

# 駒の館だより

明治国際医療大学図書館報

第31号

平成24年6月1日 発行

明治国際医療大学附属図書館

〒629-0392 京都府南丹市日吉町

TEL 0771-72-1181(代)

## 目次

### 巻頭随筆

『図書館の新たな歩み』

樋口敏宏

### 自著を語る

『臨床現場における経皮的神経電気  
刺激療法』—TENSによる40疾患への応用—

中山登稔

『よくわかる痛み・鎮痛の基本としくみ』

伊藤和憲

『和訳審視瑤函』(巻上)

斎藤宗則

### 私のお薦めの一冊

『沈黙の春』ふたたび

都築英明

『標準整形外科学』(第11版)

池内隆治

『名画読本』—鑑賞のポイントはどこか—

石崎直人

『私のお薦めの一冊』

浅野敏朗

『自分デザイン・ブック I』

～willから始まる大学生活～

田口大輔

東野圭吾の「毒笑小説」の中より

『誘拐天国』を読んで

藤井雅己

### 随筆

『図書館の昔と今』

梅田雅宏

『一冊105円』

山本明弘

『無題』

市川哲

『アタマのぜいたく』

北村雄児

### 第一回読書感想文コンクール応募作品

『最優秀賞』

梅村勇介

『優秀賞』

谷田保啓

『優秀賞』

宮永健一

# 「図書館の新たな歩み」

附属図書館長 樋口敏宏

図書館についての私の最初の記憶は、小学校の図書館の黄昏どきの薄暗い光、オイル拭きの床のにおいと児童用の「義経記」の背表紙です。小さな部屋でしたが心休まる空間でした。中学高校の図書館は明るくひろびろとしていて、様々な種類の本があって、試験前に勉強をしに図書館に行っても芥川龍之介の小説など他の本を読んでしまったものです。大学ではまだ立て直される前の、古い小さな部屋でしたから文献のコピーに通ったぐらいの思い出しかありません。10年位前から公立図書館を利用するようになりました。これまで吹田市、亀岡市、南丹市の図書館を利用してきましたが、同じ市でも図書館によってその所蔵図書の種類が違ってくるのが面白く感じます。図書館に行くことで多くの集積された「知」に接して居るという喜びを感じます。本学図書館には東洋医学、鍼灸学の分野において貴重な書籍も多く、30年以上の間に蒐集された膨大な「知」の集積があります。このような他に追随を許さない伝統を基盤として、図書館も新たな歩みを進めてゆかないといけないと考えています。平成23年度は国立情報学研究所の図書雑誌の総合目録データベースへの接続利用と図書館間の相互貸借サービスの利用を拡大して、全国の図書館からの文献複写や書籍の利用を可能にしました。外国語雑誌では数冊の例外を除いて、学内のインターネット環境から検索し、論文のダウンロードが可能となるオンラインジャーナルの利用を可能としました。書籍の電子化の潮流のなかで、今後国内雑誌のオンライン化や、さらには図書館所蔵書籍の電子化はおそらく避けられないものと考えられます。そのような状況のもと、記念すべき30号として特別な誌面が組まれました昨年の「駒の館だより」を一区切りとして、今年は「駒の館だより」もデジタル化を基本として編集する試みを行いました。また、第一回読書感想文コンクールを行い、本号に掲載しているような優秀作品を表彰いたしました。どれもまだ、新しい歩みを始めたばかりですが、利用者の皆様の来館、オンラインジャーナルのご利用、新たな図書館への御要望や御意見をお待ちしています。

# 自著を語る

## 「臨床現場における経皮的神経電気刺激療法」 —TENSによる40疾患への応用—

(医歯薬出版社、236ページ、2011年6月出版)：中山登稔、林知也：

生理学 中山登稔

非侵襲的な経皮的神経電気刺激(TENS)療法は病気の治療やリハビリの一環として古くから用いられてきました。特に近年の科学技術の進歩により、様々な効果的なTENS治療器が開発されてきています。実際、これらの治療器は病院のリハビリ部門や治療院などで、特に慢性疼痛疾患の治療に多く用いられています。しかし、その治療効果のメカニズムは、いまだ解明されていないものが多く、今後の究明を待ちたいと思います。このような事情に鑑みて、著者らが自分自身の知識と経験や、多くの国際的な研究発表の結果を参考しながらこの本を作成し、TENS治療に携わる多くの臨床家や学生などの有志に情報を提供したいと思いました。実際のTENS治療においては、同じ疾患であっても、患者の体質や症状の相違によって、電極配置部位、刺激強度、刺激時間などを調節する必要があります。TENS治療効果を上げるためには、治療者がTENSの原理・操作や痛みのメカニズムなどの基礎知識をある程度備える必要があると思わ

れます。そのような理由から、本書ではTENSに関する基本的な知識も分かるよう努めました。また、代表的な慢性疼痛疾患について、ベッドサイドで本書を利用して基本的な治療が行えるスタイルを目指しました。そこで本書では第I部の基礎編、第II部の臨症編の二部構成としています。第I部の第1章は電気刺激療法総論で、電気刺激の基本知識とTENS療法の作用機序を理解するための神経生理学的な基本知識について述べています。第I部の第2章は痛みとTENS療法の効果で、痛みの受容器や伝導路などと、TENS療法の効果の末梢や中枢性機序について述べています。第II部の第3章は各疼痛疾患症候群で、TENS療法に適している40疾患について述べています。最後に本書を多くの方に、臨床現場でご活用いただければ幸いです。

