

図書館報

第9号
発行者
学校法人
了徳寺大学
理事長
了徳寺健二

卒業生からのアドバイス

私の資格取得のための勉強方法

整復医療・トレーナー学科 卒業生 渡邊 浩志

私は、柔道整復師、AT、CSCSの3つの資格を取得しました。私の資格取得にあたっての勉強方法が皆さんの参考になるか分かりませんが、紹介させていただきます。

<勉強方法>

基本は、講義を聞いて重要だと思ったところや、教科書を読んで大切だと思ったところをノートにまとめるようにしました。その時に、最初にまとめるときにスペースを空けて書くか、ルーズリーフを利用するようにして、自分の分からなかったことなどを後から付け足して書き込むようにしました。これを繰り返して作ったノートは、テスト前や調べ事をするときに役立ちました。

1年生	生理学、解剖学を中心に勉強しました。この2つの教科は、柔道整復理論や内科学など、他の教科を学ぶ際の基礎となっており、2・3年時の勉強をスムーズに進めることができたと思っています。
2・3年生	柔道整復師の国家試験にある科目の勉強を中心に勉強しました。特に国家試験での配点の高い、生理学、解剖学、柔道整復理論、一般臨床の4教科を中心に勉強しました。柔道整復師の模擬試験があると思いますが、この時期からある程度出来るようになっていると、ATやCSCSの勉強を中心に進めることができます。
CSCS	教科書を読み始めたのは、3年生の夏休みぐらいからです。CSCSの試験は、ATの1次試験が終わって2カ月もなかったため、この時期に教科書を1周、読んでいた方がよいと思います。また、バイオメカニクスやトレーニングの方法は、ATの勉強にもなるので、私はお勧めします。
AT	教科書を読み始めたのは4年生の4月です。ATの教科書は3周読みました。3周すれば、内容を把握することができると思います。後は、ATの教員が作ってくださった問題を解き、分からなかった内容を確認するようにしました。 4年生の夏休み以降は、ATやCSCSの試験を受ける人は、その勉強が中心になってしまうので、夏休み前に国家試験の勉強をしておくことをお勧めします。



偶然にも昨年度卒業生の渡辺浩志君(整復医療・トレーナー学科卒 やまだ整骨院勤務)が学校を訪ねてくれましたので、上記の原稿を依頼して快諾していただきました。
渡邊君は在学時に柔道整復師の資格のみならず、日本体育協会AT、CSCS(トレーニングコーチ)の資格も取得した大変優秀な学生でした。

第9号 目次

卒業生からのアドバイス	1-3面
渡邊浩志(整復卒) ・富岡大智(理学卒) ・陣内麻衣(理学卒)	

研究活動報告 4-9面

- <国際学会参加印象記>
- ・壇 和夫教授
- ・大谷 悟教授
- ・越田専太郎准教授
- <モンゴル指導交流>
- ・山本 清教授

理学療法学科卒業生(一期生)

船堀整形外科 富岡大智

理学療法士になって四年目になるが、改めて実感するのは解剖学、生理学、運動学などの基礎医学が大切であり、土台になっているということです。

学生の時は解剖学、生理学、運動学が実際の臨床や現場でどのように関係していくのか、どのように結びついていくのか想像もつかず、ただテストに合格するために勉強していたように思えます。

しかし、臨床実習や実際に理学療法士になってからは評価や運動療法も大切だが、それらは基礎的なことを理解していないと意味がないものになると感じました。

基礎医学は難しく感じたり、面白くなく感じ、評価や運動療法の授業のように実技の授業のほうが実際にやってみると実感もあり、楽しく感じているでしょう。

それは基礎医学がどのように評価や運動療法につながっていくかイメージがつかないからだと思います。基礎医学の必要性や評価や運動療法とのつながりがわからないと勉強も難しく感じ、面白くないと思います。

反対に必要性やつながりがわかると今よりも理解でき、面白く感じると思います。

まずは一・二年生のうちから実際に現場を体験し、そこで働く理学療法士の方に話を聞いたり、実際の雰囲気などを感じてください。臨床では学校では感じられないことや学校でやっている基礎と実技のつながりが少しはわかると思います。

