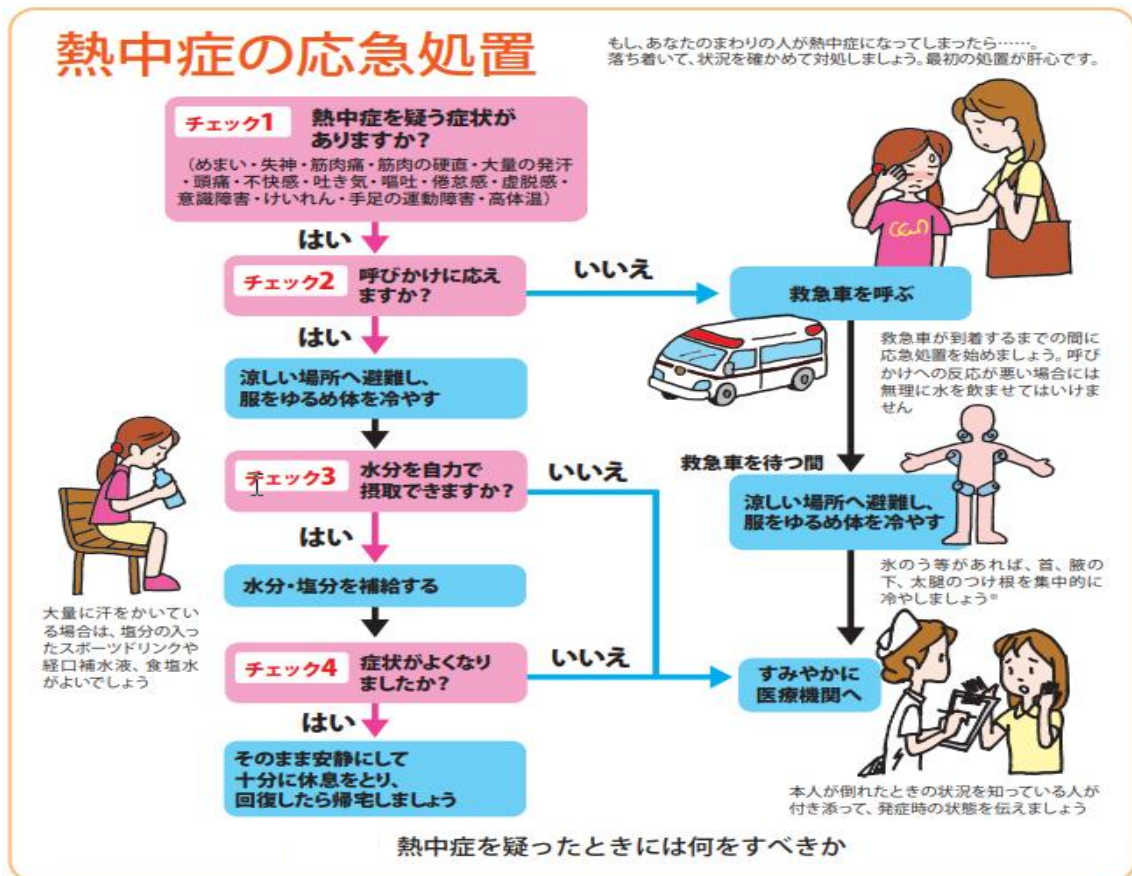
7、熱中症の手当

熱中症とは、炎天下でスポーツや激しい労働などをした際や、室内でも高温多湿な環境に長時間いた際に、体温が上昇し体温を調節する脳の働きが障害された状態です。

軽症のうちに対処を

スポーツ中にこむら返りや立ち眩みが起きた

→中止して涼しい場所へ行き、水分と塩分（スポーツドリンク）を補給して休みます。



注意！

こんなときは熱中症をおこしやすい

- ・乳幼児、子ども、高齢者は特に注意
 - ・突然暑くなった日
 - ・運動不足の人が暑い日に急に運動した時
 - ・朝食を抜いた時
- ※屋内でも起こるので油断しない



<参考文献>

応急手当指導者標準テキスト ガイドライン 2020 対応（令和4年）東京法令出版

興水健司 埼玉医科大学総合医療センター救急科（2015）. いざ！というとき必ず役立つ応急手当マニュアル

IV 定期健康診断（学生）

疾病の早期発見・治療及び予防のため、全学生を対象に定期健康診断を実施しています。「学校保健安全法施行規則第5条」及び「武庫川女子大学・武庫川女子大学短期大学部学生規程第16条」により、年1回受診するよう義務づけられています。費用はかかりません。

1、健康診断日程

- (1) 毎年4月～6月上旬に実施します。クラスごとに指定された詳細な日程については、学内の掲示板、info@MUSES で通知します。各自で確認をし、必ず指定日時に受診してください。学内で受診できない場合は医療機関（費用は自己負担）で健康診断を受け、結果を提出してください。
- (2) 就職活動等、やむを得ない理由があり指定日時に受診できない場合は、[MUSES](#) → 健康管理画面から日程を変更してください。

2、健康診断の受診

- (1) 健康診断は中央キャンパス内、健康サポートセンター（マルチメディア館1階）で実施します。
- (2) 健康診断の際、学生証（M.I.C.）を使用します。必ず持参してください。
- (3) 検査項目は、身長・体重測定、視力検査、血圧測定、胸部X線検査、内科診察、健康調査です。眼鏡を使用している方、コンタクト使用の方は矯正視力のみ測定します。健康診断がスムーズにできるようワンピースなどは避け、金具やボタン等がついていないTシャツ等を持参してください。（健康診断会場に更衣室があります）
- (4) 健康調査は [Google forms](#) で実施します。受診2日前までに必ず回答してください。
- (5) 障がいをお持ちの方、介助が必要な方等、配慮や個別受診を希望される方は、事前に健康サポートセンターへご連絡ください。

3、結果通知方法

健康診断の結果は、[MUSES](#) → [Personal File](#)（学生情報） → [健康管理情報](#) → [健診結果](#) で確認できます。再測定等がある場合は赤字で表記されます。該当者は、健康サポートセンターにお越しください。

4、精密検査等について

健康診断の結果、さらに精密検査が必要な場合は、直ちに電話や info@MUSES で通知します。速やかに医療機関を受診し、結果は必ず健康サポートセンターへ提出してください。

5、『健康診断証明書』の発行

- (1) 実習や就職活動等で『健康診断証明書』が必要な方は、本学で実施した健康診断結果についてのみ、学

内に設置の証明書発行機、または証明書オンライン申込みによりコンビニエンスストアのマルチコピー機で発行できます。証明書の発行可能時期については、info@MUSES等でお知らせします。概ね4月の受診者は5月上旬、5月・6月の受診者は6月下旬の予定です。

- (2) 『健康診断証明書』の発行ができない場合は、健康サポートセンターへお問い合わせください。再測定が必要な方、健康調査票についての確認事項が残っている方、精密検査結果が未提出の場合は、判定保留となり発行することができません。

6、個人情報保護

健康サポートセンターが定期健康診断で得た個人情報は、健康状態の把握・保健指導・健康診断証明書発行、統計報告などの目的で使用します。その他の目的で使用することはありません。

<授業や学外実習前等の健康診断>

授業や学外実習前等で決められた人に対して実施する健康診断です。中央キャンパス内、健康サポートセンター（マルチメディア館1階）で実施します。

日程は、ガイダンス要項（共通教育科目については共通教育科目要覧）で確認してください。

その他、担当教員の指示に従ってください。

V 特殊健康診断

研究室に所属している学生、研究生等で、電離放射線や有機溶剤取扱者、その他特殊業務従事者を対象に行われます。担当教員の指示に従ってください。

1、特殊健康診断日程

(1) 学内の基準に該当する教職員と学生を対象に、法令に基づき新規取扱い時健康診断(4月)と定期健康診断を6ヶ月毎(概ね7月と1月)に実施しています。

(2) 研究室ごとに有機溶剤・特定化学物質・電離放射線について、基準に該当する物質の調査を4月に行います。対象者1名ずつ『特殊健康診断調査票』を作成し、健康サポートセンターに提出してください。

2、特殊健康診断の受診

(1) 健康診断は学外の医療機関に委託して実施します。対象者に事前に受診日の希望調査を行い、受診日を通知します。必ず受診してください。

(2) 検査項目は、使用薬剤・業務等により異なります。

(3) 特殊健康診断の結果は、研究室経由で個人へ通知します。健康診断の結果、再検査・精密検査が必要な場合は別途連絡します。指示に従って検査を受け、結果を健康サポートセンターへ提出してください。

VI 健康相談

身体の健康についての悩みや病気について健康相談を実施しています。また、病気ではないけれど身体について気になることや疑問に思っていることなど、気軽に相談に来てください。

医師による健康相談は予約制のため、健康サポートセンター（中央キャンパス）、健康サポートセンター薬学部分室、上甲子園休養室に直接来室して予約してください。健康サポートセンター看護師職員による健康相談も随時行っています（予約不要）。

質問等がありましたら、健康サポートセンター（TEL0798-45-3545）までお問い合わせください。

※相談内容の秘密は守られます。

<健康相談>

気になる症状がある方、たとえば「食欲のコントロールがうまくいかない」「朝だるくて起きられない」「夜眠れない」「病院に行った方がいいかどうか迷っている」「何科を受診したらいいか教えてほしい」など、健康面の不安や心配なことが相談できます。

また、女性特有の身体の悩みに関する事、たとえば「経血の量が多い」「月経痛がひどい」「月経前のイライラ」など、ホルモンバランスが原因で起こる症状で病院を受診した方がいいかどうか、婦人科全般に関する事を相談できます。男性、女性の医師が在住していますので、希望により担当医を決めさせていただきます。

※健康相談の日程については、健康サポートセンターホームページ等で確認してください。



Ⅶ 応急手当講習会

教職員・学生を対象に、いざという時に適切な応急手当ができるよう、『応急手当講習会』を行っています。応急手当普及員の資格をもった職員が講師になるので、学内で当該講習を受講された人には西宮市消防局から『救命入門コース参加証』が交付されます。

- ・教職員対象の講習会（2回/年）
- ・学生対象の講習会（希望時、クラス単位で実施します。詳しくは、健康サポートセンターにお問い合わせください）



1、一時救命処置とは

突然のケガや病気に対して、家族や職場でできる手当のことを応急手当といいます。その中でも突然の心肺停止、もしくはこれに近い状態になったときに、胸骨圧迫および人工呼吸を行うことを心肺蘇生といいます。人工呼吸を省略して胸骨圧迫だけ行うことも心肺蘇生に含まれます。

心臓や呼吸が止まってしまうような重篤な傷病者を究明する場合その場に居合わせた人が救急車をすぐに呼び、AED（自動体外式除細動器）を用いた電気ショックを行うことで、生存率は高くなります。時間が経過するにつれて救命率は低下するため、一刻も早く救急車を要請することと、救急隊が到着するまでにその場に居合わせた人が心肺蘇生を行うことが大切です。

2、AED（自動体外式除細動器）とは

心臓突然死を引き起こす原因の一つに、心臓がブルブルと細かく震えることで体に血液を送り出す機能が失われてしまう「心室細動」があります。できるだけ早く心臓に電気ショックを与え、心臓の震えを取り除くことが重要です。AEDはこの電気ショックを行うための機器です。コンピュータが自動的に心室細動かどうかを調べ、電気ショックの必要の有無を判断します。音声で使用方法のガイダンスが流れるので、誰でも落ち着いて処置ができるようになっています。