## 「よくわかる痛み・鎮痛の基本としくみ」

伊藤和憲著 秀和システム 2011年刊 231p 21cm, 1,700円 臨床鍼灸学 伊藤和徳

みなさんは、「お腹が痛い」や「腰が痛い」のように、「痛い」という言葉を一度は口にしたことがあるはずです。しかし、痛みの意味を理解している人は少ないのでは?? 痛みは患者さんが病院や治療院を受診する動機として最も多い症状であり、その感覚はとても不快なことから、臨床の現場では常に問題となります。その一方で、痛みはごくありふれた感覚であることから軽視されやすく、また痛みの強さを客観的に測定することは難しいことから、他人に理解してもらえないという弱点も持ち合わせています。そもそも痛みは、痛みに関係する受容器や神経が興奮したことによって起こる感覚的な部分と、楽しいことや辛いことなどで変化する情動的な部分の2つからなっています。今の医学教育では、前者の感覚的な部分ばかりが

強調されますが、痛みの治療で大切なことは知識もさることながら、痛みを訴える患者さんの情動的な部分を理解することが大切となります。そんな思いから、「痛みが何故起こるのか?」や「痛みが何故悪化するのか?」という基本的な部分から、痛みを抑えるための様々な方法やそのメカニズム、さらには、痛みの原因を見つけるためのヒントや痛みを止めるための対処法まで幅広くまとめることで、痛みを訴える患者さんを理解し、サポートするために必要な知識を集めました。本書がみなさんの痛みに興味を持つきっかけになれば幸いです。

# 自著を語る

## 「和訳審視瑤函」(巻上)六然社

伝統鍼灸学教室 齊藤宗則

東洋医学では眼科疾患をどのように治療するのであろうか。そもそも治療できるのか？そんな疑問を持たれている方もあろう。少し中国の歴史を振り返ってみたい。

中国では古代より目に関する病が認識されている。たとえば、紀元前13～14世紀の殷代の甲骨文字で、すでに「貞王弗疾目」などと書かれている。そして眼科を行っていた医師として知られる最古の人物は有名な扁鵲であり、漢代の『黄帝内経』には40種あまりの目の病症が取り上げられている。隋代には眼科専門書も現れるようになった。その後、眼疾患に対する認識や治療は多様化・深化していき、『銀海精微』『原機啓微』などの名著が生まれた。

明代の『審視瑤函』(1644刊)は、傅仁宇がそれまでの眼科学を集大成し、自らの臨床経験を加えて書かれた専門書で、別名『眼科大全』ともいう。完成度の高さから中国伝統医学史上、最も注目すべき眼科書である。

本書は全6巻のうち巻3までを翻訳し、編集方針から診療上の注意点、名医のカルテ、眼科領域の基礎理論、原因、診断法、病症(目痛、頭痛、目赤、腫脹、外障など)、治療など収めている。それぞれの病症は、現在でも存在しているであろうと思われる。

通常は難解な古典を現代語に訳しただけでなく、漢方・眼科・中医学の各専門家によって西洋医学や古典などを含む豊富な注釈が加えられ、手軽に読むことができる。さらに西洋医学病名索引によって臨床の視点からも使いやすいものになっている。

漢方眼科の入門書に物足りなさを感じている諸兄にぜひお薦めしたい書であり、鍼灸などの記載は少ないが東洋医学的病態把握や治療方針の立て方の参考に利用できると思われる。

残り3巻についても鋭意翻訳中であり、機会をみて出版する意向である。本領域の臨床・研究に少しでも役立てば幸甚である。

## 私のお薦めの一冊

### 「沈黙の春」ふたたび

Silent Spring : Rachel Carson (著) ISBN-13: 978-0618249060

自然科学 都築英明

原子力発電所事故について考えているときに、ふとレイチェルカーソンを思い出し、Silent Spring (日本語版は「沈黙の春」)を開いてみました。第3章のElixirs of Death (日本語版では「死の妙薬」と訳されています)という言葉を見るたびに、科学者として自然に真摯に向き合っているかと問われる気がします。Elixirは、化粧品なら「エリクシール」と読みますが、英語では「イリキサ」とか「エリクサ」のような発音になります。本来はelixirs of lifeのことであり、不老長寿や万能の薬を意味します。ハリーポッターシリーズ第1作のタイトルにでてくる「賢者の石」the Philosopher's Stone (米国版ではthe Sorcerer's Stone)も同じようなもので、錬金術の時代には不老長寿の薬が化学の究極の目標の一つでした。残留性の強い農薬をElixirs of Deathと呼んだことに、レイチェルカーソンの文学者としての感性と科学者

としての強い自覚を感じます。機械検索の無い時代に膨大な資料をもとに事実を淡々と述べている点が、1962年に発行されたこの本を優れた科学書にしている、作者の筆力が強いメッセージを残しました。文章の滑らかさは、ハリーポッターにも負けないものがあります。第1章のa Fable for Tomorrowだけでも是非声に出して読んでみてください。レイチェルカーソンは本書を執筆中に、自分のがんに冒されていることを知っており、その後、1964年に56歳で亡くなる直前まで、海洋生物学者として自然のすばらしさを伝えるためにThe Sense of Wonderを編集していました。写真と短い文章で綴られたこちら是非お読みください。なお、巨大化学産業を向こうに回したレイチェルカーソンの姿が、筒井康隆の「七瀬ふたたび」の七瀬に重なり、この拙分のタイトルに潜り込ませました。