また、臨床実習に行った先輩は後輩に、実際に患者さんと触れ合っただけのことや、学校の授業との違いなどと話し、後輩は先輩にわからないことなどいろいろと聞いてください。

一年生はこれからどんな事を勉強するのかなど、実感がわかなかつたり、不安なことも多いと思います。実際、初めて勉強するものが多いです。そのため、みんなスタートラインは一緒です。

高校時代の成績などはほとんど関係ないと思います。大学生になってからの過ごし方が大切になってきます。

また、先輩や先生との縦の関係や同級生との横の関係をつくることはとても大切だと思います。

先輩や先生方とたくさん話してください。

最後に、もし迷ったり、辞めたいと思ったときは先生や友達に相談するのも良いと思うが、もう一度なぜ理学療法士になりたいのか、なぜ理学療法士を目指したのか思い返してみたら良いと思います。

理学療法学科卒業生(一期生)

船堀整形外科

陣内麻衣

今年で理学療法士になり四年目となりました。社会人になり学生時代を振り返ると、先生に注意されても素直に聞き入れないことがあったりとても真面目な学生とは言えなかったと思います。

そのため、実習や就職してから苦労しました。しかし、学生に指導するようになり、以前自分が言われていたことを言うようになり、学生時代に言われていたことの大切さや注意する側の気持ちがわかり、先生方の言うことはしっかり聞いておくべきだったと反省しています。

何か言われると素直に聞けないこともありますし、聞きたくないとも言われたりしますが、学生のうちから先生方や周囲の意見は聞き入れるようにしておいた方がいいと思います。

勉強面においては、先輩がいなかったためどうしたらいいかわからなかったので、授業をきちんと聞いていたくらいでしたがすごく大変な思いはせずにテストを乗り越えてこれたので、当たり前のことですがまず授業をしっかり聞いておくべきだと思います。

また、解剖学や生理学、運動学などの基礎的な勉強は1年生のうちからしっかり頭に入れておくと後々楽になると思います。

働いている今でも解剖学などを勉強し続けているくらい基礎が大切になってきます。

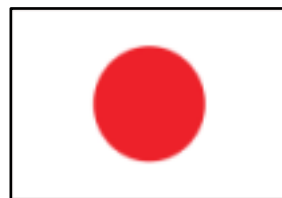
患者さんは一人一人個性があるため机上の勉強と違うことも多くありますが、基礎がしっかりしていればそこから応用していけば様々な患者さんに対応していけると思います。

学内のみで勉強しているうちはあまり大切さに気付かないかもしれませんが、実習や就職してから役に立ってくるので時間のあるうちにしっかりやっておいた方がいいと思います。

理学療法士は生涯に渡って勉強し続けていく仕事ですので、学生のうちから自分に合った勉強法を見つけておく就職してからも勉強しやすくなると思います。

学生のうちは大変なことも多いかもしれませんが、臨床に出るとその分楽しいことや嬉しいことも多い仕事なので、自分の将来像を思い描きながら乗り越えていってほしいと思います。

国際学会参加印象記



最先端の国際学会に参加して - スウェーデン、ストックホルムより -

医学教育センター長 檀 和夫

私の専門分野である血液学では国内学会としては日本血液学会学術集会在、国際学会としては毎年12月に米国で開催されるアメリカ血液学会会議と6月にヨーロッパ各地で開催されるヨーロッパ血液学会会議があります。血液学を志している医師・研究者はこれらの学会に参加して常に最先端の医学知識を吸収し、また医学情報を共有することを義務とし、かつ楽しみにもしています。

本年6月13日(木)～16日(日)の間、スウェーデンのストックホルムで第18回ヨーロッパ血液学会会議が開催され私は研究仲間と共に参加してきました。この国際学会には世界中の国から研究者達はその最先端の研究成果を発表するために演題を登録しますが、受理してもらえるのは約半数という厳しさです。会期中にはこれら一般演題約1,200題の発表と各種教育プログラムや最も名誉ある受賞講演など盛りだくさんの内容が詰まっており、参加者達はこれらの中から自分たちの興味ある講演を聴いて回り、また質疑応答に加わったりして充実した日程をこなします。とは言っても世界中から来る参加者達はせっかくの開催都市の観光も忘れてはいません。