大学内のほとんどの建物にはAEDを設置しています。設置場所は健康サポートセンターのHP、『2023 Student Guide -For Campus Life』AED設置場所を参照してください。

3、一次救命処置の重要性

心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、3～4分以上そのままの状態が続くと脳は回復が困難となります。心臓が止まっている間、心肺蘇生によって脳や心臓に血液を送り続けることがAEDの効果を高めるとともに、心臓の動きが戻った後に後遺症を残さないためにも重要です。



4、救命のリレー

救急車が現場に到着するまで全国平均8.9分かかります（令和2年度）。そのため、誰もが心肺蘇生やAEDの使用法を身に付けておくことが大切です。その場に居合わせた『住民』から『救急隊』へ、『救急隊』から『医師』へ、命のバトンを引き継ぐ『救命のリレー』を途切れさせないために、一人でも多くの住民が勇気をもって行動することが重要です。

参考文献

応急手当指導者標準テキスト ガイドライン 2020 対応（令和4年）東京法令出版

Ⅷ 緊急時の対応

1、学内で体調が悪くなった場合

各キャンパス内に休養室を設けてありますので、体調がすぐれない場合は利用してください。

もし、体調が悪く動けない場合はスタッフが迎えに行きますので、下記連絡先に電話連絡をしてください。

<各キャンパス 休養室設置場所>

キャンパス	休養室 設置場所	連絡先
中央キャンパス	マルチメディア館 1階 健康サポートセンター	0798-45-3545 (内線 6311、6312)
浜甲子園キャンパス	研究管理棟 1階 健康サポートセンター薬学部分室	0798-45-9933 (内線 72-431、432)
上甲子園キャンパス	建築スタジオ AS-127	0798-67-4502 070-7824-1680 (内線 73-214)

2、学内でけがをした場合

健康サポートセンター内で応急処置を行います。けがの状態がひどく、動けない場合はスタッフが迎えに行きますので電話連絡をしてください。また、けがの状態によって無理に動かすと悪化する場合がありますので、判断に困った場合も電話連絡してください。



※健康サポートセンターの開室時間は、月～金 9:00～17:00、土 9:00～16:00です。

開室時間外に体調不良や傷病者が発生した場合は、

学生課 (0798-45-3526 内線 3210～3219、3241～3246) へ連絡をしてください。

学生課も不在の場合は、本館 1階受付 (0798-47-1007 内線 2222 夜間緊急専用) へ連絡をしてください。

3、周りで傷病者が発生した場合

傷病者が発生した場合、その場に居合わせた人が適切な応急処置を速やかに行うと、傷病者の治療経過により影響を与え、救命率が向上します。次のような場合は直ちに救急車を要請してください。

<このような場合はすぐに 119 番>

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 呼吸をしていない 脈がない 呼びかけても反応がない 冷たくなっている けいれんがとまらない 激しい胸の痛み | <ul style="list-style-type: none"> ろれつが回らない 水に溺れている 大量の出血を伴うけが 広範囲のやけど 冷や汗を伴う嘔吐 頭を強く打って嘔気や嘔吐がある |
|--|---|



※西宮市の場合、救急車が到着するまでに、平均約 8 分かかると言われています。

救急車が到着するまでに私たちに出来ることは・・・？

ア 意識がある場合

- ・無理に起き上がったり、歩かせようとしたりしないでください。
- ・衣服をゆるめ、本人の楽な姿勢をとって安静にするように指示をしてください。

イ 意識がない、呼吸をしていない場合

- ・AED を用いた心肺蘇生を開始してください。



4、119 番通報と救急車の呼び方

あわてず、ゆっくり、正確に情報を伝えてください。

- ① 救急であることを伝えてください。(火事か救急か聞かれます。)
- ② 救急車に来てほしい場所の住所を教えます。
(学内の建物名は省略せず伝え、どこの門から入るのかを指示してください。)
- ③ 急病人やけが人の性別、年齢、病状などを簡潔に伝えてください。
- ④ 通報者の氏名、電話番号を伝えてください。
- ⑤ サイレンが聞こえたら救急車、隊員の誘導をしてください。

<例>



消防本部 (消防指令センター)	通報者
① 「西宮消防本部です。 火事ですか？救急ですか？」	① 「救急です。」
② 「救急車を向わせる住所を教えてください。」	② 「西宮市池開町 6-46 武庫川女子大学です。建物は文学 2 号館 2 階です。正門から入ってください。」
③ 「どなたが どうされましたか？」	③ 「20 歳の女性です。授業が終わった後、急に頭痛を訴え、倒れてしまい意識がありません。」 ※その他の必要な情報については、消防指令センターの方から尋ねてくれるので、その時点で正確に把握していることのみ答えてください。
④ 「あなたのお名前と電話番号教えてください。」	④ 「武庫川 花子です。090-××××-××××です。」
⑤ 「はい、わかりました。救急車が向かいます。」	

※学内の各教室に健康サポートセンターが作成した『緊急時手順マニュアル』を設置しています。

5、心肺蘇生の手順



ア 周囲の安全の確認

救護活動をする際には自身の安全にも気をつけましょう。



イ 反応の確認

「大丈夫ですか?」「もしもし」と声をかけながら、肩を軽くたたき反応があるかないか確認してください。



ウ 大声で助けを呼ぶ (119 番通報と AED の手配)

反応がない、または反応があるかどうか迷った場合、大きな声で「人が倒れています。誰か来ててください!」と助けを求めてください。協力者が来たら「119 番へ通報してください。」
「AED を持ってきてください。」と依頼をしてください。



エ 呼吸の確認

目で胸と腹部の上下の動きを 10 秒以内で判断してください。動いていない場合、普段通りでない場合は呼吸なしと判断してください。わからない場合も呼吸なしと判断してください。

呼吸なし

呼吸あり

回復体位にして様子を見ながら救急隊の到着を待ちます。

★新型コロナウイルス感染予防のため、倒れている人の口元をタオルやマスクで覆い、胸骨圧迫のみ実施しましょう。



オ 胸骨圧迫 (30 回)

呼吸なしと判断したら、傷病者の胸の真ん中に手のひらの根元を置き、他方の手をその上に重ね、そのまま両ひじをまっすぐに伸ばして体重をかけ、胸が約 5 cm 下方に圧迫されるように、1 分間に 100~120 回の速いテンポで 30 回絶え間なく圧迫します。

※圧迫する場所は、胸の真ん中 (左右の真ん中かつ上下の真ん中)、圧迫を緩めるときは胸が完全に戻るまで十分に解除してください。

救急隊が到着し、中断の指示があるまで継続してください。

途中で傷病者が動き出す等の反応があった場合は、心肺蘇生法を中断し、気道確保しながら回復体位にします。

★胸骨圧迫のポイント

- ・強く
(少なくとも 5 cm 圧迫)
- ・速く
(1 分間に 100~120 回)
- ・絶え間なく
(中断は最小限に)



カ 人工呼吸 ※人工呼吸ができない、またはためられる場合は人工呼吸を省略しても構いません。

- ・気道確保（「とうぶこうくつあごさききょしょうほう頭部後屈顎先拳上法」※右イラスト参照）
片方の手の平を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先にあてて、頭を後ろにのけぞらせてあご先を上げてください。
- ・人工呼吸
普段どおりの呼吸がなければ、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみ、自分の口を大きく開けて傷病者の口を覆い、傷病者の胸が膨らむ程度息を1秒かけて吹き込みます。一度、口を離して同じ要領でもう一度吹き込んでください。



キ 胸骨圧迫と人工呼吸の繰り返し 30 : 2

30回の胸骨圧迫と2回の人工呼吸を繰り返してください。救急隊が到着し、中断の指示があるまで継続してください。
途中で傷病者が動き出す等の反応があった場合は、心肺蘇生法を中断し、気道確保しながら回復体位にします。



ク AED 装着

- ①AEDの電源を入れます。
 - ・AEDのふたを開けて電源ボタンを押してください。（ふた開けると自動的に電源が入る機種もあります。）
- ②電極パッドを貼ります。
 - ・電極パッドを袋から取り出し、傷病者の胸部に貼ります。
- ③心電図の解析が始まります。
- ④電気ショックと心肺蘇生を再開します。
 - ・「電気ショックが必要です。」とメッセージが流れたら、誰も傷病者に触れていないことを確認してから、ショックボタンを押します。電気ショック後直ちに心肺蘇生を再開します。
 - ・「ショックは不要です。」とメッセージが流れたら、直ちに心肺蘇生を再開します。

※救急隊に引き継ぐまでは、心肺蘇生を続けAEDの電極パッドは剥がさず、電源も入れたままにしておいてください。

・AEDのメッセージどおりに落ち着いて操作してください。

- ・傷病者の胸が濡れている場合は、タオル等で拭き取ってからパッドを貼ります。
- ・ペースメーカーや除細動器が埋め込まれている場合は、それを避けてパッドを貼ってください。
- ・貼り薬が貼られている場合は、剥がしてください。

参考文献

神戸市消防局警防部救急課（2019年3月）救急車が来るまでに そのときあなたは・・・

IX 防災対策

1、災害時の対応

本学では、大地震・津波発生時の基本的な行動の基準を示した「武庫川学院中央キャンパス津波避難計画」に基づき、震災発生時に緊急対応します。日頃からの心構えや備えがあれば、大地震が発生しても被害を最小限に食い止めることができます。『STUDENT GUIDE2023-For Campus Life』の緊急・災害時の対応・報告のページに書かれている内容を十分に理解し、いざという場合には＜自分の命を守る＞ために、冷静に行動してください。

武庫川女子大学のホームページには災害対応マニュアルがあります。いざという時に見ることが出来るよう、各自携帯して下さい。

**武庫川女子大学・同短期大学部
武庫川女子大学附属中学校・高等学校**

**防災対応マニュアル
大地震と津波に備えて**

日頃から心構えや備えがあれば、大地震が発生しても被害を最小限に食い止めることができます。学生・生徒・教職員の皆さんは、このマニュアルを十分に理解し、いざという場合には＜自分の命を守る＞ために、冷静に行動してください。

このマニュアルは、M.I.C.と一緒に常に携帯してください。

2018年9月

地震の揺れを感じたら

- 1. 身を守る**
 - ①姿勢を低くする。
 - ②机などの下に入るか、カバンなどで頭部や体を守る。
 - ③揺れが収まるまで待つ。
- 2. 火の始末**
ガスの元栓などは無理せず揺れが収まってから閉める。
- 3. ドアを開ける**
可能な範囲で、出口を確保する。
- 4. 揺りから火災発生していないか**
同じフロアを確認し、火が出たら119番通報と初期消火をする。
- 5. 周りの人はケガをしていないか**
助け合って救出、手当、連絡をする。
- 6. TV・ラジオで津波警報・大津波警報を確認**
- 7. 余震に備える**
大きな揺れの後には余震の可能性がある。
- 8. 避難する**
放送や係員の避難指示に従い避難する。一人で行動しない。なるべく複数で行動する。エレベーターは使わない。階段を使う。出入口に殺到しない。

