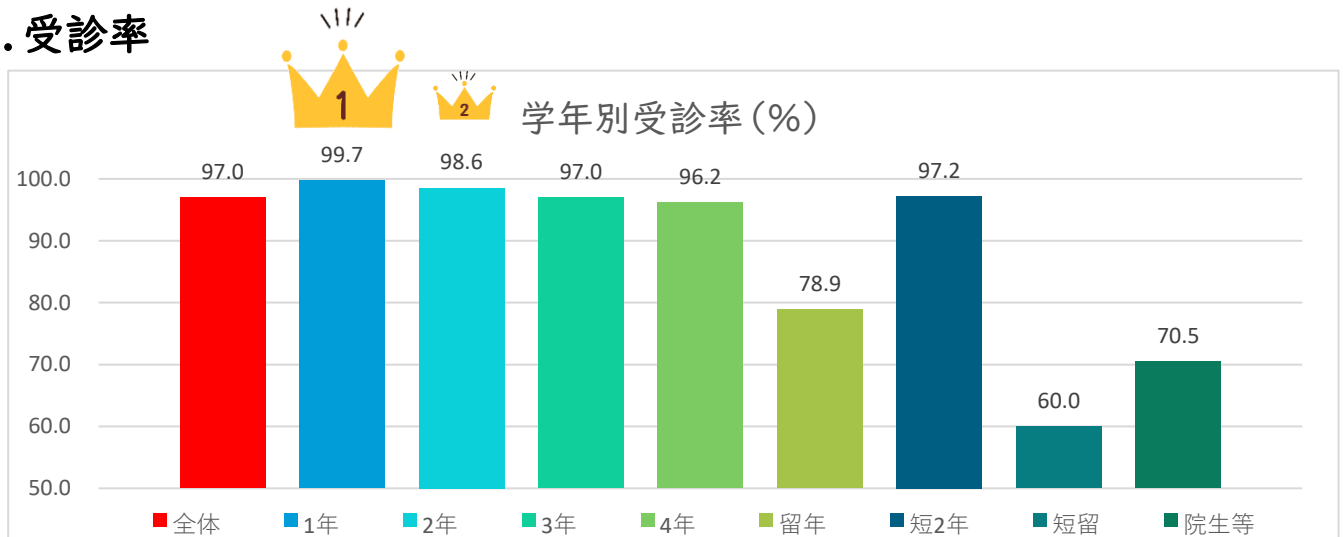


2025年度 健康ステップアップ～毎年4月に健診を受けよう～ 健診結果発表！

2026年1月 第107号 北星学園大学 北星学園大学短期大学部 医務室

みなさん、定期試験お疲れ様でした。長い春休みが始まりますね。ゆっくり体を休めて良い時間を過ごしてください。今回は今年度の健診結果を振り返ります。

1. 受診率

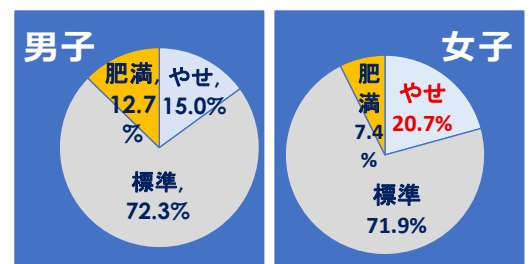


大学1年生は受診率99.7%、ほとんどの人が受診しました。素晴らしいです！👍

定期健康診断は、毎年必ず受診が必要です。卒業年次になると就活で健康診断証明書が必要になる方もいます。次の健診(次ページ下参照)は全員が受けられるよう早めに日程を確認し、調整してください。

2. 身長、体重、肥満度

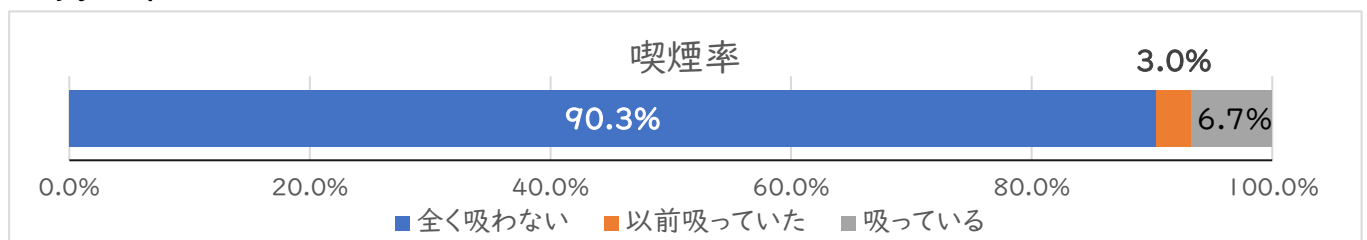
平均値	身長	体重	BMI (体格指数)
男子	171.4cm	63.5 kg	21.6
女子	158.4cm	51.9 kg	20.7