ヨーロッパ血液学会は毎年ヨーロッパの有名都市を順に回って開催されるため(例えば、4年前からはバルセロナ、ロンドン、アムステルダム、ストックホルムと言った具合)、少しの暇を見つけては街に観光に行ったり、夜は美味しい店を見つけては仲間と繰り出したりといった楽しみも国際学会ならではのものです。

今年の開催都市ストックホルムはご存じの通りノーベル賞受賞式で有名なところであり、ノーベル賞受賞会場、ノーベル賞受賞記念祝賀会場、ノーベル博物館など見所が沢山あります。また北欧のこの都市はヨーロッパの中でもバルセロナと並んで料理が美味しい所でした。ご存じの通り北欧と言えば白夜ですが、本当に明るく、夜中の3時ごろまで薄暮といった感じで4時頃にはもう夜が明けてしまいます。医学情報の勉強とともに北欧も満喫出来ました。来年はイタリアのミラノでの開催であり、今からまた楽しみにしているところです。



ストックホルム市街



ノーベル賞受賞祝賀会が開かれる市庁舎

イタリアAlgheroでのDopamine 2013に参加して

健康科学部・医学教育センター 大谷 悟

5月24日から28日まで、イタリアのAlgheroで開催されたDopamine 2013学会に、シンポジウムco-chairperson兼演者として参加してきました。Algheroは、地中海に浮かぶサルディーニャ島にある、碧い海をのぞむ大変に美しい港町です。

Dopamine 2013学会とは、イタリア州政府・科学省などによって計画された、その名の通り、神経伝達物質ドーパミン研究の専門家たちが一同に会する神経科学国際学会です。2007年にドーパミン発見50周年を記念して、Dopamine 50という学会が、ドーパミン発見者Carlsson(2000年度ノーベル医学生理学賞受賞)の故郷、スウェーデンで行われたことがありましたが、今回の学会はその「続編」というところでしょうか。この2007年学会では、私たちが計画したシンポジウムは残念ながら実現せず、私はポスター発表のみでの参加でした。しかし今回のDopamine 2013では、知人のドイツ・ゲッティンゲン大学教授Michael Nitscheが中心となって計画したシンポジウム「Dopaminergic impact on neuroplasticity and cognition in animals and humans: a translational approach」が、幸いなことに採択されました(ちなみにNitsche教授は、昨年11月私たちが京大で主催した「第3回前頭前野国際シンポジウム」への参加のため来日しており、私が本学で受け持つ「現代生物学」枠で特別講義をしてくれた人です)。

私とNitsche教授の他には、京大霊長類研究所の後藤幸織准教授、オランダ・ラドバウンド大学のHanneke den Ouden博士が、演者として参加しました。私とNitsche教授が、交替でchairpersonを務めました。

ご存じの通り、科学研究の現場では、質の高い論文を国際ジャーナルに発表すること、しかもできるなら、研究者仲間から高い評価を受けるジャーナルに発表することが、最も重要です(ジャーナルimpact factorについては、私は昨今見られるこの指標の濫用に批判的なので、私個人は特にこれを考慮しません)。しかしながら、シンポジウムやポスター発表を通じて、世界の研究者たちと直接顔を合わせ、個人対個人としてやり合い、付き合うことも、研究のためには同じく重要です。

...さて、今回のDopamine 2013が、この後者の目的のために機能したかという点、残念ながら「十分に」とは言えませんでした。その第一の理由は、規模が予想以上に小さかったことです。現地に着いてすぐ、私は登録のために学会会場へ向かいました。しかし、地図上では近辺であるはずにもかかわらず、なかなか会場を発見することができませんでした。しばらくウロウロしたのち、「まさかあのワイン蔵ではないだろうな...」と思い直して引き返すと、危惧したとおり、外見はワイン蔵の集落くらいにしか見えない、その石造りの小さな建物の群が、Dopamine 2013の会場でした。さらに驚いたことに、私たちのシンポジウムが行われたのは、その内部にある、30人程度しか座れないカフェの片隅でした。