津波警報・大津波警報が発令されたら

- 1 キャンパス内では**
学内放送や教職員の指示に従い、指定避難建物の3階以上に避難する。
- 2 通学途中では**
学校のすぐ近くにいる場合は、キャンパス内の指定避難建物の3階以上に避難する。
ただし国道43号線に架かる歩道橋を渡って移動することは危険なので橋見取周辺にいる場合は、総合心理科学館の3階以上か、JR神戸線以北を自指して各自で避難する。
JR神戸線より北まで避難できない又は津波到達時刻までに避難が間に合わない又は判断したら、近くの「津波避難ビル」の表示のある建物（堅固で高い建物の3階以上）へ避難する。
（天神字・香取・玉置川駅周辺の津波避難ビルは裏面参照）

津波避難ビルの表示マップ

地震発生後、帰宅する際の注意事項

- 徒歩で帰宅する場合、目安は10km以内（約3～4時間）
- 一人で移動するのは危険なのでなるべく同方向の人と一緒に移動する。
- バスやタクシーなどかたがと高い建物を建っている場合は、なるべく距離が限られるので、無理をしない。
- 地震発生後、道路は救助活動の車両が優先されるため、歩行者の通行が制限される場合がある。
- 帰宅後は移動してはいけない。天候が悪い場合も無理をしてはいけない。
- ターミナル駅周辺など人が集まる場所は注意が必要。
- できるだけ幹線道路を通り、複数の経路を想定して、その中から安全な経路を選択する。
- 避難や通行規制、危険箇所への注意など、さまざまな事情により、普段の倍以上の時間がかかるものと考え、コンビニやファミリーレストランでは、交通情報を提供しているので、中継地として利用する。

(C) Yahoo Japan, (C) ZENRIN, 武庫川中央キャンパスから半径10km範囲

安否連絡

- 1 大学・附属中高への連絡**
学外で災害に遭遇した場合、身の安全が確保でき、余裕ができた以下の内容をメールまたは、ファクス、電話、八ヶ岳などで連絡してください。

- 氏名（ふりがな）、所属・学年・クラス・学籍番号（出席番号）
- 本人や家族の状況（ケガの有無）
- 自宅の家族被害状況
- 現在の住所（避難している場合は避難先）・連絡先

- 2 家族や友人への連絡**
大規模な災害が発生した場合、電話がつながりにくくなる場合があります。災害用伝言ダイヤルや災害用伝言板サービスを利用して安否を伝えることができます。また、緊急時の連絡方法や、避難場所、帰宅方法や経路を事前に家族と相談しておきましょう。

所持者情報

非常時に備えて記入しておきましょう。

ふりがな
姓 名

生年月日

血液型：(ABO式) 型 (Rh) + -

持病・アレルギー・その他

現住所

緊急連絡先
名前・続柄・住所・電話番号

大学・附属中高への安否連絡先

学外で災害にあった場合、身の安全が確保できてから、大学・附属中高に安否連絡をしてください。

大学の住所：〒663-8558 西宮市池間町6-46

学生部（学生）：
Tel 0798-45-3526
Fax 0798-45-3573

附属中高（生徒）：
Tel 0798-47-6436（代表）
Fax 0798-47-2244

人事課（教職員）：
Tel 0798-45-3513
Fax 0798-45-3500

学院本部：
Tel 0798-47-1212（代表）
0798-45-3514（総務課）
0798-47-1007（夜間・休日）
Fax 0798-45-3567
携帯 090-1585-2257（災害時のみ）

安否報告専用アドレス：anpi@mukogawa-u.ac.jp

2、津波警報・大津波警報が発令されたら

津波対策は、まず、いち早く高くて安全な場所へ避難することです。津波警報や大津波警報が発令されたときは、すみやかに堅固で高い建物や高台に避難してください。キャンパス内では、学内放送や教職員の指示に従い、指定避難建物の3階以上のフロアへ避難します。



①自分の身を守る

- ・机の下など姿勢を低くし
カバン等で頭部や体を守る
- ・揺れが収まるまで待つ

②余裕があれば火の始末をする

ドアを開ける

③周りの人は怪我を

していないか確認する

④余震に備えそのまま

待機する

⑤津波警報・大津波

警報を確認

学内放送等による

避難指示

⑥指定避難建物の

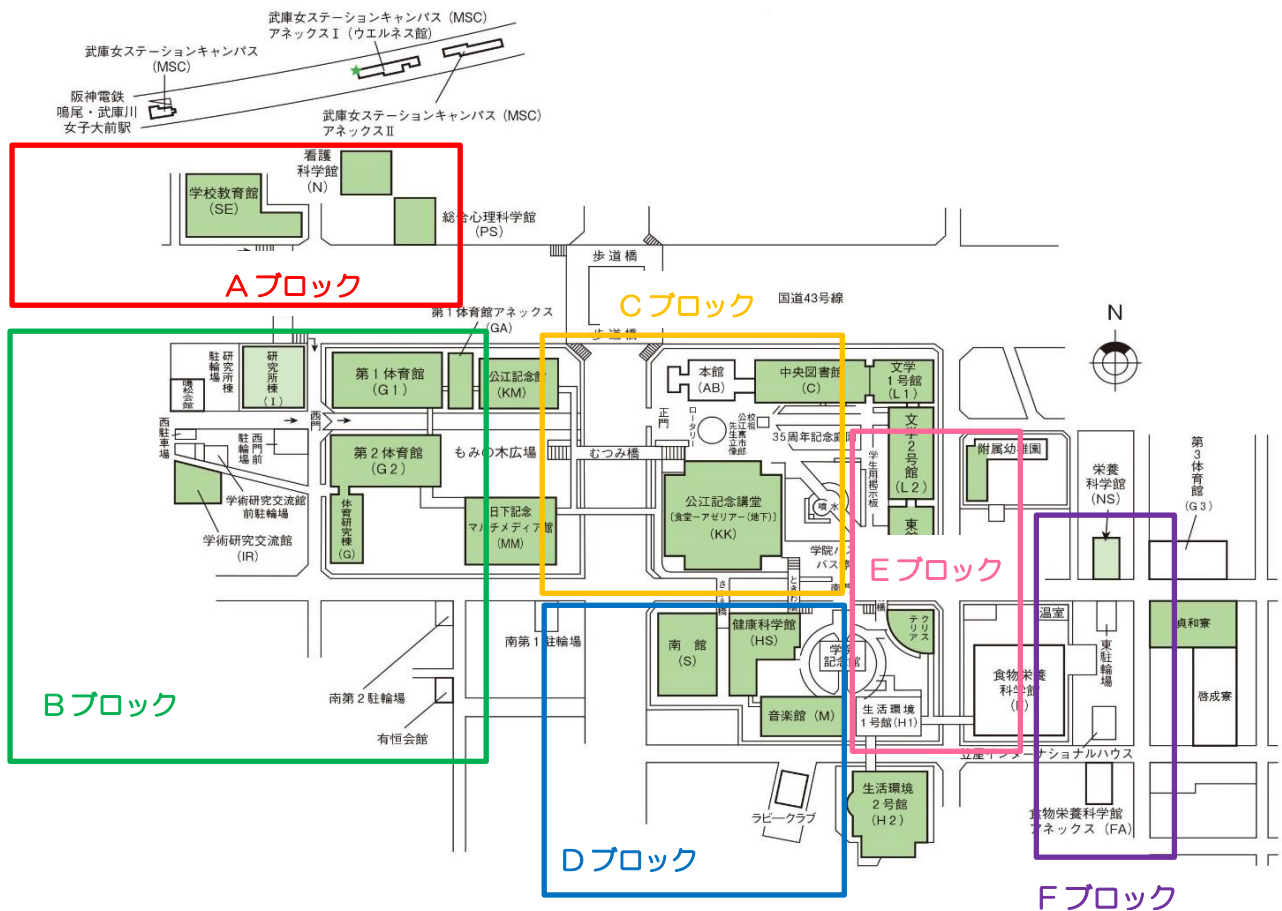
3階以上に避難する

災害が発生した場合に備え、各キャンパスには災害対応拠点があり、緊急対応用品、緊急医薬品、備蓄品が整備されています。健康サポートセンターは医療班として、マルチメディア館4階、薬学部は講義棟3階に医療拠点を設置し、避難中の救護・傷病対応にあたります。また、負傷者の状況により、医療機関への搬送の手配・連絡を行います。

参考文献 『2023 STUDENT GUIDE -For Campus Life』

<防災備品の設置場所>

(1) 中央キャンパス



<Aブロック>

看護科学館 (N) → 災害対応拠点

4階 備蓄品・医療品

学校教育館 (SE)

4階 備蓄品

3階 防災キャビネット

総合心理科学館 (PS)

3階 防災キャビネット

<Bブロック>

マルチメディア館 (MM) → 災害対応拠点

6階 備蓄品 防災キャビネット

5階 備蓄品

4階 備蓄品 医療品

3階 備蓄品

研究所棟 (I)

6階 備蓄品

4階 防災キャビネット

第一体育館 (G1)

5階 備蓄品

3階 防災キャビネット

第二体育館 (G2)

6階 備蓄品

3階 防災キャビネット

公江記念館 (KM)

3階 備蓄品

<Cブロック>

中央図書館 (C) → 災害対応拠点

11階 防災キャビネット

7階 備蓄品

6階 備蓄品

5階 備蓄品

2階 備蓄品 防災キャビネット

東館 (E)

3階 防災キャビネット

文学2号館 (L2)

5階 備蓄品 医薬品

<Dブロック>

健康科学館 (HS) → 災害対応拠点

3階 防災キャビネット

南館 (S)

5階 備蓄品

4階 備蓄品

3階 備蓄品 防災キャビネット 医療品

2階 備蓄品

音楽館 (M)

4階 備蓄品

3階 備蓄品

クリステリア

4階 防災キャビネット

生活環境1号館 (H1)

4階 防災キャビネット

生活環境2号館 (H2)

6階 備蓄品

<Eブロック>

栄養科学館 (NS)