### 「標準整形外科学」(第11版)

医学書院監修:内田 淳正編集:中村 利孝/松野 丈夫/井樋 栄二/馬場 久敏  
ISBN978-4-260-01070-2

基礎柔道整復学Ⅰ 池内隆治

運動器疾患を中心にみていく柔道整復学や鍼灸学において、整形外科学の専門書は必携であります。私が運動器系の鍼灸臨床学を担当し、本学の附属病院で整形外科に出向し、外来や病棟で鍼灸治療やカンファレンスに参加していたときに『標準整形外科学』との出会いがありました。整形外科の専門書の代表格として私は一番にこの書を推薦します。ドクターの先生のお話からも、古くから整形外科教科書として根強く支持されています。豊富な写真、カラーの図柄および理解しやすい説明により、日ごろ私たちが日常臨床でよく遭遇する疾患が詳細にわかりやすくまとめられています。新しく改訂された『標準整形外科学』第11版の表紙は、これまでの馴染みある青地に黄から、白地に赤の帯が取り巻く全く新しい表紙に着せ替えられました。「清潔感の中に医療への情熱を感じさせるもの」というのが今回の着せ替えの理由になっているようです。中味も変わっているはずと思い、中をのぞいてみると、主な改訂点として

「痛みの生理学」という項目が追加されていました。また、近年クローズアップされているロコモティブシンドローム(運動器症候群)、運動器不安定症、運動器の痛み(腰痛、肩こり、線維筋痛症など)についての記載が盛られ、これまでより知識を巾広く得ることが可能になっています。一方、本書は柔道整復師の国家試験問題を解説するのによく役立ちます。この書の監修者である内田淳正氏自身が、「(この書は)実際に専門医試験をはじめ多くの整形外科関係の試験問題作成にあたって最も信頼の置ける参考教科書として利用されているのではないのでしょうか。」と巻頭で述べられていますが、私も同じことを感じています。医師だけでなく、柔道整復師、鍼灸師、看護師そのほかの医療に携わる者にとって、大いに役立つ書であることを紹介させていただきます。

## 私のお薦めの一冊



### 赤瀬川源平 著：「名画読本」 —鑑賞のポイントはどこか—

臨床鍼灸学 石崎直人

学校では図画工作が苦手科目の筆頭で、当然ながら美術・芸術といった高貴な趣味にはことごとく無縁であった。特に教科書に載っているような絵画は、なんとなく暗くて、厳格なイメージがあり、「勉強のために覚えるもの」であっても決して楽しむ対象とは感じられなかった。そんな私がいつしか美術館に足を運び絵画を楽しめるようになったのは本書の恩恵に与るところが少なくないのかもしれない。

赤瀬川源平の名画読本では、世間でお墨付きのいわゆる「名画」15点をカラー刷りで鑑賞しながら解説を読むことができる。但し本書は決して名画の良さを書き連ねただけの解説本ではない。それどころか、ルノワールやアングルの名画を「ヤラセ」、「儀礼的」、「魂がない」、などと平気で酷評している。初めて読んだときには「えっ！こんなこと言っているの!？」という驚きと戸惑いを感じた。しかし読み進めていくうちに、世間の評判に左右されずに自分が好きか嫌いかわければ良いのだという、私にとっては「目からウロコ」的な発見があった。それまでは、「名画」だから良い絵なのだ、とにかくじっと眺めて行こう、などとい

う、ある種「忍耐」のような思いで絵を見ており、それが美術鑑賞の堅苦しいイメージに繋がっていたのだと気づかされた。以上のように書くと、本書はいかにも批判的な書のように受け止められるかもしれないが、本書で取り上げられているゴッホ、マチス、セザンヌ、フェルメールなどの作品に対する評はいずれも著者独自の視点から展開された直感(直観)的且つ身近な表現で、それぞれの印象や見どころをわかりやすく示しており、愛着をもって観る著者の思いが伝わってくる。「ヘタな絵」と言い放ったルノワールの「ピアノに寄る少女たち」(オルセー美術館蔵)でも、「楽譜のページは本当にめくることが出来そうな質感」と、その表現力を賞賛している。本書では、「早足で見ると」、「自分が買うつもりで見ると」など鑑賞のコツを紹介するとともに、自分の感性に任せて素直に絵画を観ることの大切さを教えてくれる。兎にも角にも苦手な絵画鑑賞の第一歩を踏み出したい人にはお薦めの一冊である。

## 「私のお薦めの一冊」

外国語 浅野敏朗

ブルース・リプトン、西尾香苗(訳)『思考のすごい力(心はいかにして細胞をコントロールするか)』(2009、PHP研究所)、原著は、“THE BIOLOGY OF BELIEF by Bruce H. Lipton, Ph.D. (2005)”を紹介します。著者は、世界的に有名な細胞生物学者で、ウィスコンシンやスタンフォード大学医学部で教鞭をとる経験があり、彼の行なった細胞膜に関する研究は、エピジェネティクス(EPIGENETICS)という新しい分野の端緒を開き、科学と魂との橋渡しをする新しい生物学のリーダーであると言われています。本のタイトルから、巷によくある積極的思考を勧める平凡な内容を連想させますが、作者は細胞生物学や量子力学の研究成果をもとにして、人間の信念が人間を形成するという科学的に立証しようと試みています。従来の遺伝子決定主義的な考え方を180° 転換して、人間の生体機能をコントロールしているのは遺伝子やDNAではなく、私たちが抱く様々な考えや思いであることを