これまで、いろいろな国でシンポジウムや講演を行ってきましたが、カフェの中でしゃべったのは今回が初めてです。

聴衆の反応も、期待したほどのものではありませんでした。これは、私たちのシンポジウムの聴衆の多くが、Nitsche教授やden Ouden博士が行なうような、ヒトを被験者とした研究の専門家で、私や後藤准教授が専門とする、動物モデルを用いた細胞メカニズムの研究者が少なかったからか、とも思いました。とはいえ、後藤准教授やNitsche教授をはじめ、旧知の研究者と再会し、ディスカッションをすることができましたし、他の著名ドーパミン専門家もかなりの数招かれていたのは事実なので、得るものはありました。

ドーパミンは脳内で、意志的行動・身体の動き・快に基づく学習など、多くの機能の調節を受けもつ、重要な伝達物質です。その多岐にわたる決定的な作用と、精神疾患(統合失調症など)や薬物依存への強い関与などから、ドーパミン研究は、神経科学領域の中でも常に大きな注目を集める分野の一つです。とくに近年は、進んできたデータ蓄積にもとづき、実際のな疾病の治療や、認知・行動への具体的な干渉というような、実用性への志向が強くなっています。私は、昨秋本学へ移るまでの17年間、主にバリ第6大学を拠点として、前頭前野皮質ニューロンシナプス可塑性へのドーパミン性調節メカニズムの解明に、研究生命を捧げてきました。それ以前の、海馬ニューロンのシナプス可塑性研究にいそしんだ期間を合わせると、27年間シナプス可塑性研究に全精力を傾けたこととなります。ただ、私たちのような細胞レベルの実験屋は、「メカニズムを知る」ということ自体が研究目的になりがちです。そこで、私たちが捻出する基礎的実験データが、Nitsche教授たちが行なうようなヒトを対象とした、より「実用」を視野に入れた研究に少しでも役立つなら、実験屋冥利に尽きるということになります。

今回のDopamine 2013への参加は、決して十分に満足ゆくものとは言えなかったとはいえ、私たちの積年の過酷な研究生生活の集大成の一つと捉えることもできます。またそれと同時に、今後日本と中国とを拠点として私たちが行なう、ストレス作用の神経科学的研究への「方向転換準備完了」の機会としても、この学会参加は意味深いものでした。

第31回 International Society of Biomechanics in Sports に参加して

整復医療・トレーナー学科 越田専太郎

第31回 International Society of Biomechanics in Sports 学術集会が2013年7月7日～11日の日程で台湾の国立台湾師範大学 (National Taiwan Normal University) で開催された。台湾の夏は日本と同じく高温・多湿。日中は室内でなければとても耐えられない。しかし、それを除けば人は優しく治安も良い上に、マンゴなど南国フルーツや中華料理を楽しめる。さらに羽田から直通で台北市内の空港に着くなど利便も良く、日本人にとって訪れやすい土地である。

さて、私は本学会にはここ数年定期的に発表しており、今回で7回目の発表となった。国際学会に参加する場合、最も壁となるのが英語力だと思われるが、実はそうではなくて研究内容そのものであることが多いと考えている。研究内容が興味深くなればディスカッションそのものがスタートしない。逆に内容が高度であれば相手側からの質問で、稚拙な英語であってもディスカッションは成立するのである。私自身、まだまだ国際学会では発表することが目的になっていて、何か新しいものを日本から発信するという域に到達していない。反省、反省の毎日である。

国際学会参加の一つの目的として、色々な人間関係を構築できることがある。年に1度の学会で出会う友人との交流は何事にも代えがたい貴重な経験である。さらに、先輩研究者との交流を通して学ぶことは大きい。また異なる国の文化に触れることで自分の視野を広げてくれる。