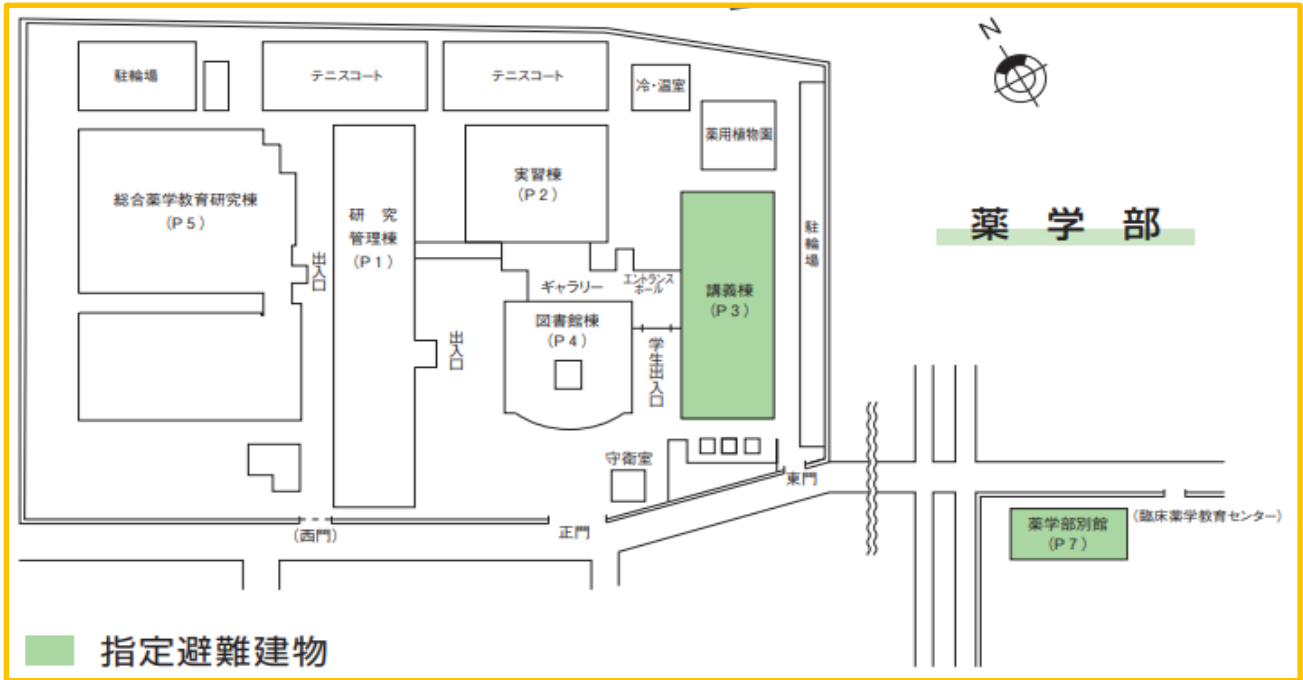
4階 備蓄品

3階 備蓄品 防災キャビネット

<Fブロック>

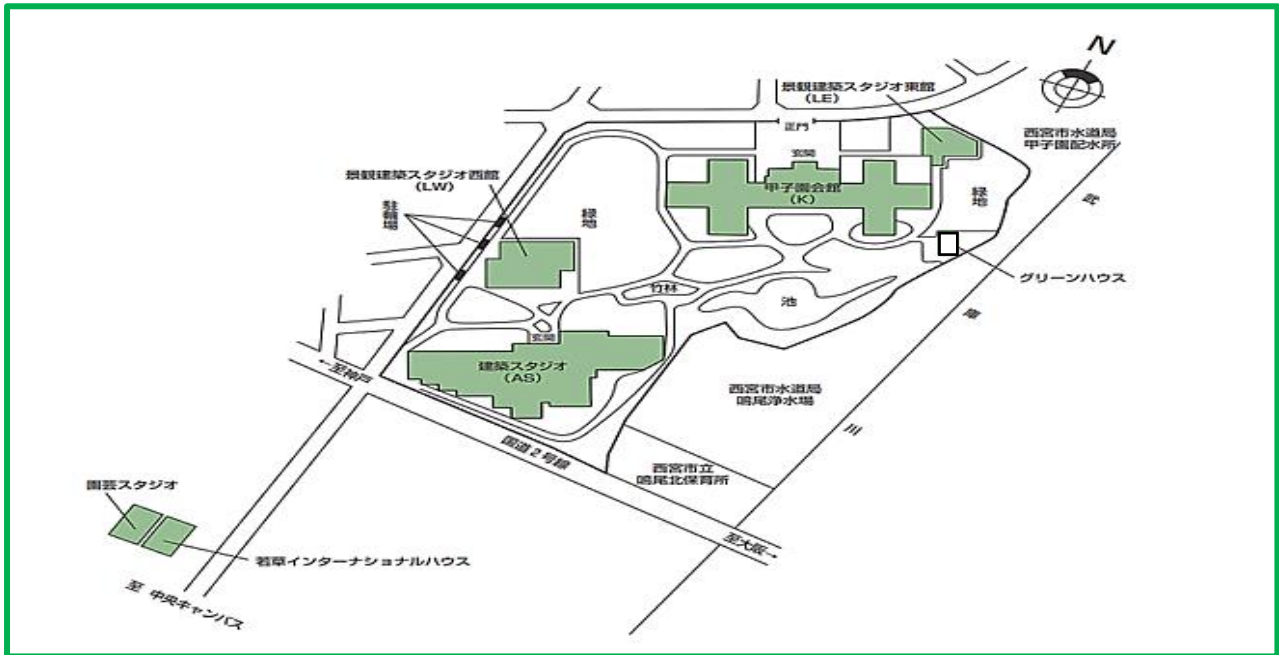
貞和寮 → 災害対応拠点

(2) 浜甲子園キャンパス



講義棟	→ 災害対応拠点	薬学部別館
3階 備蓄品		4階 備蓄品
4階 備蓄品		

(3) 上甲子園キャンパス



甲子園会館 (K)	→ 災害対応拠点	景観建築：東館 (LE)
4階西 医療品置き		1階 備蓄品
2階 備蓄品		景観建築：東館 (LW)
1階 備蓄品		1階 備蓄
建築スタジオ (AS)	3階 備蓄品	

X 本学の学生の特徴

1、 学生定期健康診断結果

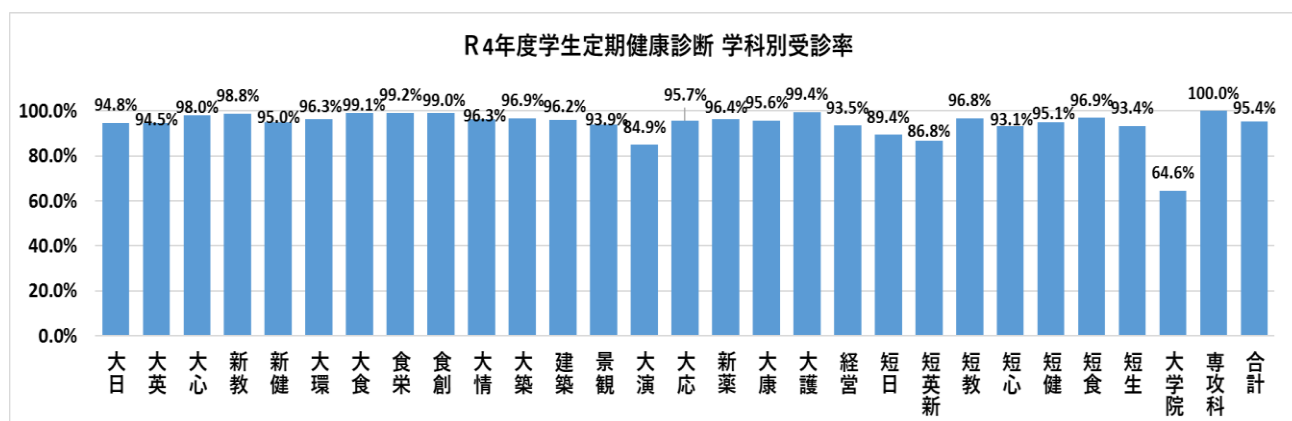
毎年年度始めに実施する健康診断結果から、学生の特徴は以下のようになっています。

(1) 受診率

令和4年度 95.4%

(H29年 97.2% H30年 97.4% R1年 97.4% R2年 90.7% R3年 95.7%)

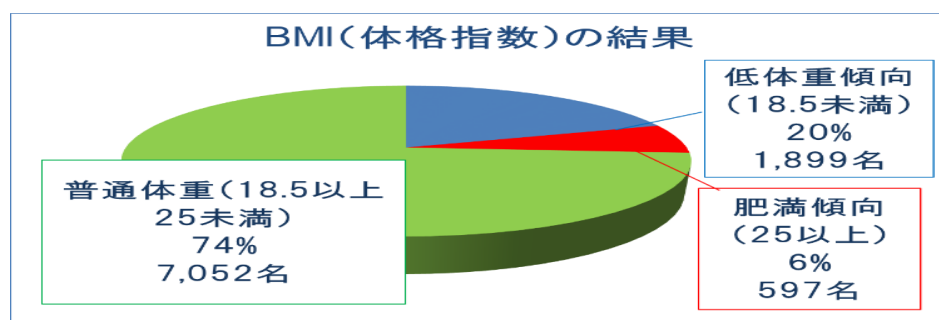
令和4度の健康診断は、新型コロナウイルス感染拡大に伴う活動制限のガイドラインがレベル1.5であったため、人数制限、距離の確保、消毒の徹底など、感染拡大防止に配慮しつつ全学生を対象に健康診断を実施しました。



(2) 学生の動向

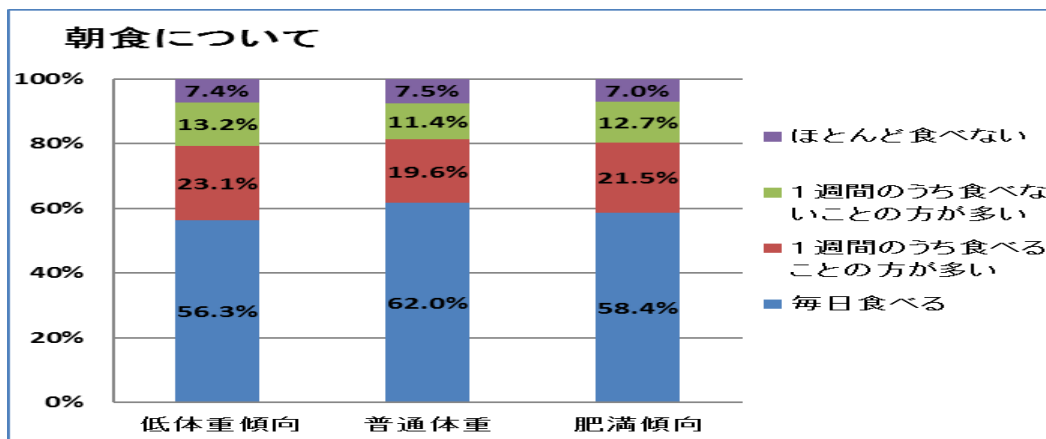
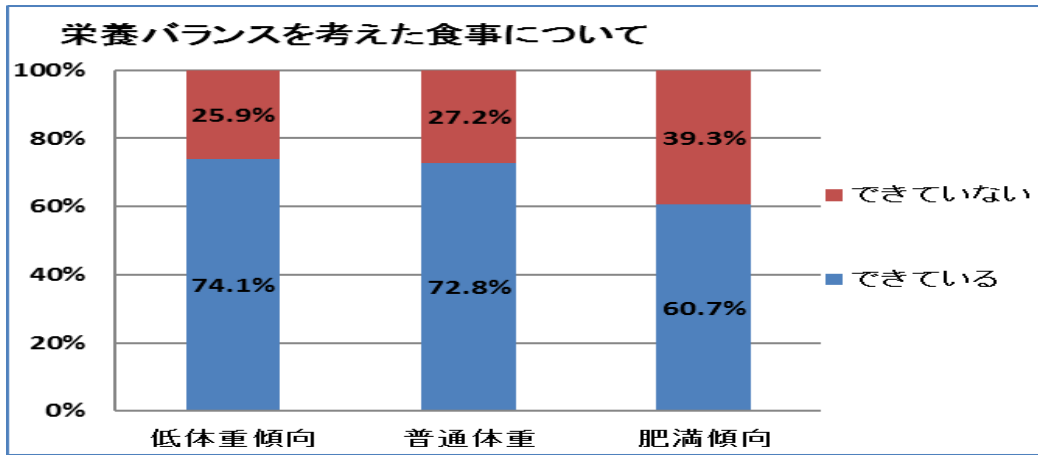
学生全体のBMI（体格指数＝体重÷（身長m×身長m））の判定として、74%（R3年度73.9%）の学生が普通体重の範囲にいます。