実証しようとしています。「細胞膜が細胞の脳である」と述べ、宇宙に存在するエネルギー(メッセージ?)を、細胞膜にあるレセプタータンパク質がキャッチして、その外界からダウンロードされた情報(刺激)をもとに細胞の生理機能はコントロールされているとしています。著者も本書の中で認めているとおり、この著作の内容は、現在の科学・医学の本流からはかけ離れていて異端視すら受けるものかも知れません。科学的仮説にもなり得ず、哲学や宗教の分野に属する主張であるとみなされる可能性すらあります。しかし、人間の思いや信念の無限の可能性を明らかにして、従来の厳密な科学の枠組みを超えて、物質的な次元を超越したものが宇宙や人間の本体であることを示唆しようとする、私たちに人間や環境、そして宇宙について考える新たな視点を提供してくれる画期的な労作です。是非一読をお薦めします。

## 私のお薦めの一冊

### 「自分デザイン・ブックⅠ」

～willから始まる大学生活～ <編・著者 東田晋三 出版:近代科学社>

#### 臨床柔道整復学Ⅰ 田口大輔

本書は大学1年生の教養科目の教科書として作成されていることから、実りある大学生活をスタートさせるために必要な考え方や方法論が掲載されています。内容については、高校時代と決別し、新たな大学生活をスタートさせるための準備、そして学ぶことの方法と意義が各章に順序良く構成されており、各章にはグループワーク用の課題も挿入されていて非常にわかりやすいものです。

「キャリア」とは、どのような意味でしょうか？多く人は「就職や資格に関する力」と答える人が多いのではないのでしょうか？しかし、本当の意味でのキャリアとは「人が一生に積み上げる成果(仕事)と個人の成長」を意味しています。就職活動や資格は単にキャリアの方法論に過ぎず、その方法論は「目的意識」があってこそ価値あるものになっていくのです。私は2年前にキャリア教育・就職支援委員会に任命され、保健医療学部を中心に進路指導を行ってきました。その中で、これから就職活動をする学生は履歴書や面接対策の中で「大学時代に力を注いだこと」といった質問にぶつかります。学生は無駄な大学4年間を過ごしたわけ

ではないのに、文章や口頭で表現することには抵抗があります。その理由としては、大学生活での多くの選択枝を他人や周りから強制された選択(must)でおこなっていたのではないかと思います。本書の副題は「willから始まる大学生活」です。このwillとは自分の意思でどうなりたいかを考えることです。そしてそのwillから決定するmust、そして自分の考えでactionして成果(can)を積み上げる。これが大学生生活でのキャリアデザインのあり方だと思います。そして自身で得たcanの集大成を就職活動で自信をもってoutputできるのです。このwillを決定する際には、過去をしっかりと振り返り(自己分析)、現在を見つめ直し(習慣)、未来を見つめて(夢や希望)決定することが大切です。本学は資格を取得することが可能な大学であり、入学生は各学部で夢を持って入学されますが、その夢を具現化するために必要な能力であると思います。本書はその夢をかなえるために失敗を恐れない行動力で勉強しようと思える良書です。

### 東野圭吾の「毒笑小説」の中より「誘拐天国」を読んで

#### 財務部 藤井雅己

映画やテレビで東野圭吾の作品を観る機会はあるけれども実際に本を手にして読む事はなかった。この寄稿を機に彼の作品を本屋で色々物色してみた。すると、この「毒笑小説」に目が留まった。何故って？それは彼をミステリー作家と思っていたからです。この本の帯に、「笑いのツボをブラックに刺激する全12編。」と書かれてあって、東野圭吾がブラックユーモア的な笑いが12編も書かれてあると思うとそれだけでかなり興味をかきたてられた。「誘拐天国」は、年に一度の楽しみとして開かれる麻雀大会の為に造られた別荘に集まった三人の老人の話であります。沢山の仲間も年々くたばって(死)いき、とうとう今年も三人になってしまい麻雀大会も中止になるといきや集まったのです。関西で行われている三人麻雀をするつもりでしたが、物語りは三人の「死」に対する未練の話に変わっていきます。そのうち二人の老人はこの世に未練などないと言います。その理由がこの老人たちの氏名からうかがい知る事ができます。今までの人生、ありあまるお金と権力でやりたい事をし、今

は、余った時間と金の使い道に困っているという。この様な人物像にはなかなか現実味を感じない所である。もう一人の老人には、唯一未練があった。それは、五歳になる孫の男の子(健太)とゆっくり遊びたいというのです。この孫、たった五歳にして親の教育方針で塾やお稽古にと遊ぶ暇もなく忙しいのです。話は、老人の願いを叶える為に三人で協力して孫の誘拐へと進んでいきます。おじいちゃんに誘拐された事を知った孫は、時間に追われる事なく自由に楽しく遊ぶと思いきや五歳にして子供らしさが全くなかったのです。遊ぶ術を知らなかったのです。ここで、情操教育というのは、「らしさ」を教える事で、考え方や心を豊かにする大事なことのひとつであると発信されている気がしました。誘拐の終焉の時、子供たちが発した言葉に老人たちは、ため息を残した。その言葉が何であったかを知りたい方には、この小説を一読する事をお薦めします。何故なら、そこにブラックユーモアが……。

