

## 不審な電話にご注意ください!

最近、広島国際大学の職員と偽って保護者などの自宅に電話をかけ、学生個人の携帯電話番号・下宿先住所等の個人情報を聞き出す不審な電話が数件あったとの情報が寄せられました。ご存知のとおり、広島国際大学では入学時に「現住所等登録票」を提出いただいております。在学時に住所変更等があった場合にも「現住所等登録票」を提出するようお願いしていますので、電話で住所等を聞くといった行為は行っていません。個人情報悪用されないためにも、むやみに教えないようお願いいたします。また、このような連絡があった場合は、相手の氏名・所属・連絡先等を聞き、下記窓口までお知らせください。



### 担当窓口

東広島キャンパス	学生課	0823-70-4536
呉キャンパス	学務課	0823-73-8351

## 血管年齢測定器導入!!

あなたの血管老化と肥満度が測定できます!

学生と教職員の健康増進のために、広島国際大学後援会より血管年齢及び肥満度を測定することができる「血管老化度測定器」を両キャンパスの保健室に設置いただきました。

指を入れるだけで簡単に血管年齢を測定でき、既存の体脂肪計や自動血圧計とあわせ、健康の自己チェックに大変役立つ優れたものです。

測定結果から食生活や生活行動を改善することにより、心筋梗塞や狭心症、脳梗塞や閉塞性動脈硬化症などの予防ができます。健康の自己管理としてぜひご利用ください。

まずは、測定してみませんか?



### メタボリックシンドロームって??

「肥満」「血圧高値」「高脂血」「高血糖」といった危険因子をあわせもつ状態をメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)といいます。

この因子は動脈硬化を促進させ、心筋梗塞や脳梗塞といった命にかかわる疾患へつながる恐れがありますが、早期の生活面での改善で充分予防できます。

## 世界 AIDS・DAY を ご存知ですか?

世界的レベルでの HIV 感染防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、WHO(世界保健機関)は、1988年に12月1日を世界エイズデーと定め、エイズに関する啓発活動等の実施を提唱しました。

保健室では毎年、こころとからだの健康教室の一環として、世界エイズデーの取り組みを行っています。勉強会で HIV 感染症の正しい知識と理解を深め、エイズデー当日には、学内・外でレッドリボンやパンフレットを配布して、啓発活動を行います。恒例の行事として観ていた方も、今年は一緒にこの活動に参加してみませんか。レッドリボンは AIDS に対する理解と支援の象徴です。この意味を知り、レッドリボンを身につけることによって、一人でも多くの人に活動の輪を広めましょう。そして、HIV 感染症についてみんなで考えましょう。

(申込み/問い合わせは保健室まで)



## 感染症は平素からの注意や 自己管理と早期の治療そして ワクチンで予防できます!!

今年は麻疹、発熱を伴う風邪、下痢を伴う胃腸炎など感染する疾患による相談が多く、授業の関係でなかなか受診できず苦しんだ学生を見てきました。本学では、麻疹は数名の単発発生で、休校を防ぐことができました。

大学で集団感染する要因は、教室内に学生数が多いこと 同一教室に長時間(90分)在室すること 体調が悪くても無理して授業を受けること なかなか病院受診しないこと(早めの対応をしない人が多い)などが挙げられます。

本学において、学内の感染拡大を阻止することができたのは、早期からの麻疹情報入手や予防啓発に加え、教員による発熱者や体調不良者への積極的指導と保健室への誘導など連携が取れたこと、また、罹患学生は保護者の看護のもと回復に向かうなど学生・保護者・教職員の協力が得られたことなど、危機感を持った対応の成果と考えられます。

これから国家試験や就職活動と追い込みの時期です。ちょっとした不注意が感染拡大につながりますので、次のことを必ず守って予防しましょう。

- ・常備薬は必ず持つ(風邪、胃腸薬解熱剤、解熱剤など)。
- ・手洗い、うがいはこまめに行う。
- ・発熱が続けば病院へ。
- ・麻疹やインフルエンザなどはワクチンを積極的に受ける。
- ・咳にはマスクを装着し、自己管理と周囲への感染に配慮する。

麻疹は来年も流行することが予測されていますので、ワクチンの接種をお勧めします。

