

<p style="text-align: center;">図書館だより</p> <p>No.89 <i>ぽわぽわ</i></p>	<p style="text-align: center;">内 容</p> <p>◇巻頭言 歯科衛生学科 酒巻先生</p> <p>◇リレーエッセイ 作業療法学専攻 清水先生</p> <p>◇おすすめの本の紹介 栄養学科 荒井先生</p> <p>◇図書館サービス紹介</p>
<p style="text-align: center;">千葉県立保健医療大学図書館 2025. 10. 1</p>	

## 巻頭言

## 図書館の学生時代と今

歯科衛生学科 酒巻裕之先生

私が学生の頃の図書館は、「ノートとインクのおい」がしていましたが、今は「ノートとキーボードの音」がします。

私は高校生の頃から図書館を利用する頻度が増えました。大学では、授業の講義内容を理解したりレポート課題の資料を集めたりするのに、大学の図書館に通いました。私自身、初めて学ぶことが多く、部活動の先輩に相談すると、その先輩は私を図書館に連れて行って、迷うことなく教員が授業の資料としている書籍を取り出して私に渡してくださいました。先輩は、自ら学んでレポートを作成するように導いてくださいました。それからは、私も教員が授業の資料としている資料を探し出し、教員の説明内容と書籍の本文を合わせたノートを作成しました。今と言うポートフォリオを作成することができていたのではないかと思います。このように学んだ事柄の一部は、今でも実際の歯科診療に活かすことができていると、私を導いてくださった先輩に感謝しています。授業に出席して、そのときの教員の指導内容と自ら本を読んだ内容を合わせてノートにまとめることで、知識の整理や知識の定着ができると思います。参考にさせていただくとよいと思います。

そのような図書館も時を経て変化しています。まず文献検索の仕方は大きく変わりました。学生の頃は医学中央雑誌やPubMedは、毎年冊子体で図書館に所蔵され、それらのページを捲って調べていました。現在は、Webで容易に検索でき、かつ多くは資料を電子データで速やかにダウンロードして活用できるようになりました。今後、さらにオープンアクセスが進み、より容易に資料入手ができるようになり、授業準備や研究活動を進めることができると考えます。

また、現在はタブレット端末を使用する学生がいます。ほとんどの資料を電子データ化して授業中を含めて自習時もタブレット端末の電子データに直接書き込んで自身の資料にしています。様々な資料が一つの端末に集約しています。さらに、実技を伴う書籍には、動画を見ることができるよう、当該箇所二次元バーコードが示されていることがあります。これらの動画はスマートフォン等でいつでもどこでも視聴できます。これは演習や実習の予習・復習に役立ちます。

時とともに様子が変わった図書館でも、情報収集をして整理をし、自身の糧にする場の図書館のあり方には変わらないものが続いていると思います。今後も大いに活用しましょう。

# 猫を飼うということ

リハビリテーション学科 作業療法学専攻 清水大輝先生

猫を飼うことに、あなたはどんなイメージを持っているだろう。可愛さと引き換えに、餌やりやトイレ掃除など、手間の多さばかりを想像するかもしれない。しかし、実際に暮らしてみると、意外なメリットもある。1つ目は、「他者は思い通りにならない」という現実を知ることだ。猫は呼んでも来ないし、気が向けば突然寄ってくる。この理不尽さに慣れると、人間関係においても相手に過剰な期待をせず、「じゃあどうするか」を自分で考える癖がつく。社会では、相手が思い通りに動かないことに対し怒りを露わにする人が少なくな。しかし、自分と異なる生育歴や価値観を持つ相手をコントロールすることはとてつもなく難しい。猫を飼うことは自己中心性からの脱却に良いきっかけを与えると個人的に思う。

2つ目は、「孤独の質が変わる」ことだ。一人であるのに、一人じゃない。静かな部屋で本を読んでいると、いつの間にかそばに座り、ただ同じ空気を吸っているだけで、安心感が広がる。精神科領域では、この「場」を治療構造の一部として捉える考え方がある。猫との暮らしでも、言葉のやり取りはほとんどなくても、そこにある場が心の状態に影響を及ぼすことを、日常の中で体感できる。

私が猫と暮らし始めたのは中学生の頃だ。母が野良猫に餌をやり、家までついてきてしまった。仕方なくずるずると家に迎え入れたが、当時の私は猛反対だった。「生き物の命に責任を持てるのか!」「軽い気持ちで餌をやって、最後まで面倒を見られるのか!」と、やけに正義感を振りかざしていた。今思えば、あの頃の私は「べき思考」の塊で、自分の理屈を他者に押し付けていたように思う。

それでも一緒に暮らすうちに、考え方は少しずつ変わった。猫には猫なりの苦勞もあると思うが、私から見て猫は、正義感や他者評価など気にも留めず、のびをし、日なたで寝転び、気が向けば隣に座り、離れていく。その存在は、家の空気にやわらかな層を加え、日常の温度をじわりと変えていった。これらの余りあるメリットを享受しながら今日も私は猫アレルギーと格闘していく。



おすすめの本の紹介



栄養学科 荒井裕介先生

① 『白い航跡』吉村 昭 著 講談社、1991年 [幕張所蔵 913.6 Y91 上, 下]

明治時代の海軍軍医総監で、兵食改革により脚気対策に成功を収めた高木兼寛の生涯を描いた作品です。栄養疫学の第一人者であるハーバード大学のWalter Willettが著した“Nutritional