## 「図書館の昔と今」

医療情報学 梅田雅宏

1960-70年代(今の学生さんが生まれる前ですね)の図書館といえば数少ない快適な勉強スペースでした。自宅にはクーラーがない家も多かったこの時代、町の図書館に行くと多くの人が仕切られた読書スペースを勉強部屋として利用していました。夏休みなどは開館を待つ人が長蛇の列を作りました。このころの図書館は暑い夏に勉強するためのオアシス的な場所でした。大きな図書館には売店があり、ほぼ1日中過ごすことができました。大学の図書館はレポート作成室としてお世話になりましたが、大学に入学するといろいろな快適なスペースがあり、学習環境を図書館だけに頼る必要がなくなりました。今もそうかもしれません。現在、多くの家では空調を備えていて、南丹市立の図書館でも勉強する人はあまり多くないようです。代わりにファーストフード店やコーヒーショップで勉強する人をよく見かけます。最近の図書館は見た目こそ昔とあまり変わりませんが、世の中のIT技術の進化により様変わりしました。公立図書館では従来の本の貸し出し方法に加え、イン

ターネットを利用した館外からの蔵書検索や予約ができるようになりました。さらに京都府内のどの図書館からも、府内の全図書館の蔵書を予約し、借りることができるようになってきました。このような図書館のグローバルな連携の一端として、今後は本学の図書館も、一部の蔵書を除き連携サービスに加盟している国内の大学図書館から蔵書を借りることができるようになります。近年の図書館は情報センターとしての役割を担うようになり、マルチメディアも蔵書の一部として扱われるようになってきました。一部の公営図書館では電子媒体で著作物を貸し出すところがあるようです。これからの図書館はバーチャル世界の重要なデータベースとして利用されることでしょう。著作物はホームページのデータと異なり、吟味した資料の集まりです。学生の皆様にも是非図書館で、より正確な情報を利用して世界を広げてもらいたいものです。

## 「一冊105円」

精神看護学 山本明弘

私は「古本屋」をよく利用します。といっても、希少本や学術書などを扱う昔からある古本屋さんではなく、本のリサイクル店のことです(こういった店を「古本屋」と呼んでよいのかはわかりませんが)。そこでは、まるで新品のようにきれいな新書や文庫本が、一冊わずか105円で買うことができます。もちろん、一般書店と比べれば、当たり前ですが選べる種類は少なく(時には上・下巻のうちどちらかしか置いてないこともあります)。また、昔ながらの古本屋さんのような、珍しい本との出会いがあるわけでもありません。こういった書店の存在が日本の出版文化をダメにしている、と誰かが言っていたようにも思います。それでも、文庫本でさえ700円、800円の値段が当たり前の昨今(日用品と比べて本の値段は高すぎると思いませんか)、少なくとも私にとってはとてもありがたい存在です。若い人の読書離れが叫ばれてはじめて、もうずいぶんと年月がたちます。とくに本学のような医療系大学の学生さんは、当面の課題に役立つ専門書や

参考書を読むだけで精一杯なのかもしれません。けれども、医療者として人間をより深く理解するためには、専門以外の教養書やすぐれた小説を読むことは、とても効果的な修養法だと思うのです。とはいえ、自分にとっての良い本との出会いは意外と難しく、私は若い頃、よい格好をしたくて難しそうなタイトルの本を買っては、結局、何が書いてあるのかさっぱり分からず、せっかくのアルバイト代を無駄にした経験が何度もあります。けれども一冊105円だったら、たとえ失敗したとしても、それほど悔いることはありません。学生のみなさんも、本のリサイクル店に行ったときには、コミックやCDコーナーを利用したついでに、ぜひ新書や文庫本のコーナーものぞいてみてください。そして、あまり難しく考えずに、とりあえず気になる本をかたっぱしから読んでみてください。もしかすると、探していた何かが見つかるかもしれませんよ。新しい世界が目の前に開けるかもしれませんよ。一冊たったの105円で！



## 「無題」

この1月と2月、わけあって蔵書を整理した。研究室の書架と自宅のものの両方である。1970年初頭の学生時代から今日に至る本で、相当の冊数になる。そのうち1冊の本を通して、つまり最初から最後まで読み通したことが判然とするのは大学生から大学院生時代が中心だ。私は、「国家の教育権」論と「国民の教育権」論が政治的にも、運動的にも、もちろん理論的にも鋭く対立する中で教育行政学の研究を開始した。初学者である私は著作や論文の文脈に即して用語や概念を理解し、諸説や理論を整理・検討するために本全体と向き合ったのである。40年近くが経ち、黄色くなりかけたページには鉛筆で傍線が引かれ、メモが空白部分に書き込まれている。もちろん、図書館の本に線を引く、メモを記入することはできない。しかし、読み返した時に重要センテンスを早く見つけ、読み通し時の文脈を踏まえたインスピレーションを想起するためには傍線やメモは不可欠であ