来年の32回学術集会は米国テネシー州東部のEast Tennessee State Universityでの開催である。新たなデータを引っ提げて、何か「爪あと」を残す学会にしたいと考えている。



ポスター発表にて:筑波大学大学院 石井孝法先生と



クロージングバンケットにて:左からDr. Mason,
Dr. Lee, 私, Dr. Hamill

モンゴル国国立健康科学大学での講義を回想する

了徳寺大学 健康科学部 整復医療・トレーナー学科 山本 清

私は、JICA(独立行政法人国際協力機構:Japan International Cooperation Agency)草の根技術協力(パートナー型)「日本伝統治療(柔道整復術)指導者育成・普及プロジェクト」派遣講師として、平成23年2月より1ヶ月間モンゴル国立健康科学大学で理論と実技の講義、他に現地外傷病院で臨床研修指導してまいりました。

短期間の公益活動でしたが、そこでの講義を回想します。

この日本伝統医療(柔道整復術)指導者育成・普及プロジェクトは、公益社団法人日本柔道整復師会が独立行政法人国際協力機構(以下、JICA)の草の根技術協力事業(パートナー型)の支援(5年間)を受け、モンゴル国内において「柔道整復術の指導・普及がモンゴル人のみにより可能となる状態になること」を目標とし、2011年9月よりスタートしました。

一次医療を担うバグ医師(准医師:首都ウランバートルでは医師の指示の下看護業務を行うも、地方では、医師の指示なしで手術以外の処置を担う)が、受傷患者に対し適切な治療を行い、外傷後の後遺症で悩む国民を一人でも少なくすることが求められています。モンゴル国の医療システムの現状は、レファラル制であり、市民は原則として、バグ医師による家庭医院・地区病院で初期診察を受け、必要に応じて個々の専門病院または総合病院(国立)に紹介される体制がとられています。骨折に対するの初期治療で徒手整復ができれば、いかに多くの人が変形、機能障害を少なくすることが可能となるわけです。

私は、モンゴル国立健康科学大学の学生にJICA派遣講師として講義を担当してまいりました。当初は、板書する際のチョーク、紙が少なく苦慮しました。発展途上の国であり物資の不足は仕方ないのであろうか。また、遊牧生活を強いられる民族にとっては教育水準が他国と比較すると不利といえるのであろうかと感じておりました。しかし、ここ首都ウランバートルに通う学生さん達の多くは、日本と同じく携帯電話を使用し、身に付ける服装も日本人と変わらない様です。首都と地方との生活水準の格差、教育に対する考え方に違いがあるのであろうか。了徳寺大学と同年令の学生さん達と接し、違いはどんなところなのか関心を抱きました。

ウランバートルに住み、この大学に通う学生さん達の多くは、使命感を持ち、熱心であり、純粋で学問に対しての真剣な態度が伝わってきました。廊下での擦れ違いの際には、会釈し挨拶をしてくれます。授業の最初には、お互いに日本語で挨拶を行います。号令「起立・気を付け・礼、よろしくお願ひします、着席」があり、終了時には、「起立・気を付け・礼、ありがとうございました」の言葉が交わされました。あとで、現地の先生方にお聞きしたら、日本の先生に教えていただくため採用しているのことで、「ありがとうございました」あたりまえの事が、あたりまえの挨拶が、日本では忘れかけてしまっているのでは、ふと思いました。

最終講義の最後の号令では、「ありがとうございました、ありがとうございました、ありがとうございました、……、……、……」何度も述べ、私は涙が止まりませんでした。感謝の気持ちを言葉で伝えてくれたことを一生涯忘れないでしょう。モンゴルには、「苦しい時に手を差し伸べてくれる人は真の友」という表現があります。皆夢を持ち、純粋で向上心のある学生達ばかりで、一生懸命学ぶ姿勢には感心致しました。

彼ら、彼女達が益々成長し日本の伝統技術である柔道整復医療を現地で伝承され多くの人を救っていただくことを願ってやみません。講師という立場でしたが、逆にこの地で日本人が忘れかけてしまっている何かを学び帰国しました。