肥満の者は6%（R3年度5.5%）、低体重の者は20%（R3年度28.6%）という結果でした。《厚生労働省 令和元年国民健康・栄養調査結果の概要 20歳代の割合》より、全国平均の肥満傾向（8.9%）低体重傾向（20.7%）に比べると、本学生の肥満・低体重傾向は下回っていることがわかりました。



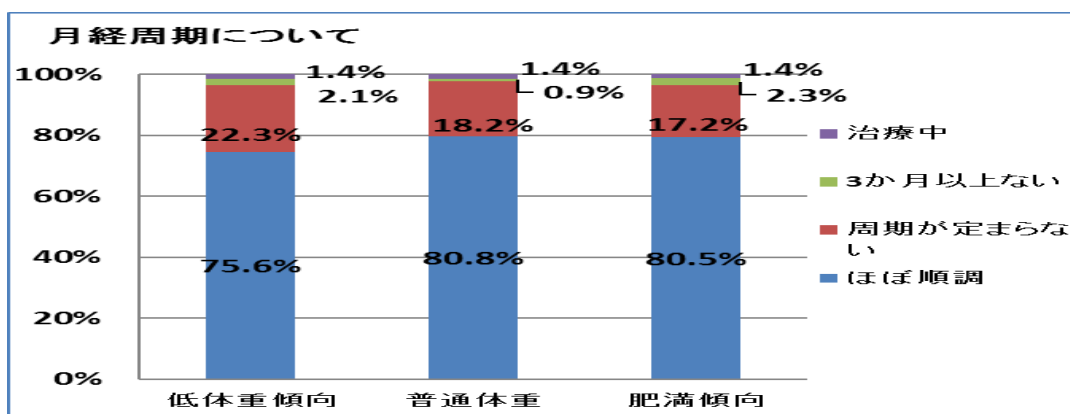
<食事について>

低体重傾向の学生で、『栄養バランスを考えた食事ができている』との回答が74.1%を占めていましたが、朝食の欠食については、普通体重、肥満傾向の学生と比較すると欠食率が高い結果になりました。



<月経周期について>

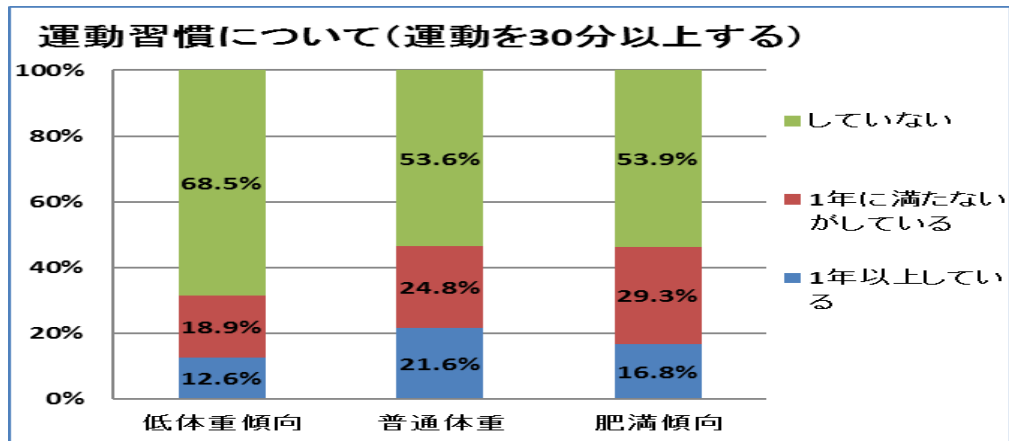
月経周期での低体重傾向の学生は、月経周期が定まらない (22.3%)、3か月以上ない (2.1%) と回答しており、普通体重の学生よりも割合が高くなっています。低体重傾向の学生の月経周期不順の原因として、生活習慣や、ホルモンバランスの影響も考えられます。



<運動習慣について>

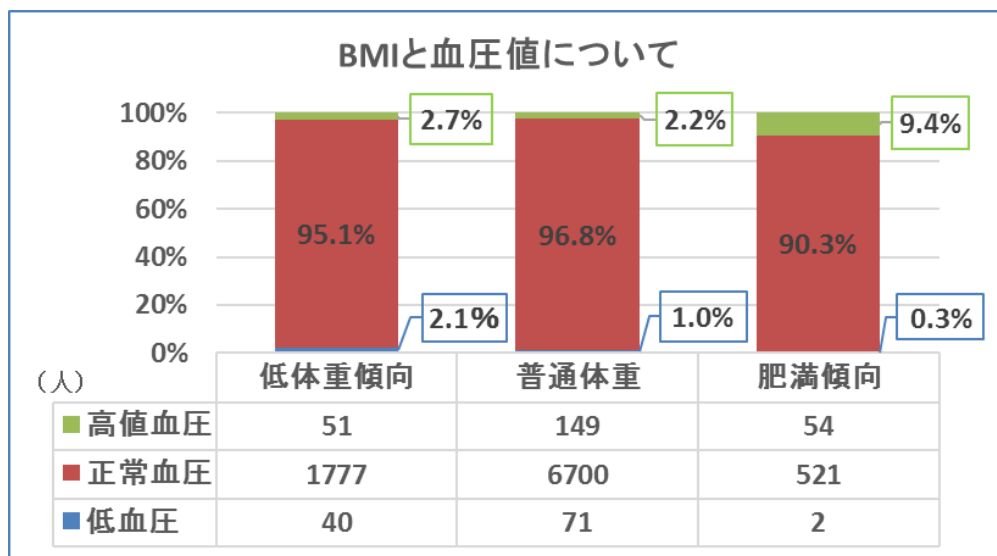
低体重傾向の学生で、68.5%が1年以上運動をしていないと回答し、普通体重、肥満傾向の学生と比較し最も多い結果となりました。体型にかかわらず、運動不足は筋肉量が低下し冷え性や免疫力の低下から、

からだに不調を生じやすくなります。



<BMI と血圧の関係>

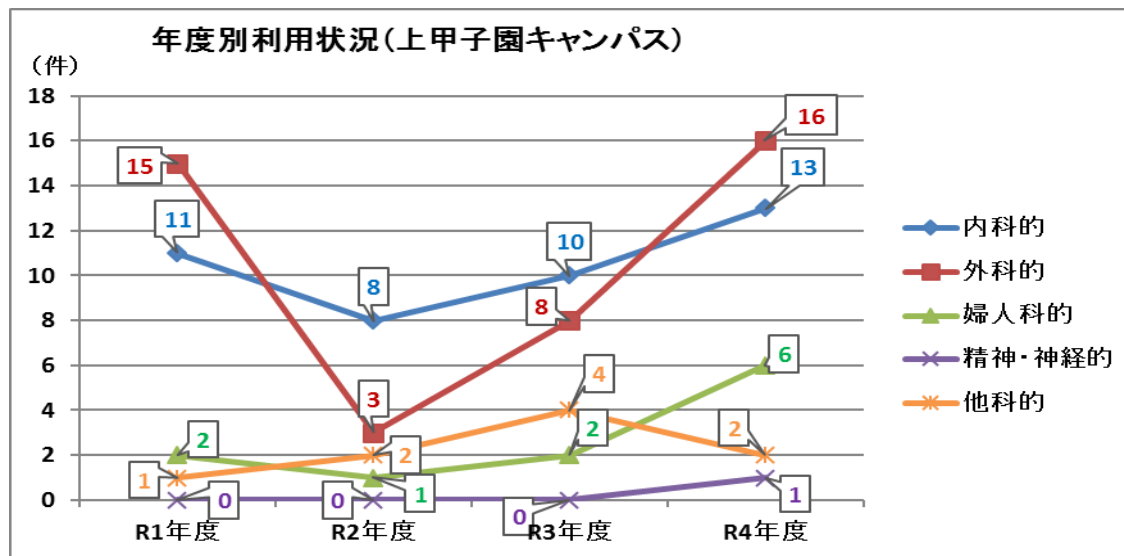
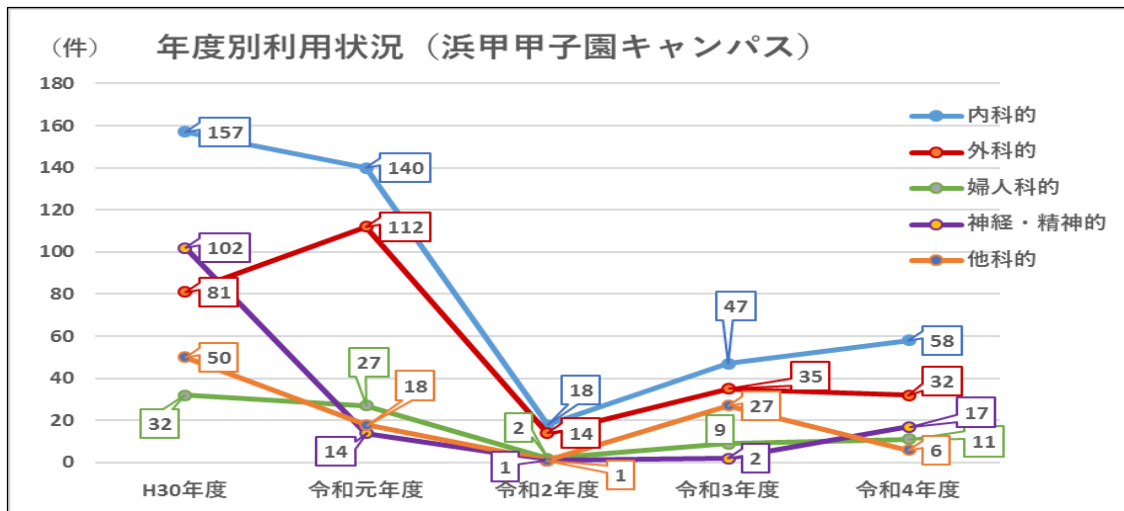
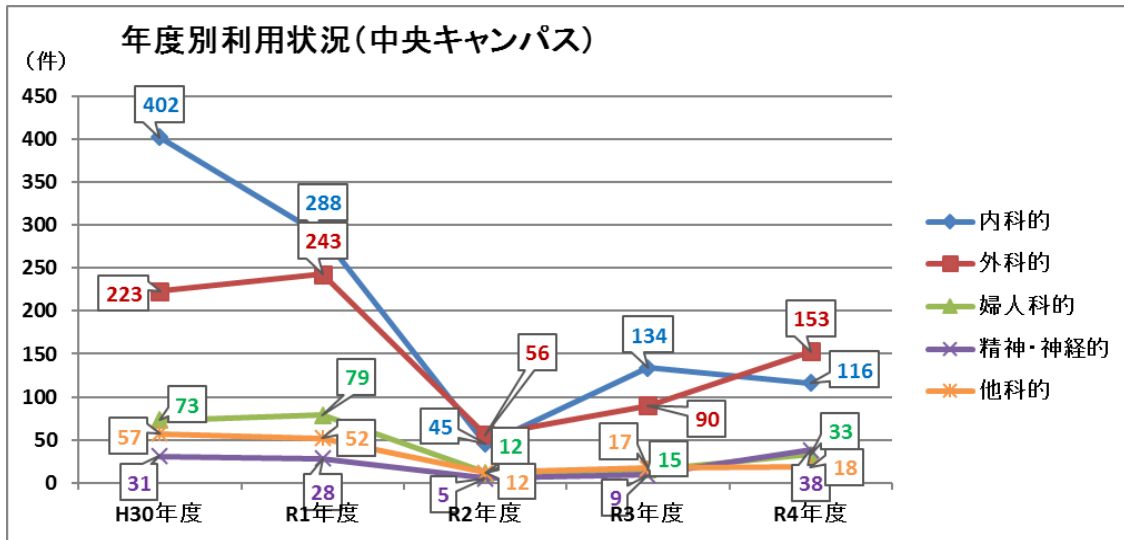
BMI と血圧の関係については、低体重傾向の学生では低血圧は51人(2.7%)でした。肥満傾向の学生では高値血圧は54人(9.4%)と、高血圧の占める割合が高くなっています。高値血圧は心疾患や脳の疾患を発症するリスクがあるため、食習慣や運動習慣に気を付け、規則正しい生活を心がけることが予防につながります。