## 社会科学 市川 哲

る。ゼミ発表も「青焼き」の時代、本をコピーするという状況にはなく、一部分が必要でも、研究を進めるためには本を手に入れなければならなかった。また、“本は財産”的な考えも一般的で、他のことは我慢してでも専門書は購入しておくべきとする考えも強かった。なけなしの小遣いが本に化けるのである。これが私の初期経験であり、それ以後も本を多く購入してきた。研究テーマに関するものは当然として、周辺部分だがいずれ読む必要が出てくるだろうと購入した本も少なくない。必要な部分を抄読したものも多い。こうして年々、蔵書は増え続けた。いざ整理すべき時が来ると多すぎる本は重荷である。今や電子書籍が云々される一方、重厚長大は嫌われ、書物離れが広がっており、かつての名著も無用の長物扱いになりかねない。狭い自宅にはとても収容しきれない本が安住の地に収まることを切に願うばかりである。

## 「アタマのぜいたく」

「アラジンと魔法のランプ」という話は、ランプをこすると魔神が現われて主人公を助けてくれるという筋でしたが、この物語に似て、分からないこと知りたいことがある時は「スマートフォン」を手でこすって検索するとたちどころに答えてくれるという、そんな時代になりました。そのため知識や情報を得るために紙の書物を開くという方法は、古めかしい、例えば昔々人類が石を割って刃物を作ったり木をこすって火を起こしたりしたような、「古代人の技術」になりつつあるのでしょうか。しかし私としては、書物や図書館にはデジタルのメディアとは別の利点があると言いたいのです。

デジタル・メディアの利点が知識・情報を得るのに手っ取りばやいこと、効率が良いことなら、書物の方は遅く効率が悪いということになるのでしょうか。しかし案外、遅いこと効率が悪いことは利点であるのかもしれない。例えば調べたいことがあって図書館に入るとします。目的の知識がどの書物に記してあるのか分からず途方にくれたり、時には焦ったりして、「やっぱりインターネットで調べた方がいい」となるのでしょうか？ いや、知識や情報を求めて書棚の間をさまよいあれこれと書物を引き出してめくっているうちに、当面の目的とは異なるけれども興味深い知識や面白い本を見つけたりするものです。言い換えると、自分の知識や関心の対象が広がります。

例えば私が実際に本大学の図書館で見つけた本をあげるならジョン・D・トルミー著「ユーモア麻酔学」、麻酔についての教科書的な書物なのに、手術台の上に水着姿の女性が横たわっている写真が載っていたりする、妙な本です。しかも序文がふるっていて、こんな具合です。「本書の対象は変わって

## 精神看護学 北村雄児

る。麻酔学に興味をいただき、いろいろ詳しく知りたいと考えるような真面目で勉強家の学生用ではない。本書の狙いはそうではない。ほんの数日勉強して、なんとかしてしまおうといういい加減な学生用に、エッセンスだけをまとめて簡潔で読みやすく書いたものである。／埴正男著「あらゆる病気は治らない」は、「すべての病気は治らない。病気は人生の一部だから」と大胆なことを言っています。／ロバート・A・ハインライン著「夏への扉」、主人公が冷凍睡眠によって数十年後の世界へと送り込まれるというサイエンス・フィクションです。これは面白いですよ。／布施英利著「禁じられた死体の世界」、東京大学解剖学教室で死体の研究をした著者の死体遍歴。「死体は怖くない」そうです。

以上、このような書物を読んだとて私の役に立つあてはないのですが、このように当面必要でない本を読むのは「アタマのぜいたく」だと言えらると思います。昨年10月に亡くなった医師かつ作家の北杜夫氏も「無目的の読書のほうが、ぞんがいその人間を豊かにするものだ」と言い残しております。そして、これは学生の皆さんに言いたいことなのですが、社会に出て忙しく活躍するようになると、このようなぜいたくに時間を費やしている余裕はなくなりがちなのです。と、ここまで書いたところで私は、自宅の近くの公共図書館へ行きました。目当ての本3冊は、先に誰かが借りたのかして見つからず、そのかわり初めの目的とは異なるが面白そうな本3冊を見つけました。これが「知識や関心の対象が広がる」ことなのかと、自分で自分が書いたことに納得しながらその本を借りて帰ってきました。

