



LIBRARY NEWS

2020 年

第 24 号

—巻頭言—

卒業前から求められる姿勢

図書館長 古井 透

私たちがいくつぐらいの細胞からできているか、実際に計数できないので、いろんな証拠から外挿してみた人たちがいます。2013 年の論文のタイトルはズバリ「An estimation of the number of cells in the human body」です。このボローニャ大学のグループによると、37 兆 2,000 億個とっています。それまで 60 兆個ともいわれてきたので、まだまだこの値については議論があって、コンセンサスが得られていません。実をいうと世の中議論中のことばかりなのです。

私たち自身は約 40 兆から 60 兆の細胞でなりたっているとして、その細胞を構成する元素は、いったいどれぐらいの周期で置き換わっているか、知っていますか？ 身近な例で言えば、たとえば昨日食べたマグロの刺身がどうなったのか考えてみましょう。何日ぐらいであなたの筋肉になるのか。1930 年代のルドルフ・シェンハイマーという人の実験によれば、3 日間ラットの餌に混ぜた同位体アミノ酸の 6 割が、3 日後には 56.5% が組織の中に取り込まれていたと言います。もとあった元素と置き換わっていたのです。全体の半分の成分が入れ替わる時間を半減期と言いますが、肝臓では 2 週間、赤血球は 120 日、筋肉は 180 日といわれるようです。つまり、昨日のあなたと今日のあなたは、厳密には全く同じではないし、元来私たち生きものはこういう外界との分子や物質の流れの中にあるということになります。「廃用症候群」や「フレイル」「サルコペニア」がなぜ起こるのか、少し解ったような気がしませんか？

さて、ここで半減期とは逆に倍加時間ということも考えてみましょう。1950 年での医学知識が二倍になるのにかった年月はどれぐらいだったでしょう？

1950 年での医学知識が二倍になったのは、1980 年だったといえます。実に 30 年間に要したことになります。では、1980 年の医学知識が 2 倍になるのに要した時間はどれぐらいだったでしょう？なんと、1987 年には 1980 年の医学知識が 2 倍になっていました。たった 7 年間でした。さらに、2010 年では 3 年半、2020 年ではたった 78 日で医学知識がその前の 2 倍になっていると予想されたのです。(Densen 2011)

つまり、あなたが在学中の間にも「学ぶ」べきことは時々刻々どんどん増え続けているのです。ですから新しい「知」が義務や苦痛でしかないのなら、この世は地獄かもしれません。しかし新たなる「知」が喜びである限り、今後もあなたには明るい未来が待っているでしょう。

大学図書館は、あなたの「知」の喜びに満ちた場所でありたい、そう願ってやみません。

図書館概要

2020.4.1 時点

開館時間

平日 9:00~20:00

土曜日

長期休業期間 9:00~17:00

蔵書数

本 約 29 千冊

雑誌 64 種

DVD 約 530 本

医学系データベース 2 種

休館日

・日曜日・祝日・長期休業中の一定期間など

貸出

大学生 5 冊 2 週間

※開館時間の変更・臨時休館については
掲示板等でお知らせします。

私の推薦するこの 1 冊

PT 専攻 大筆 友博 先生 推薦

『プロが教える筋肉のしくみ・はたらき パーフェクト事典』

石井 直方 監修、荒川 裕志 著 / ナツメ社/2012 年/¥1650

【所蔵 491.16 A】

解剖学で苦手なところは？

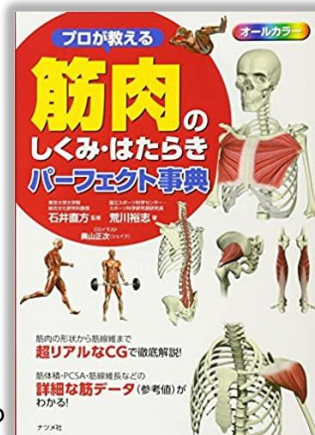
と聞くと、多くの人の第一声で出てくるのが「筋肉」です。

なぜなら、覚えることが多いから・・・。

リハビリテーションにおいて一番重要な領域でありながら、苦手とされる
1 つの大きな関門といっても良いと思います。

本書の素晴らしいところはいくつかありますが、ここでは 3 つ挙げておきましょう。

まず第 1 は、何とんでも図譜がリアルな CG 画像で描かれていることです。解剖用語の暗記は文字の羅列だけでは非常にづらい面があります。そのため譜を使った学習は必要不可欠です。しかしながら、多くの教科書では 3 次元的な筋肉の走行に関する説明を 2 次元の図譜を利用して行っており、イメージが湧きにくいという課題があるのです。そのような中、本書では 3 次元的な CG イラストが使われているので、模型が目の前になくとも立体的なイメージが付けやすくなっています。第 2 は、「起始」「停止」「支配神経」が、1 つの筋に対して 1 ページ以内にコンパクトにまとまっている点です。何を覚えればよいのか、どこが大事なのかをピックアップされているという点では、国家試験を目前に控えた学生にも是非お勧めしたいと思います。そして第 3 は、文章が極力平易な言葉で説明されており、日常生活動作やスポーツ動作における作用、筋の参考値データも記載されているため、「学問」としての堅苦しい学習にだけでなく、普段の生活の中や臨床現場に出た人達の復習としても有効な 1 冊です。