2、健康サポートセンターの利用状況について

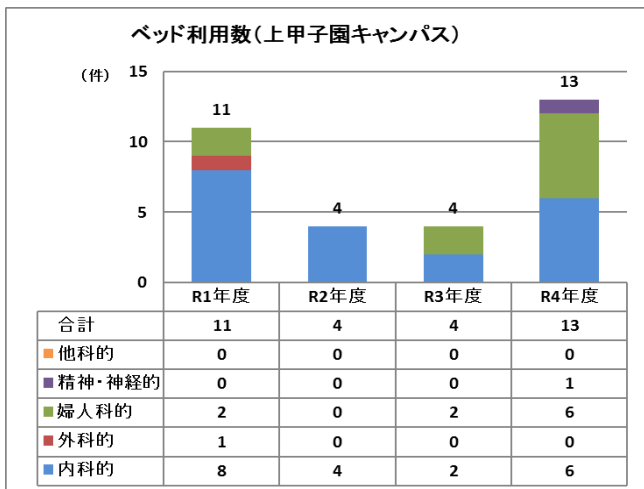
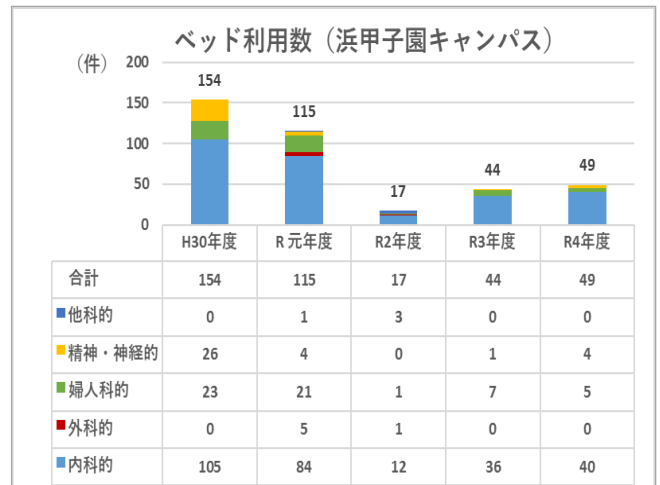
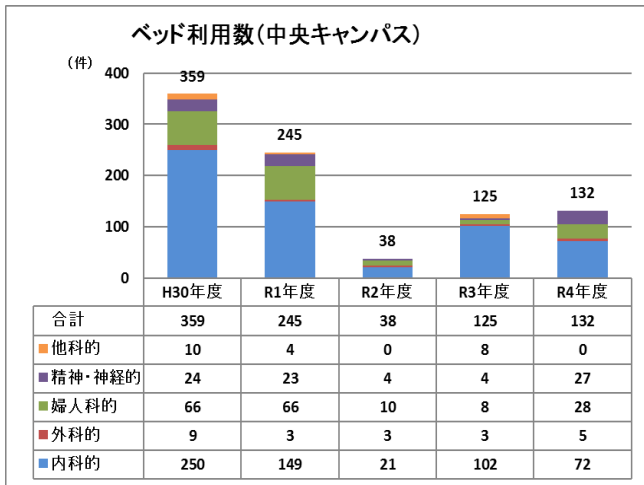
例年、内科系(腹痛、頭痛、発熱など)、外科系(擦り傷、打撲、熱傷などの怪我)の利用が多く、ベッドでの静養利用としては、内科、婦人科が多いです。
令和2年度・令和3年度は、新型コロナウイルス感染症が世界的に流行となり、緊急事態宣言や感染拡大防止措置の登学制限により、利用人数が大幅に減少しました

<各キャンパスにおける過去5年間の診療科別利用状況>

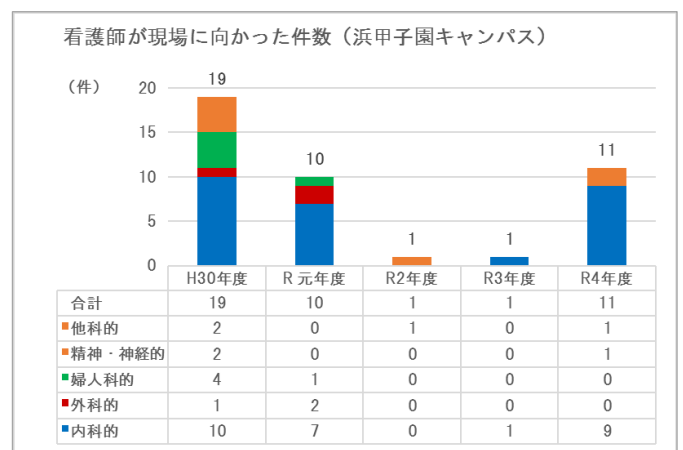
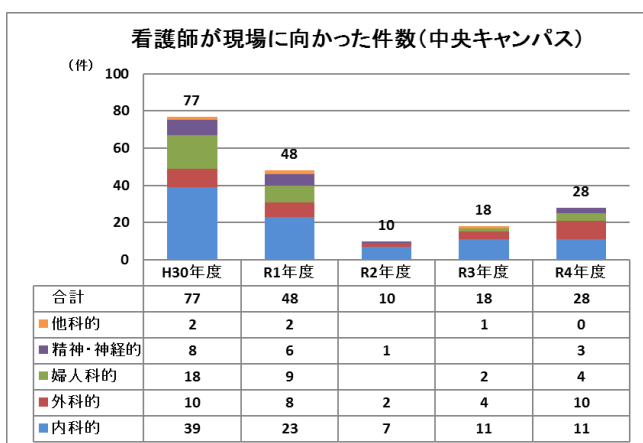


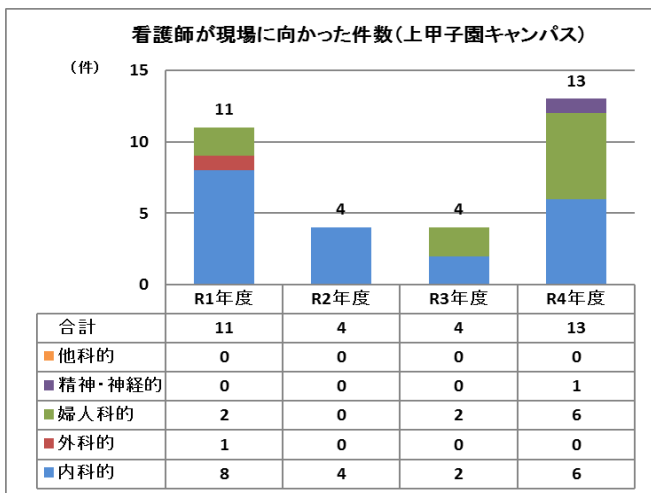
※ 学生定期健康診断後の再測定、保健指導、InBody 測定などの利用数除く

※ <各キャンパスにおけるベッド利用数>



※ <看護師が現場に向かった件数>





3. 内服薬・外用薬の提供について

健康サポートセンターでは、法律上、医薬品の提供ができません。腹痛や持病のある方は鎮痛剤などを常時持ち歩く習慣をつけるようにして下さい。目薬、シップ、かゆみ止め等の外用薬も同様に提供ができません。

XI 感染症への対策

感染症について

1、大学において予防すべき感染症であると判断された場合について

感染症のなかで特に感染力の高い感染症については、学校保健安全法で『学校において予防すべき感染症』とし、大学では出席停止期間が定められています。集団感染予防のため、必ず健康サポートセンターへ連絡してください。感染症の症状などについて質問がある場合もお問い合わせください。

＜大学において予防すべき感染症(学校保健安全法施行規則第 18 条・第 19 条)＞

び 分 特 類 徴 及	該当する病名	出席停止の期間
第 一 種 感 染 症	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群(病原体がベータコロナウィルス属 SARS コロナウィルスであるものに限る)、中東呼吸器症候群 (病原体がベータコロナウィルス属 MERS コロナウィルスであるものに限る) 及び特定鳥インフルエンザ	治癒するまで
	上記の他、感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律に規定するインフルエンザ等感染症※指定感染症及び新感染症	
	【第一種感染症に罹患した場合は、健康サポートセンターへ連絡してください】	
第 二 種 感 染 症	インフルエンザ (特定鳥インフルエンザ及び新型インフルエンザ等感染症を除く)	発症した後 (発熱の翌日を 1 日目として) 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消失するまで、又は 5 日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹 (はしか)	解熱後 3 日を経過するまで
	流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後 5 日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
	風疹 (三日はしか)	発しんが消失するまで
	水痘 (水ぼうそう)	すべての発しんが痂皮化するまで
	咽頭結膜炎 (プール熱)	主要症状が消退した後 2 日を経過するまで
	結核、髄膜炎菌性髄膜炎	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで

分類および特徴 [□]	該当する病名 [□]	出席停止の期間 [□]
第三種感染症 [□]	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症 [□]	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで [□]

参考文献

学校保健安全法施行規則

2、新型コロナウイルス感染症について

① 新型コロナウイルス感染症に対する予防策

- 登学前に体温を確認し、当日の体調とともに記録しましょう。
発熱（目安として 37.5℃以上）や、空咳等の風邪症状、倦怠感、味覚・嗅覚障害等の症状がある場合には決して無理をせず登校や外出を見合わせましょう。
- 体調が悪い場合（目安として 37.5℃以上の発熱、咳が出る等）は、自宅療養に努めましょう。
症状の出ない方や症状の軽い方が無意識のうちにウイルスを拡散させることが懸念されています。知らないうちに他の方に感染させることをなくすため、人と接触する機会を極力減らす必要があります。
- 外出後は手洗い、うがいをしましょう
手洗いは、手指などの身体に付着したウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、うがいは口の中を清浄にします。両者とも感染症予防の基本です。外出後の手洗い、うがいは一般的な感染症の予防のためにもお勧めします。
- 適度な湿度を保ちましょう
空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、感染症にかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、十分な湿度（50～60％）を保つことも効果的です。

② 新型コロナウイルス感染症の報告について

- 新型コロナウイルス感染症の情報を随時ホームページに掲載しています。
- 新型コロナウイルスに関する健康相談、登学・就学に関する不安は健康サポートセンター、学生相談室にいつでもご相談ください。
- 都道府県によっては、新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口を開設している自治体もあります。ご参考ください。

「兵庫県精神保健福祉センター『新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアについて』」

<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf21/covit19.html>

3、結核について

近年では高齢化に伴い70歳以上の結核発病者が7割以上を占めています。しかしながら若い世代には結核に対する免疫力が低い方が多く、不規則な生活や無理なダイエットなどで免疫力が落ちていと気に感染すると結核を発病しやすくなるためです。