# 読書感想文

## 《最優秀賞》

### 自分で「痛み」を管理しよう慢性痛に順応する積極的取り組み

明治国際医療大学大学院  
臨床鍼灸学教室 梅村 勇介

「痛み」とは、身体にとって重要な警告信号であり、身体が危険に冒されたとき痛みがあるからこそ危険を察知し危険から逃れることができる。一方で痛みとしての警告信号も長く続くとそれは身体にとって害する痛みと変化し慢性痛として扱われるが、その「慢性痛」に苦しむ人は数多く、その治療に苦慮する医療従事者も多い。ストレス社会と言われる近年では痛みの病態はとて複雑化し医療現場においても痛みの根本的な治療が確立されていないのが現状である。本書は慢性的な、または持続的な痛みを持っていて、現在の痛みをよりよく管理したい全ての人や痛みに関わる医療従事者のために書かれている。序論でまず、本書をどのように活用するか要約されている。内容は大きく分けると2部構成になっている。第1部「痛みの基礎知識」の第1～6章では、痛みという問題の本質を理解することを論じている。第2部「痛みを管理する」の第7～19章では、痛みを実際に管理するにあたってのいくつかの実践的プログラムを論じている。以下に内容をまとめてみる。第1～4章では、痛みの定義をもとに急性痛と慢性痛の区別をはっきりさせることの大切さと痛みがあるとき体の中で何が起きているのかなど痛みに対する基礎知識が記されている。ここでの本書の重要なことは慢性痛を理解するにあたって、体を構成するさまざまな組織は、慢性痛の原因となりうること。そして痛みによって体を動かさないことは、それ自体が痛みの原因となり、また痛みによって起きる反応でもある。しかしこれらの変化が全ての慢性痛を経験することを説明できるわけでないが慢性痛を理解しその管理、治療の仕方を学ぶうえで知っておくことは重要であることを理解し次の治療法の選択について取り上げている。第5～6章では慢性痛の異なる治療法の利点・欠点が記されている。ここでの本書のポイントはどの治療法も完璧はなく、慢性痛を持つ人は痛みを受け入れることが重要であることが説明されている。第1部の本書のポイントは慢性痛をどのように捉えどのように向き合っていくかを考える構成であり、慢性痛に関連し日常生活に多くの問題が起こるが、それに対し慢性痛の原因を突き止め根本を治療するのではなく、慢性痛を自身で受け入れそれに伴う障害をクリアしライフスタイルを改善していこうと考えを変化させることが本書の目的とする「自分で痛みを管理しよう」であると考えられる。第2部では本書の題名でもある「自分で痛みを管理しよう」の実践的なセルフケアのプログラム内容が記されている。内容はストレッチと運動、睡眠の改善、注意カテック、ストレスと問題解決、周囲の人々との関係、痛みと仕事、痛みに対して前向きに考える、急性増悪とぶり返しへの対処などが各章で実際にプログラムを実践した患者を例に挙げて詳しく記されている。本書での重要なポイントは第7～9章で記されているセルフケアを行うにあたってのゴール設定である。「自分で」というところが最大のポイントであるため、現在の自分の状況、今後の目標、それに伴う障害を把握することの重要性が論じられている。以上、本書の簡単な内容である。本書は痛みを扱う我々、鍼灸師にとってもとても参考にする内容となっている。痛みで悩む患者にとって治療者は助けてくれる存在であるが、それは、治療を行う一時だけであり患者の生活全てを管理できる訳ではない。そこで治療者側である我々は治療を提供するだけでなく、痛みで苦しむ患者に有益な情報やアドバイスを伝えることも治療の1つであると考えられる。本書は痛みで苦しむ患者の苦悩を考えさせられ、その答えやヒントが記されており治療に苦慮している人の手助けとなる一冊である。さらに本書に付録には慢性痛に対する研究論文が掲載されており本書の推奨する痛みの管理方法の有効性が理解できる。よって本書は痛みの研究、臨床、学習を行う全ての医療従事者の痛み治療への参考となる一冊である。

# 読書感想文

## 《優秀賞》

### 『民間療法のウソとホント』を読んで

『民間療法のウソとホント』蒲谷茂 著 111201318 奈良県立図書館蔵

鍼灸学部 修士1年 谷田 保啓

一昔前、テレビで健康に納豆が良い!バナナが良い!!と放送されるやいなや、スーパーの鮮生食品コーナーから納豆、バナナが消えていった。しかし、一時的な健康ブームを近頃あまり耳にしない。テレビ番組の罪も過去にあったが、健康ブームが下火になっているからなのか。あるいはテレビ放映される健康情報に消費者が懐疑的だからなのか。私は健康をあまり意識しないではないが、テレビ番組で紹介された食品がスーパーから姿を消すような話を聞くと、それはホントに健康にいいのか?とってしまう。ある日、書店で本を眺めていたら、本書に目がとまった。著者は医療ジャーナリストで健康雑誌の元編集者、テレビの企画制作にも携わってきた人物であり、本書は情報を発信する立場から距離をおき、健康食品や民間療法を医学的なデータを参考に根拠を求め検証していた。健康に関する数多の雑誌や書籍があるなか2011年9月に世に出た本書は、健康ブームの裏側、健康雑誌のからくり、健康食品、漢方、一部に代替医療や鍼灸について、民間療法が効く理由、見分け方など著者の意見が満遍なく中立に記載されている。また健康ブームが起きた理由が分かりやすく、一般向けで読みやすい。そこで世にある健康ブームや健康食品から著者の健康観を焦点に『民間療法のウソとホント』を読んだ内容を簡潔に紹介し感想を述べていく。本書を読むと、健康雑誌が掲げるテーマの不安定さ、今まで紹介されてきた民間療法と健康食品の希薄さが浮き彫りになってくる。その内容は著者の歩んだ道のりから始まる。1970年代、医療従事者向けの医療情報誌がほとんどだった時代、幅広い健康知識の普及を柱として一般向けに出版された雑誌の編集を担当したのが著者のスタートだった。著者は健康雑誌とはどういったものかを考えるにあたり、働きざかりの四、五十代が読者対象で、健康な人がより健康になるための情報を発信しようと考えた。その雑誌のコンセプトは、「病気でない人を対象に健康・医療情報を提供する」というものだった。当時まったく新しいジャンルの雑誌であったため、創刊号は売れたものの、健康な人にとってそれほど情報は必要ではなく、その後発行部数はあまり伸びなかった。しかし、他社から出版された健康食品に関する書籍に、効能や効果があった人の体験談、無料で送られる健康食品の申込書があったため、健康ブームに火が付き始める。それを著者が編集する雑誌に特集で組んだところ大ヒットを飛ばし、その他の健康雑誌もそれに続く形で特集を組み発行部数を伸ばし、健康ブーム全盛を築きあげる。そこから健康雑誌といわれるもののほとんどが、何の躊躇もなく流行りものに飛びつくようになり、流行りものの食品が健康食品の走りになっていった。さらに健康器具の販売にも手をだし隆盛を極める。いくつかの健康雑誌の編集方針はきちんとしていたが、多くの健康雑誌は民間療法と健康食品の持つ表面的な魅力に勝てず、コンセプトを変えていくことになる。それが現在も健康雑誌の尾を引いていくことになる。著書は、健康雑誌が人体に関わる重要なテーマである「健康」を利益目的に使用し、効果を確かめることもなく分析もしないまま取り上げ、民間療法や健康食品を流行らせようと煽ることへの批判を展開していく。当初のコンセプトから離れていくことに、著者は利益優先ではなく、健康の維持・増進の情報を選びすぐり予防医学を紹介したい思い半ばで編集方針の違いから、編集者を下りることになる。著者は、健康な人を相手にしているということを自覚し、「健康とは病気がないだけでなく、社会生活をきちんと送ることもできること」という原則に常に立ち返っていれば、本来の健康雑誌が掲げるコンセプトも変化せず、読者の信頼が得られたはずと述べている。さらに民間療法や健康食品を利用して売り上げを伸ばすからこそ、何か健康雑誌は信用されないでいる現状も告白している。健康雑誌や情報番組のおかげで病気に対する知識を知る機会が増え、世間に普及したことは間違いない。それは健康に関心を引き寄せ、私たちの生活環境にも影響をもたらしている。本書は、民間療法・健康食品をより健康に人生を過ごすための一つ的手段として再検討し、健康でなくてはならない脅迫観念も留意している。健康を維持するためには何が必要か、より健康になるためにすべきことは何か、病気を予防するには何をすればいいのかを考えさせてくれる。病気でない健康な人に健康・医療情報を提供する概念は、本書における著者のコンセプトでもある。「予防」という言葉が最近になって世間に知られる前に、その画期的なテーマを掲げ、社会に貢献した功績は大きい反面、その功罪も大きい。情報に見え隠れする背景があること、情報に左右されない確かな目を持つべきことも、読者に知らせてくれている。