男子は約10人に1人が肥満、女子は5人に1人がやせです。

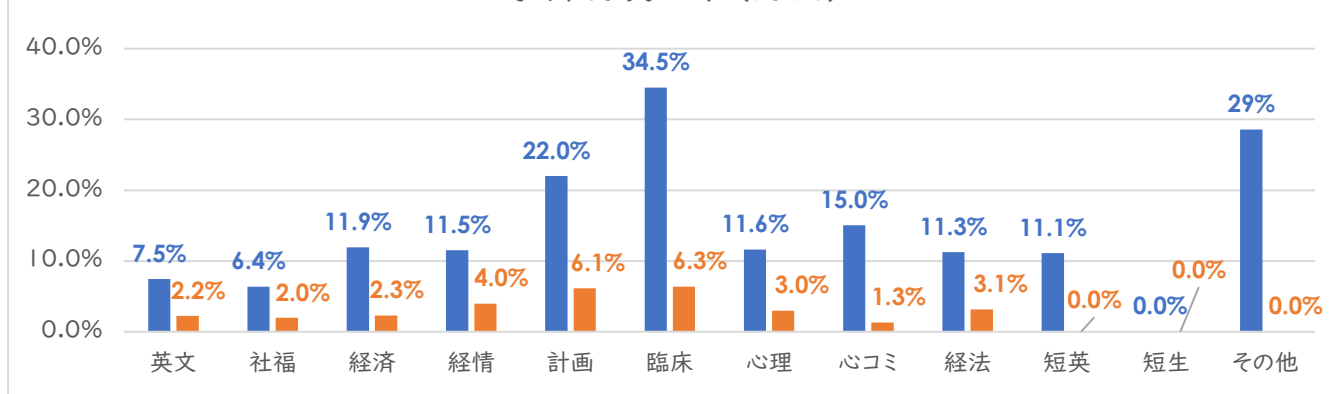
体重が多い場合は糖尿病や高血圧などのリスクが高まります。逆に少な過ぎると月経異常や骨粗しょう症、貧血などが心配されます。適正体重を維持できるように食事や運動習慣を見直してみませんか。

3. 喫煙率



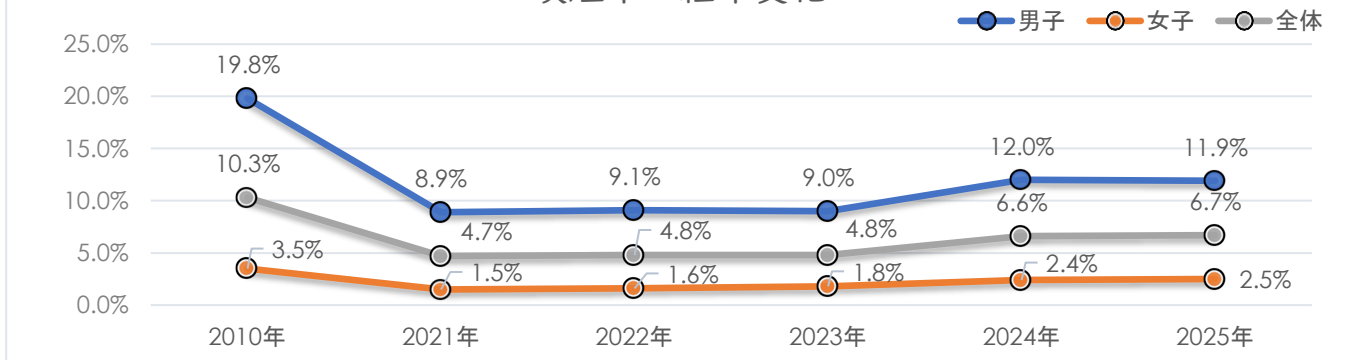
20歳未満の学生が半数を占めるため喫煙率は6.7%ほどです。しかし学年が上がるごとに上昇し、大学4年生は16.6% (去年より3.5%も上昇!!)。20歳を過ぎても「吸わない」選択しませんか？

学科別喫煙率（男女）



学科別では4年生（20歳）以上しか在籍しない福祉計画と福祉臨床、院生等の喫煙率が高いです。

喫煙率の経年変化



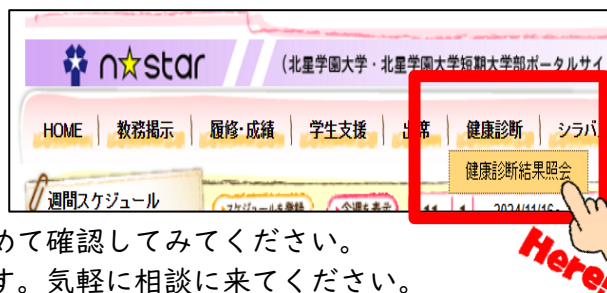
「吸えない環境が喫煙者を減らす」と言われています。2010年の敷地内全面禁煙開始から喫煙率は徐々に低下していましたが、卒煙スポットを設置した2024年度は増加に転じ今年度も減りませんでした。

4. 最後に

健康診断結果はポータルサイトで確認できます。過去の結果と比較することもできます。

再検査が必要な場合、健診データが心配な場合は医務室からメッセージを送っています。見逃していないか改めて確認してみてください。

健康診断結果や体調に関する相談は春休み中も可能です。気軽に相談に来てください。



【医務室の予定】

開室時間を短縮します

《開室時間》 8:45～17:00（土日・祝日を除く）

《短縮期間》 1月28日（水）～3月31日（火）

2026年4月2日（木）、8日（水）、9日（木）

詳細は、2月下旬ごろから「[健康診断のお知らせ](#)」で公開します。

ポータルサイトでもお知らせしますので、お見逃しなく!!



健康診断のお知らせ



【お問合せ】 医務室 A館1階 代表 (011) 891-2731 受付時間 8:45～17:00（土日・祝日を除く）