結核の正しい知識を持ち、予防と早期発見を心がけましょう。

①結核の予防のために

毎年胸部X線検査を受けましょう

栄養と休養を上手にとり、免疫力を低下させない体づくりを心がけましょう。

②もしかして結核？と思ったら

結核の症状は風邪の症状とよく似ています。

2週間以上の咳が続く、痰がでる、痰に血が混じる、体がだるい、微熱が続く、体重が減ったなど、気になる症状があれば早めに医療機関を受診しましょう。

大学では毎年、胸部X線検査を実施しています。健康診断は必ずうけましょう。

参考：西宮市保健所

<https://www.nishi.or.jp/kenko/hokenjojoho/kansensho/kekkaku/aboutkekkaku.html>

4、ノロウイルスについて

①特徴

ウイルス性胃腸炎を引き起こすウイルスの一属です。ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生しますが、特に冬季に流行する傾向があります。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどでは重症化することがあります。

②感染経路

- (1) 患者の便中のノロウイルスが、下水から河川を経て海に運ばれます。カキ等の二枚貝がプランクトンを食べるときに一緒にウイルスを取り込むため、内臓にウイルスが蓄積された貝を、十分に加熱しないで食べると感染します。
- (2) ノロウイルスに感染した人が、十分に手洗いを行わずウイルスが手指についたまま調理をすると、食品が汚染され、その食品を食べた人が感染します。
- (3) ノロウイルスに感染した人の便や嘔吐物を処理した後、手指にウイルスがついていると、口から取り込まれて感染する場合があります。さらにトイレの便座、ドアノブ、手すりなどを介しての感染もあり、時間が経っても汚染された床や手袋などには、感染力のあるウイルスが残っている可能性もあります。また、ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に舞い、これが口に入って感染する可能性があります。

③感染したときの症状

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主な症状は突然おこる嘔気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は37.0～38.0℃と軽度です。通常3日以内に回復しますが、ウイルスは感染後1週間程度便中に排泄されます。また、感染しても症状が出ない人もいますが、便にはウイルスが排出されています。

④予防・感染拡大防止

感染拡大を防止するためには、感染経路の遮断を確実に行う必要があります。ノロウイルス感染症の症状や感染経路、消毒薬の特徴を考慮し適切な予防策を行いましょう。

<嘔吐物・便の処理>

処理する人は二次感染を受けないように十分注意するとともに、周囲への汚染拡大を防ぐため迅速、確実に行う必要があります。

- (1) 必要な物品は、所定の場所にそろえておく。
- (2) 処理する際に感染しないよう、正しい方法で処理を行う。
- (3) 汚染を広げないように、作業の片付けまで手順に従って正確に行う。
- (4) 嘔吐物・便を処理した後48時間は、感染の有無に注意する。

※注意

時間が経っても嘔吐物や便に汚染された床や手袋などには、感染力のあるウイルスが残っている可能性があります。これら感染源となるものは必ず処理をしましょう。

ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に漂い、これが口に入って感染することがあるので、嘔吐物や便は乾燥しないうちに床等に残らないよう速やかに処理し、処理した後はウイルスが屋外に出て行くよう空気の流れに注意しながら十分に喚気を行うことが感染防止に重要です。

<手洗い>

ノロウイルスの感染力は強いため、感染機会があるたびに正確な手洗いを行う。

(1) 手を洗うタイミング

- ・ トイレで排泄をした後 ・嘔吐物の処理をした後
- ・ 食事をする前 ・外出後

(2) 方法

- ・せっけんと流水で丁寧に洗う
- ・清潔なタオルなどで十分拭き取って乾かす

(3) 注意点

- ・手洗い後の手拭用タオルは共用しない

(ペーパータオル、1回ごとに交換するハンドタオル、個人タオルを利用する。)

・汚れが残りやすいところ（指先・指の間・親指の周り・手首・手のしわ）を意識して洗い残さないように気を付ける。

※アルコールはノロウイルスへの効果が十分でないため、手洗いに代用される擦式消毒は行わない。

⑤発症者への対応

<発症者の隔離>

(1) 他者との接触を避ける

他者との距離が取れるベッドに誘導し、カーテンで仕切りをする。

(2) 二次感染予防に努める

観察・対症療法を行うとき、汚染物（排泄物・分泌物）の取り扱いに十分注意する。

(3) 発症者の状態を把握し、脱水に注意する

嘔吐・下痢が続き口から水分が十分に取れない場合、発熱症状がある場合は医療機関の受診が必要となる。

(4) 脱水に注意する

・嘔吐や下痢が続く場合は、脱水を起こしやすい。口から水分が十分に取れない場合は、医療機関の受診を促し、必要時病院受診に付き添う。

・嘔吐が治まったら少しずつ水分を飲ませる

<引用・参考文献>

ノロウイルス感染予防対策（長野県）

高知県ノロ対策マニュアル

ノロウイルス対応標準マニュアル（兵庫県）

XII クリニック

健康サポートセンター内（マルチメディア館1階）にあるクリニック（武庫川女子大学クリニック）では、一般の医療機関と同様に保険医療機関の指定を受けており、保険診療を行っています。学生及び教職員（本人のみでその家族等は不可）は体調不良時やけがをしたときに医師による診療（診察、内服薬や外用薬の処方、他院への紹介等）を受けることができます。また、海外渡航前や、学外実習前、就職活動等に必要な各種抗体検査や予防接種の実施、健康診断等の自費診療も行っています。診療は緊急時以外、予約制になっています。できるだけ前日までに予約をしてからお越しください。

また受診の際は必ず健康保険証をご持参ください。開院日時は学期ごとに変更になる場合もありますので、学内掲示やホームページでご確認してください。

1、2023年度前期診療時間 ※先生方の授業や出張等により、休診、時間変更になる場合があります。

診療科	曜日	時間	担当医師
内科	火	12:30～13:30	倭 英司医師
整形外科	水	12:00～13:00	鳥塚 之嘉医師

2、診療に関する問い合わせ

- ・月曜日～金曜日 9:00～17:00
- ・健康サポートセンター 0798-45-3545 （内線 6311、6312）



3、診療科

(1) 内科

①保険診療

- ・一般内科
- ・職員健診・学生健診による精密検査（検査項目によってはできないものもあります。）

②自費診療

- ・各種予防接種（料金はワクチンの種類によって異なりますのでクリニックにお問い合わせください。）
- ・各種抗体検査（料金は検査項目によって異なりますのでクリニックにお問い合わせください。）
- ・健康診断（海外渡航前、実習前、就職活動用など。料金は項目によって異なりますのでクリニックにお問い合わせください。）
- ・証明書の発行（予防接種実施証明書）

入学時に提出する「麻しんと風しんの抗体検査・予防接種実施証明書」について、クリニックで発行することが可能です。クリニックにて予約し、「抗体検査結果」や「母子健康手帳などワクチン接種歴が証明できるもの」等を持参してください。

・証明書の発行

薬剤師、看護師、保健師免許申請に係わる診断書の発行をします。

国家試験ガイダンス日に担当の先生より説明がありますので、詳細を確認してください。

(2) 整形外科

- ・一般整形外科

※リハビリテーション科は併設しておりません。

※当院には医療用画像診断撮影装置（レントゲン、CT、MRI など）がないため、医師が画像診断を必要と判断した際は、他の医療機関への紹介を行っています。

4、その他

毎年10月中旬～12月にかけて季節性インフルエンザの予防接種を実施しています。

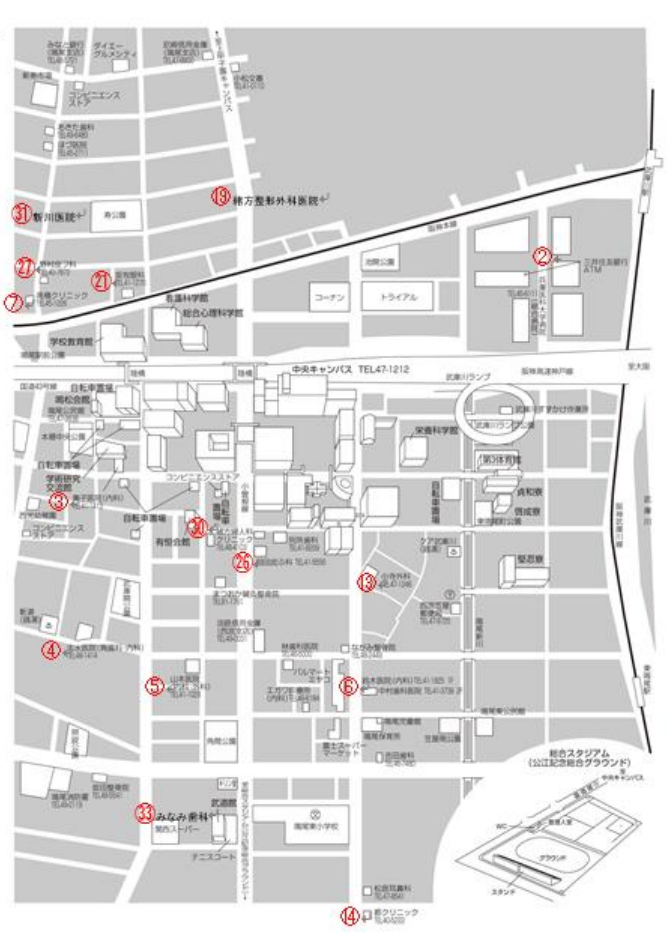
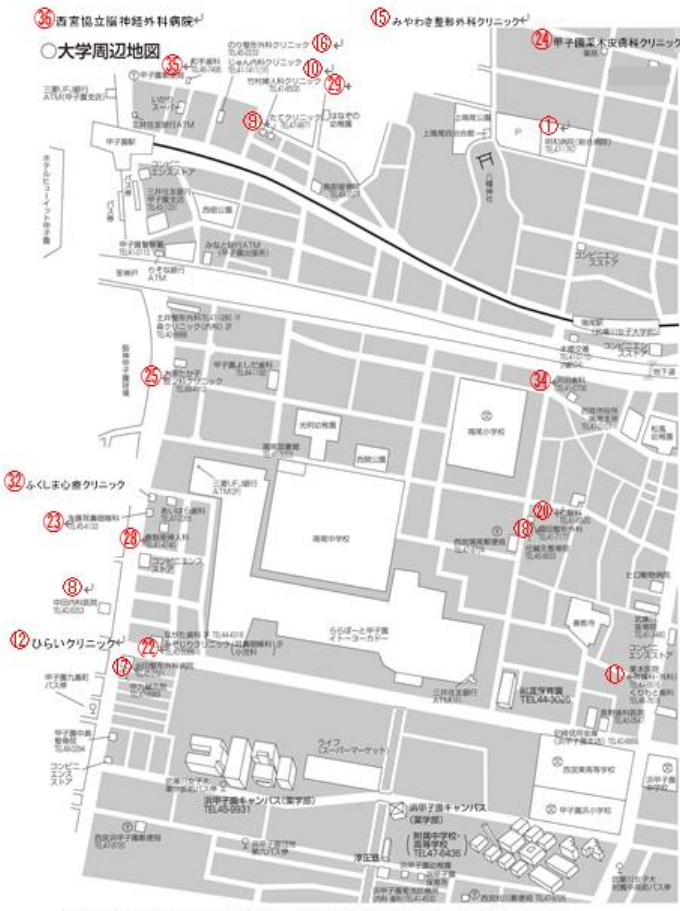
予防接種の日程や予約方法に関しては、info@MUSESにてお知らせします。