# 読書感想文

## 《優秀賞》

### 「誰も教えてくれなかった診断学」「筋骨格系のキネシオロジー」 「実践スポーツ障害の見方 下肢編」

保健医療学部 3年 宮永 健一

まず「誰も教えてくれなかった診断学」について述べます。

この本は初期研修医向けの本ですが、画像所見がとれない鍼灸師、柔道整復師(超音波診察はできる)にも見習うべき視点が多く書かれています。まず、僕がはっと気付かされたところは、患者を前にして診断することの原点や真の目的は、「正しい診断名をつける」ことでも、「この疾患に対してどのような検査をすればよいか」を考えることでもなく、「眼前の患者のアウトカムを少しでも良くする」ためであるというところ です。本書はこの目的のための大事な視点を教えてくれています。その一つは、「生きカード」と「死にカード」という視点です。例えば、下痢の患者さんの鑑別では、一般的な医学の教科書には無数の疾患名が並んでおり、この莫大な疾患をすべて鑑別するのは「死にカード」を選ぶこととなります。(カードというのは、主訴に合わせて引いてくる鑑別診断のリスト表みたいなものです。)カードにある疾患の数は最大でも7個以下で、3~5個が適当です。莫大な疾患から3~5個に絞る為には、「頻度の軸」「時間の軸」「アウトカムの軸」が必要になるといっているのですが、詳しくは本書を読んでみてください。

次に紹介するのは「筋骨格系のキネシオロジー」です。この本は運動器疾患を対象に治療することが多い鍼灸師、柔整師の学生の方にぜひ読んでもらいたい本です。この本は4部構成になっており、「運動学の必須トピックス」「上肢」「体軸骨格」「下肢」から成っています。第一部の「運動学の必須トピックス」では、関節の形態、筋の力の調節、生体力学の原則など運動器を理解するのに不可欠なトピックスが含まれています。「上肢」「体軸骨格」「下肢」では、初めに解剖学的な構造が、次に機能解剖の視点が書かれています。全体的に図を多用してしており、文章と対応させて書かれてあるので、非常に分かり易いと思います。

約600ページに渡る大型本ですが、読み応えがあると思います。

最後に紹介するのは、「実践スポーツ障害のみかた 下肢編」です。この本は、本学の保健医療学部の竹内先生、田口先生、上村先生、丸山先生がスポーツ整形外科の医師と連携して書かれた本です。この本は、「骨盤」「股部・大腿部」「膝部」「下腿部」「足部」の5部構成になっています。本書の特徴は骨指標を確認した後、その骨指標に関連する疾患の発生要因、実際の症例、臨床の鍵となるポイントを多くの写真や画像を用いて詳説されているため、僕も含めて初心者でも理解し易い内容になっていることです。疾患には、日常よく目にするポピュラーなものが選ばれているので、臨床に直結した内容を学習できると思います。

以上、僕が本学の図書館の中でベストと思われる3冊について紹介していましたが、図書館には他にも患者さんの問題を解決するための素晴らしい本が沢山あります。学生の僕がいうのもおかしいですが、学生の方には単位をとるための勉強ではなく、患者さんの問題を解決する為の模範解答がない勉強をすることが大切であると感じています。そのために、専門書、雑誌ともに豊富な図書館があるという恵まれた環境を生かし、先生方に積極的に質問することが一番の近道だと思います。

# 第一回読書感想文コンクール 表彰者記念撮影



写真(左から宮永君、梅村君、谷田君)