Epidemiology” [幕張所蔵 498.55 W74]では、高木は原因であるチアミンが発見される数十年前に、食事に何らかの欠乏があると仮説を立て、食事改善によって脚気予防に功績を残した人、と疫学手法（比較対照試験）を用いて人々の健康に寄与した例として紹介されています。



明治時代の日本では脚気が深刻な課題で、軍隊においても戦う前に脚気で倒れてしまう懸念があり、大きな課題でした。高木はイギリスで医学を学びましたが、イギリスでは脚気で苦しむ人はいませんでした。そこで高木は食事（窒素と炭素の比、つまり白米（炭水化物）が多く、主菜（たんぱく質）や副食が少ないこと）に問題があるのではないかと考えます。その実証のため、以前に脚気患者を多く出した練習航行と全く同じ航路をとり、食事を白米、味噌汁、漬物といった内容から、パンや野菜などを取り入れた西洋式の食事に変更し、脚気患者の発生を比較する試験を行いました。この試験により、食事を変更することで脚気患者を発生させないことを明らかにし、以後海軍では兵食改革に取り組み、脚気患者を劇的に減少させることに成功しました。現在では脚気はチアミン（ビタミンB<sub>1</sub>）欠乏症であることは明らかですが、チアミン発見は高木の試験の約30年後になります。実際は高木の仮説は誤っていたのですが、食事が問題であることは正しく（実際に高木提唱の食事はチアミンが多かった）、その対策をとったことで、脚気予防を成功させたのです。高木の功績は、真の原因やメカニズムは判明できずとも、丁寧な観察と分析により有効手段を探して実行することで、人々の生命を守ることができるという、疫学の強みを教えてくれます。なお高木は日本初の看護教育機関や現在の慈恵医大を創設するなど多くの功績を残しています。疫学に興味のある学生のみならず、多くの方に一読いただきたいです。

## ② 『栄養学を拓いた巨人たち（ブルーボックス）』 杉 晴夫 著 講談社、2013年

[幕張所蔵 498.55 Su34]



私が中高生の頃、ヤングジャンプに「栄光なき天才たち」という正当に評価されなかった人々の偉人伝の漫画が連載していて、特に鈴木梅太郎の話は印象に残っています。鈴木梅太郎は帝国大学農科大学（現在の東京大学農学部）教授で、オランダの生理学者エイクマンがニワトリの実験から玄米に含まれる特定の食事成分が脚気予防に有効であるという報告から、米ぬかから抗脚気成分の抽出に成功した人物です。その成果は日本語で論文として発表され、鈴木はこれをヒトに不可欠な未知の栄養成分（後にオリザニンと命名）であると報告しました。その後、ドイツ語に翻訳されて発表されましたが、新しい成分である主張が翻訳されず、鈴木功績は世界で注目を得ることができませんでした。一方、同時期に同じ成分を発見していたポーランドの生化学者フンクは“ビタミン”と命名して発表し、ビタミン発見者、命名者の地位を確立します。なおエイクマンはビタミン発見の功績によりホプキンスとともにノーベル生理学・医学賞を受賞しています。「栄光なき天才たち」の鈴木梅太郎の話を読んで、なんとも言えないもどかしさを感じたことを覚えています。

この本には、これまでの栄養学の確立に至る先人たちの功績をわかりやすく紹介しており、上述した高木兼寛も登場します。日本における栄養（栄養士）の歴史も紹介されていますので、他職種理解の一環としても一読いただけると嬉しいです。

## 図書館サービス紹介



### 卒業後の利用について



図書館は卒業後も利用できます。利用する日が決まったら、各キャンパスの図書館へ事前にお電話で確認してからのご利用をお勧めしています。（館内整理日や入試準備等の休館、試験期間とその1週間前など学内行事により利用できない日があります。詳しくは、本学図書館ホームページでご確認ください。）

### 利用可能なサービス

閲覧・貸出・複写サービスをご利用いただけます。オンラインジャーナルやデータベースについては、館内検索端末からのみご利用できます。

注）学外からのリモートアクセスは利用できません。また、情報処理端末（学生用PC）の利用もできません。

### 閲覧の場合

図書館のカウンターで身分証明証（または貸出券）を提示し、閲覧願を記入してください。資料の閲覧、複写（有料）、データベースの利用等が可能です。

### 貸出を希望される場合

在学中の貸出カードは使用できません。新規に貸出カードの発行をしますので、卒業生であることを証明できるもの（卒業証書など）と身分証明書を提示し、貸出カード登録書を記入してください。貸出券の有効期限は1年間です。有効期限の更新の際は、改めて身分証明書の確認が必要となります。卒業生は3冊以内、2週間借りることができます。予約待ちがなければ、貸出期間内で1回に限り、2週間延長ができます（電話受付可）。

※ご不明な点は、平日の9:00から17:00までにお問い合わせください。



千葉県立保健医療大学

■幕張キャンパス図書館

〒261-0014 千葉市美浜区若葉 2-10-1  
TEL.043-272-2987

■仁戸名キャンパス図書館

〒260-0801 千葉市中央区仁戸名町 645-1  
TEL.043-264-3061

図書館 HP



「図書館だより ぽ〜れぽ〜れ」に関するアンケートのご協力をお願いします

回答先はこちら(無記名)

<https://forms.office.com/r/Ma11r7CBp8>