中央キャンパス・浜甲子園キャンパス近隣医療機関一覧

2022年10月現在

	地図 番号	医療機関名	住 所	電話番号 (0798)	診察時間		月	火	水	木	金	土	日・ 祝	備考
					午前	午後								
総合病院	①	明和病院	西宮市上鳴尾町4-31	47-1767	午前	(受付) 8:30~11:30 (診察) 9:00~	○	○	○	○	○	○	●	●救急外来 (ER)あり ※紹介状 (診療情報提供書) が ない場合は、「選定療養費」とし て、初診料とは別に2,200円の自己 負担あり
					午後	(受付) 11:30~15:00 (診察) 13:00~	○	○	○	○	○	●	●	
	②	兵庫医科大学病院	西宮市武庫川町1-1	45-6111	午前	9:00~ (受付は8:30~11:00)	○	○	○	○	○	●	休	●第2・4・5土曜休診 ※紹介状 (診療情報提供書) が ない場合は、「選定療養費」として 初診11,000円、再診3,300円の自己 負担あり
					午後	予約のみ	/	/	/	/	/	休	休	
内科	③	兼子医院 (内科・消化器内科)	西宮市鳴尾町1-10-14	41-1413	午前	9:00~12:00	○	休	●	休	休	○	休	●水曜 9:00~15:00
					午後	16:30~19:00	○	○	休	休	休	休		
	④	志水医院 (胃腸科・内科)	西宮市鳴尾町2-9-10	48-1414	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	18:30~20:30	○	○	休	○	休	休		
	⑤	山本医院 (胃腸・肛門科)	西宮市鳴尾町2-19-6	41-1029	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休	
					午後	17:00~19:30	○	○	○	休	休	休		
	⑥	鈴木医院 (内科・小児科)	西宮市笠屋町17-40	41-1925	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	16:30~19:30	○	○	○	休	休	休		
⑦	高橋クリニック (内科・麻酔科)	西宮市里中町3-11-11-101	45-1226	午前	9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	休		
				午後	15:30~19:00	○	○	○	休	休	休			
⑧	中田内科医院 (消化器・肝疾患)	西宮市甲子園25番18号	40-5053	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休	電話・WEB予約可	
				午後	16:00~19:00	○	○	○	休	休	休			
⑨	たてクリニック (消化器内科・感染症内 科)	西宮市甲子園六番町19-4	47-9971	午前	8:00~11:30	○	休	○	○	○	○	○		
				午後	16:00~19:00	○	休	○	○	休	休			
⑩	じゅん内科クリニック (内科・循環器科)	西宮市甲子園六番町18-16	41-1411	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	女医	
				午後	16:30~19:00	○	○	休	○	休	休			
内科 ・ 外科	⑪	栗本医院 (消化器内科・外科)	西宮市鳴尾町2-26-27	47-5515	午前	9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	16:00~19:00	○	○	○	休	休	休		
	⑫	ひらいクリニック (循環器科・呼吸器科 ・外科)	西宮市南甲子園1-1-1	41-1456	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	休	○	●日・祝日午後診察あり (13:00~16:00)
					午後	16:30~19:30	○	○	○	○	休	休	●	
外科	⑬	小寺外科	西宮市笠屋町9-22	47-1246	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	16:00~19:00	○	○	○	休	休	休		
	⑭	都クリニック	西宮市上田中町17-26	40-5222	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	16:00~19:00	○	○	○	○	休	休		
整形外科	⑮	みやわき整形外科クリニック	西宮市甲子園四番町3-7	41-7200	午前	9:00~12:00	○	○	休	○	○	○	休	●土曜午後 14:00~17:00 ※オープンMRIあり
					午後	16:00~19:00	○	○	休	○	●	休		
	⑯	のり整形外科クリニック	西宮市甲子園六番町18-16	45-2233	午前	9:00~12:30	○	○	休	○	○	○	休	
					午後	16:00~19:00	○	○	休	○	休	休		
	⑰	永田整形外科	西宮市甲子園九番町2-25	45-2321	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	▲水曜午後診 (第2週) 14:00~16:00 (第4週) 15:00~17:00 ●金曜午後 (ペインクリニック) 14:00~16:00 △土曜午後・夜診 12:00~18:00
午後					14:00~16:00□ 夜診 17:00~19:30	○	○	▲	○	●	休	△	休	
⑱	福田整形外科	西宮市鳴尾町4-1-32	41-7177	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休		
				午後	16:00~19:00	○	○	○	○	○	休	休		
⑲	緒方整形外科医院	西宮市里中町1-7-16	40-6058	午前	9:00~12:00	○	○	休	○	○	○	休		
				午後	17:00~19:30	○	○	休	○	○	休	休		

	地図 番号	医療機関名	住所	電話番号 (0798)	診察時間		月	火	水	木	金	土	日・ 祝	備考
					午前	午後								
眼科	㉔	仁眼科	西宮市鳴尾町3-16-16	41-6520	午前	9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	16:00~18:00	○	○	○	休	○	休	休	
	㉕	坂牧眼科	西宮市里中町2-8-12	41-1270	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	女医
					午後	16:00~19:00	○	休	○	休	○	休	休	
耳鼻科	㉖	みぞじりクリニック	西宮市甲子園八番町6-15	40-5065	午前	9:30~12:30	○	○	○	休	○	○	休	・再診のみ電話・WEB予約可 (050-5577-3490)
					午後	15:30~18:30	○	○	○	休	○	休	休	
	㉗	友藤耳鼻咽喉科	西宮市甲子園八番町2-24	45-4133	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	・電話予約可(初、再診) ・WEB予約(再診のみ)
					午後	16:00~19:00	○	○	○	○	○	休	休	
皮膚科	㉘	甲子園栗木皮膚科 クリニック	西宮市上鳴尾町1-8-101	46-5612	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	●	休	▲木曜午後17:00~19:00 ●土曜午前9:00~13:00
					午後	16:00~19:00	○	○	○	▲	○	休	休	
	㉙	木原たか子クリニック	西宮市甲子園七番町19-13	49-4112	午前	9:00~12:00	○	○	○	●	○	○	休	女医 ●レーザー治療日(予約制)
					午後	16:00~19:00	○	●	○	休	休	休		
㉚	羽田皮膚科	西宮市笠屋町8-35	41-5556	午前	9:30~12:30	○	○	○	休	○	○	休	・電話自動受付あり (050-5306-3454) ・WEB受付あり	
				午後	15:30~18:00	○	休	○	休	○	休	休		
㉛	野村皮膚科	西宮市里中町2-9-23	40-7872	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休		
				午後	16:00~19:30	○	○	○	休	○	休	休		
婦人科	㉜	堀産婦人科	西宮市甲子園八番町2-16	41-4740	午前	9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	17:00~19:00	○	○	○	○	○	休	休	
	㉝	竹村婦人科クリニック	西宮市甲子園六番町19-3	41-6500	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休	・女医 ・WEB予約あり
午後					15:30~18:00	○	○	○	休	○	休	休		
㉞	緒方産婦人科クリニック	西宮市笠屋町7-1	48-4103	午前	10:30~12:30	○	○	○	○	○	○	休		
				午後	16:30~19:00	○	休	○	休	○	休	休		
心療科	㉟	新川医院	西宮市里中町3-10-7	40-0251	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休	●水曜午後17:00~19:30
					午後	15:00~18:00	○	○	●	休	○	休	休	
㊱	㊲	ふくしま心療クリニック	西宮市甲子園八番町2-13シゲビル302	44-3815	午前	9:30~12:30	○	○	○	休	○	○	休	
					午後	15:00~18:00	○	○	○	休	○	休	休	
歯科	㊳	みなみ歯科	西宮市上田西町2-36-2F (関西スパ-2F)	47-8111	午前	10:00~13:00	○	○	○	休	○	○	休	●土曜午後 14:30~17:00
					午後	14:30~19:00	○	○	○	休	○	●	休	
	㊴	浜田歯科	西宮市鳴尾町3-6-24	41-0706	午前	9:30~12:00	○	○	○	休	○	○	休	
午後					15:00~19:00	○	○	○	休	○	○	休		
㊵	和手歯科	西宮市甲子園六番町14-26-1F	46-7495	午前	9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	休		
				午後	15:00~19:30	○	○	○	○	○	休	休		
脳神経外科	㊶	西宮協立脳神経外科病院	西宮市今津山中町11-1	33-2211	午前	(受付) 8:15~11:30 (診察) 9:00~12:00	○	○	○	○	○	休	休	かかりつけ医療機関からの紹介状 がある場合のみ、初診受付予約 可。
午後	(受付) 13:00~16:30 (診察) 14:00~17:00	○	○	○	○	○	休	休						



上甲子園キャンパス近隣医療機関一覧

	地図 番号	医療機関名	住 所	電話番号 (0798)	診察時間		月	火	水	木	金	土	日・ 祝	備考
					午前	午後								
内科	③⑦	国夫新生クリニック (消化器・循環器科)	西宮市甲子園口2-15-14	67-1574	午前	9:00~12:00	○	○	○	休	○	○	休	
					午後	17:00~19:00	○	○	○	休	○	休		
内科	③⑧	西本クリニック (内科・アレルギー科・漢方)	西宮市甲子園口2-8-31	65-5111	午前	9:00~12:30	○	○	休	○	○	▲	休	●月・金午後 14:30~17:00 △火・木午後 15:30~18:30 ▲土診察 9:00~13:30
					午後	備考欄参照	●	△	休	△	●	休		
内科 ・外科	③⑨	三浦医院 (胃腸科・外科)	西宮市甲子園口2-1-31	66-0948	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	17:00~19:30	○	○	休	休	○	休		
整形外科	④⑩	サンクリニック	西宮市甲子園口3丁目3-33	65-3600	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	●	休	●土曜午前9:00~12:00
					午後	16:00~19:30	○	○	○	○	○	休		
眼科	④①	山縣眼科医院	西宮市上甲子園一丁目4-11	41-1526	午前	8:30~11:30	○	○	○	休	○	○	休	
					午後	15:30~18:30	○	○	○	休	○	休		
眼科	④②	甲子園口 大久保眼科	西宮市甲子園口3-9-10	66-8111	午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休	
					午後	15:00~18:00	○	○	○	○	○	休		
耳鼻科	④③	福武医院	西宮市甲子園口2-25-34	66-1817	午前	8:30~12:30	○	○	○	休	○	○	休	●手術日
					午後	15:30~19:30	○	●	○	休	○	休		
皮膚科	④④	広田皮膚科	西宮市甲子園口3-3-18-2F	63-6169	午前	9:30~12:30	○	○	○	休	○	○	休	●火曜午後 予約のみ 女医
					午後	16:00~19:00	○	●	○	休	○	休		
歯科	④⑤	いのうえ歯科医院	西宮市甲子園口2丁目15-34	67-1882	午前	9:00~11:30	○	○	休	●	○	○	休	・WEB受付あり ●木曜午前 9:30~12:00 午後 15:00~19:00 △土曜午後 14:00~16:30
					午後	13:30~17:30	○	○	休	●	○	△	休	
心療科	④⑥	高木クリニック (心療内科・神経内科)	西宮市甲子園口2丁目1-24	66-0601	午前	9:00~12:00	休	○	○	休	○	○	休	初診受付は60分前まで
					午後	16:00~19:00	休	○	○	休	○	休		