ST 専攻 松尾 加代 先生 推薦

『ときめき詩画集 あなたがいる』

星野 富弘 著 /いのちのことば社/2013 年/¥906 【所蔵 911.56 H】



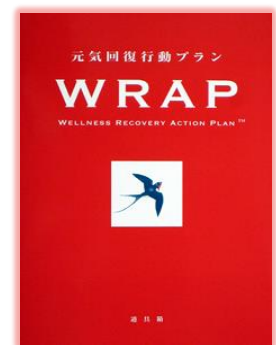
著者の星野富弘さんは、中学で体育教師をしていましたが、体操部の指導中に頸髄を損傷し身体を失ってしまいました。その後、口に筆をくわえて文字と絵を書く練習を始めました。現在、富弘さんの詩画展は世界中で開催され、何冊もの著書が出版されています。口で絵を描くなど、絵心のない私にとっては考えられないことなのですが、それに加えて、それぞれの絵に添えられている詩がどれも素晴らしく、一枚一枚に感動を覚えます。

絵と詩のどちらがメインなのかは、見る人によって異なるのだと思いますが、私は思考が言語よりのせい、富弘さんの「ことば」から励ましや慰め、強さを受けることが多いです。本書は、このような素晴らしい富弘さんの作品をもっと若い世代の人たちに知ってもらおうと、ある女子大生が立ち上がって企画し、ギフト用の詩画集として出版されました。富弘さんの美しい作品が収載されている 36 ページの小さな詩画集です。私は若くはありませんが、この詩画集を大切な友人にプレゼントしたりしています。まずはページを開いて、星野富弘の世界を覗いてみてください。

OT 専攻 大類 淳矢 先生 推薦

『元気回復行動プラン WRAP』

メアリー・エレン・コーブランド 著、久野 恵理 訳 /オフィス道具箱/
2009 年/¥1029 【近日入荷予定】

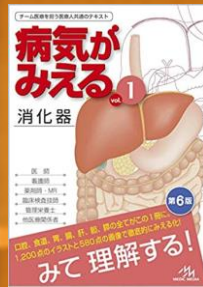


この本は、精神疾患を持つ方本人が、実際に元気になるために実践していることをまとめた本です。元気になるための自分で作る自分のための行動プランが示されています。

精神疾患を持つ方のための本だと思われるかもしれませんが、この元気回復行動プラン「WRAP」は誰にとっても役立つものだと言われています。誰にでも元気がない時、やる気が出ない時、イライラする時、ぼんやりとした感じがする時、などはあると思います。そのような時のために、自分なりに解決方法やその時に必要な道具を作っておくことに損はないと思います。

自分の元気に役立つ道具箱を作り、日常生活を管理する計画を立て、自分にとっての引き金を知り、明確なクライシスプランを作っておく。自分にとっても役立つし、皆さんが臨床現場に出ることになった際に対象者の方々にも使えるものだと思います。精神科での教科書のように思えるかもしれませんが、そういった使い方もできるでしょうし、自己啓発のようにも使えるでしょうし、使い方は自分次第です。100 ページ程度の手に取りやすい本です。ぜひ一度手に取って目を通してみてください。