現在モンゴル国とは親日国となっています。相撲界でも多くの力士が育ち、日本とは強い繋がりを持っています。我々の業界では有名な話ですが、力士のドルジさんが、以前怪我で東京の、ある接骨院の治療に訪れ回復し喜ばれました。日本で行われている柔道整復師による整復医療は、まだその国になく、ぜひ、その技術を医師以外のバグ医師(准医師)に導いてほしい願ひがあったようです。整復医療とモンゴル国の橋渡しをして下さった人物がモンゴル国の英雄ドルジさん:本名ドルゴルスレン・ダグワドルジ:朝青龍 元横綱です。ありがとうございました、感謝申し上げます。他国に来て「教育とは何か」を問い直したモンゴル滞在期間でした。



顎関節脱臼(三角筋による十字帯固定法:山本)



針金から手作りで副子を作成する熱心な学生



私が担当する授業中に国連関係者が視察に訪れました。特に日本で使われている金属副子がこのモンゴル国で利にかなうのか。日本の整復医療現場では安価で一般的に使用されているこの副子を手に取り何度も感触を確かめていました。また世界に類をみない日本の柔道整復医療のテキスト(了徳寺大学で使用)がどのようなものを注視していた事を憶えている。



講義中にモンゴル国営放送の取材がありました。日本でいうNHKにあたるテレビ局です。写真に写る女性(中央)モンゴルでトップのニュースキャスターだそうです。宿泊地に戻り、この様子が20分間、テレビ中継のニュースで流れ感激しました。JICAによる支援事業でモンゴル国での日本の伝統技術を教える柔道整復師という内容です。

テレビ中継されました。



新刊紹介



『ナースのための解剖生理 ポケットブック』

(飯島治之著、技術評論社、1,480円)

本書は看護学生、新人看護師、およびその他のパラメディカルの学生や従事者を対象とした簡便な解剖アトラスです。解剖学を学ぶにはその性質上、写真やイラストは不可欠なものです。したがって、解剖学では教科書以外に多くの解剖アトラスが市販されています。これらのアトラスの多くは医学向けのため以下のような難点があります。

- ・名称や引き出し線が膨大で、覚えるべきポイントの取捨選択が難しい
- ・分厚く、重いため日常的な携帯が困難である
- ・価格が高めである

本書のコンセプトは

- ・名称、引き出し線を重要ポイントにしぼり、簡単な解説を施した
- ・ポケット判とし、日常的な携帯や迅速な知識確認を可能とした
- ・比較的安価で購入可能とした

として、いつでも、どこでも解剖学の知識確認ができるようにしました。本書が広く活用され、解剖学の理解が深まることを期待します。

著書より

図書館のご案内

図書館のご利用



開館時間

月曜日～金曜日 8:30～20:20
土曜日 9:00～16:50

休館日

日曜日、祝日、大学休校日
館内整理日、年末年始
但し、夏季休業等の期間は別に定めます。

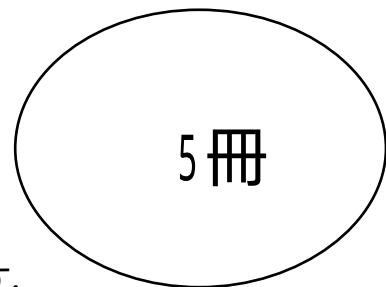
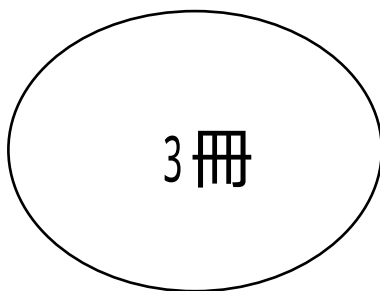
図書館のルール