新刊図書案内



図書館サポーター

リクエスト



新刊 DVD 案内

障がい児の食事支援
子どもの伸びる力を信じる

制作・著作 アローウィン
【分類記号】D369



ことばを育てる
語りかけ育児

制作・著作 アローウィン
【分類記号】D368



教員の著書紹介

PT専攻 今岡 真和 助教

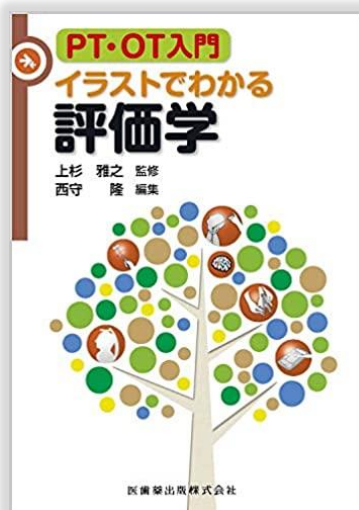


予防と産業の理学療法

編集：樋口 由美 ・ 浅田 史成 ・ 牧迫 飛雄馬

南江堂 / 2020 年 3 月 / ¥4,950

【図書館請求記号: 498 H】



PT・OT 入門 イラストでわかる評価学

監修：上杉 雅之 / 編集：西守 隆

医歯薬出版 / 2020 年 3 月 / ¥5,280

【図書館請求記号: 492.5 U】

図書館サポーター大募集！！

本が好き！図書館に興味がある！イベントを企画してみたい・・・など大歓迎です！

本の選書・おすすめ本の展示・ポップ作成・イベントの企画など・・・

図書館をより良くしていくボランティアを募集しています。

みんなと一緒に楽しい大学生活を過ごしましょう！

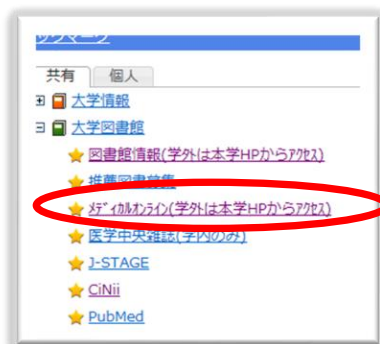
図書館窓口まで

メディカルオンライン

メディカルオンラインは、国内で発行された医学関連ジャーナル等の配信を提供するWebサイトです。学内・学外問わずアクセスができ、検索し、必要な文献をその場で全文閲覧・ダウンロードすることが可能です。授業・研究・実習にどんどん利用しよう！

アクセス方法

Desknet's トップページの画面右側にあるブックマークで「大学図書館」から「メディカルオンライン」を選びます。(学外からは、本学HPよりアクセスしてください。)



(トップ画面)

【キーワード検索】の場合

① 文献検索をクリックし、検索語を入力。



② 検索結果画面 (例)



【アブストラクト】

書誌情報や抄録を表示。
文献の概要を確認できます。

【全文ダウンロード】

文献の全文を見ることが
でき、PDF をダウンロード
できます。

を利用しよう！

【タイトルで探す】場合

① 「タイトルで探す」をクリック。

バックナンバー：さ・し

雑誌名	分野	発行元	配信年数
サーキュレーション・アップ・トゥ・デート	臨床医学：内科系	メディカ出版	2006 - 2013
最新医学	医学総合	最新医学社	1975 - 2019
最新女性医療	医学一般	フジメディカル出版	2014 - 2020
再生医療	基礎医学・関連科学	メディカルレビュー社	2002 - 2020
埼玉圏央リハビリテーション研究会雑誌	医療技術	埼玉圏央リハビリテーション研究会	2001 - 2007
埼玉県包括的リハビリテーション研究会雑誌	医療技術	埼玉県包括的リハビリテーション研究会	2008 - 2019
埼玉透析医学会誌	医学総合	埼玉透析医学会	2012 - 2019
埼玉県診療放射線技師会		埼玉県診療放射線技師会	2011 - 2020
埼玉県理学療法士会		埼玉県理学療法士会	1993 - 2004

④見たい巻号をクリック

バックナンバー：最新医学

発行元：最新医学社
ISSN：0370-8241
ISSN（オンライン）：

この雑誌の増刊号・別冊等はこちら

年	Vol. / No.
2019	74-1 74-2 74-3 74-4 74-5 74-6
2018	73-1 73-2 73-3 73-4 73-5 73-6 73-7 73-8 73-9
2017	72-1 72-2 72-3 72-4 72-5 72-6 72-7 72-8 72-9
2016	71-1 71-2 71-3 71-4 71-5 71-6 71-7 71-8 71-9 11月増刊

⑤検索結果

バックナンバー：最新医学

発行元：最新医学社
ISSN：0370-8241
ISSN（オンライン）：

最新医学
74巻 6号

特集 脳血管と認知症 序論
富本秀和*
*三重大大学大学院医学系研究科 神経病態内科学 教授・副学長
最新医学 74(6): 717-718, 2019.

【アブストラクト】
【全文ダウンロード(1.01MB)】

認知症と血管因子のホットトピックス
里直行*1, 猪原匡史*2, 富本秀和*3
*1国立長寿医療研究センター認知症先進医療開発センター 分子基
学大学院医学系研究科 神経病態内科学 教授・副学長
最新医学 74(6): 719-731, 2019.

【アブストラクト】
【全文ダウンロード(1.39MB)】

注意！

一度に大量のダウンロードおよび特定の雑誌を大量にダウンロードすることは禁止されています。違反行為があった場合は、大学全体の利用が停止される場合がありますので、各自注意して利用してください。

⑥終了する場合は、ログアウトをクリック。

お知らせ

図書館の感染症対策

- ・受付カウンターのビニールシート設置
- ・返却資料の消毒
- ・窓の常時開放による換気
- ・入口、カウンター、学習机等の定期的な消毒



ご協力よろしく
お願いします。

4 年生学外実習貸出

感染症予防の点から、学外実習中は
大学内に立ち入りができません。
そのため特別実習貸出をしています！

- ・1人 3冊まで
- ・期間 PT/ST：6/29～9/4 まで
OT①：6/29～8/7 まで
OT②：7/27～9/4 まで

夏休み特別貸出

- ・貸出期間：7/29～9/14
- ・1人5冊まで

返却日：9/29 まで

編集後記

6 月から対面授業が再開し、図書館もようやく活気を取り戻しました。
今までとは違う大きな環境の変化で戸惑うことも多いと思いますが、焦らず、ゆっくり前進しましょう。
図書館も少しでも学生の皆さんのお役に立てるよう、努めていきたいと思っています。
何か困ったことがあれば気軽に声をかけてくださいね。
最後になりましたが、今回寄稿してくださった先生方どうもありがとうございました。