- ・図書館の資料や施設は大切に
- ・私語は慎みましょう
- ・飲食は全面禁止です
- ・荷物はロッカーに入れてください

調べたいことや気になることは
いつでもカウンターまで
お問い合わせ下さい。

貸出冊数変更

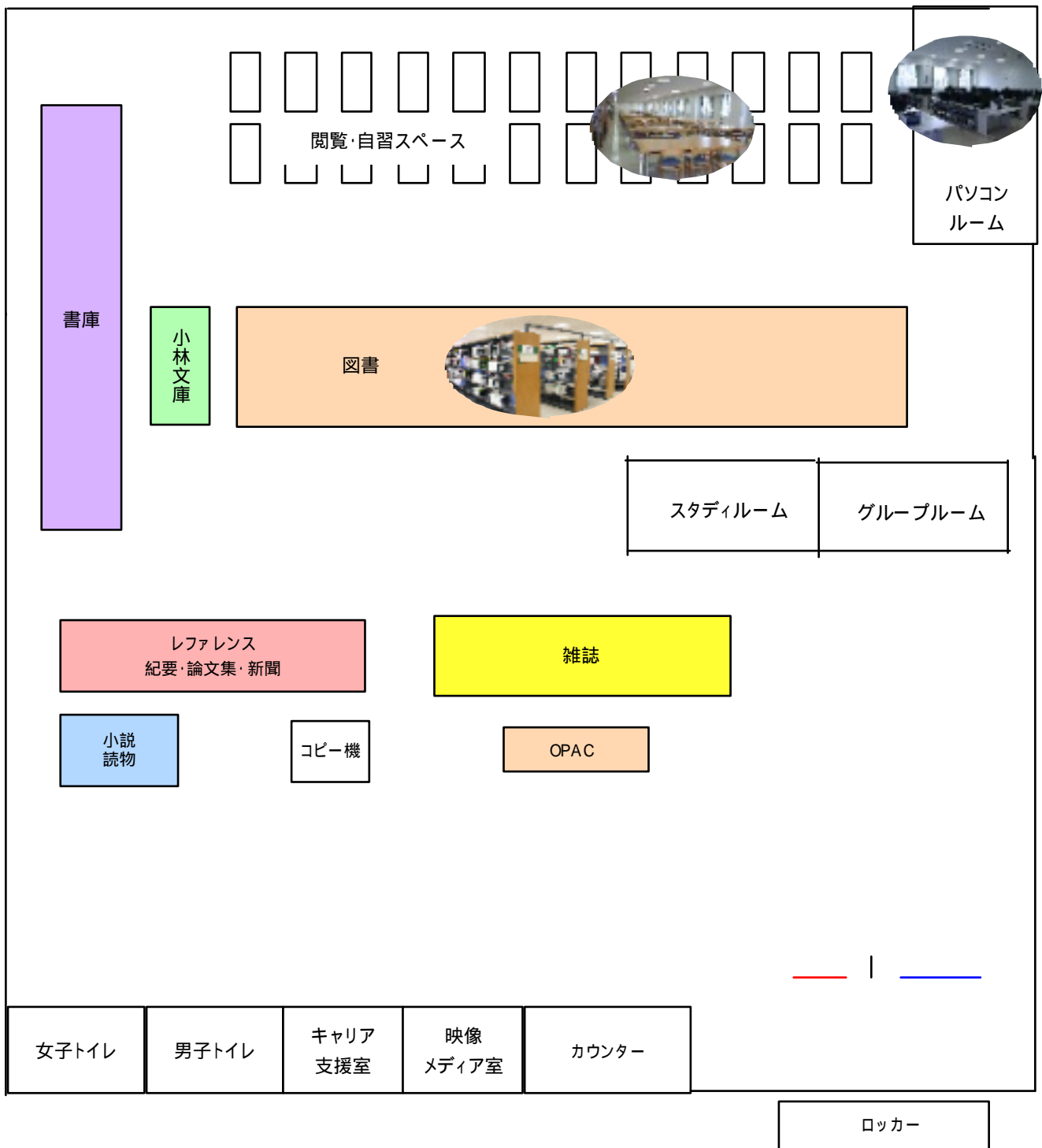


貸出期間は2週間です。

教職員は4週間です。

延滞してしまったら・・・
ペナルティーとして延滞した日数分の貸出が出来ません。

図書館マップ



グループ