

# 海風通信

発行者：学校法人 了徳寺大学  
理事長 了徳寺健二

〒279-8567 千葉県浦安市明海5丁目8番1号  
TEL：047（382）2111（代表）

第16号

## 第16号 目次

### 【特集】 新入生に向けた大学生活のアドバイス

- ✿ 「図書館によろこそ」 ..... 2  
教養部・附属図書館長 池谷 壽夫先生
- ✿ 「学際的な書物に触れることの大切さ」 ..... 3  
医学教育センター 大谷 悟先生
- ✿ 「統計学に“王道”はあるか」 ..... 4-5  
教養部 西川 哲夫先生
- ✿ 「社会人として、そして人を助ける医療人として」 ..... 6  
教養部 秋本 啓之先生
- ✿ 「国家試験に向けての勉強法」 ..... 7  
整復医療・トレーナー学科 岡村 知明先生
- ✿ 「今後に向けた、図書館利用について」 ..... 8  
看護学科4年 小笠原 望さん
- ✿ 「臨床教育実習と勉強方法」 ..... 9  
理学療法学科4年 三山 悠河さん
- ✿ 「図書館で本を探しましょう-OPACの利用方法」 ..... 10-11
- ✿ 「図書館マップ」 ..... 12

今号より「図書館報」の名前が「海風通信（うみかぜつうしん）」となりました。

平成28年10月～12月に「図書館報」の名前を学生から募集いたしました。  
平成29年2月に応募多数の中から、受賞者が決定いたしました。

受賞者： 理学療法学科3年生 谷貝 勇氣さん  
「海が近くで気持ちいい風が通る場所にある了徳寺大学にピッタリだと思い、名前をつけました。」

図書館より一言：「図書館報にとっても清々しい名前がつけました。うれしい限りです。応募してくださったすべての学生の皆様が、大学や図書館のことをいろいろ考えて、思いを込めて、名前をつけてくださいました。ここに改めて感謝と御礼を申し上げます。海風通信ではこれからもさらに大学生活の一助となる情報を発信していきます。」

## 「図書館によこそ」

教養部・附属図書館長 池谷 壽夫先生

図書館長になって2年目になります。この間、図書館を教職員・学生のみなさんに何とか親しんでもらおうと、色々企画してみました。1つは、「図書館報」の名前を学生から募集し、新たに「海風通信」として出発することになりました。いい名前ですね。僕の好きな漫画家吉田秋生さんの『海街diary』を何となく彷彿させてくれます。

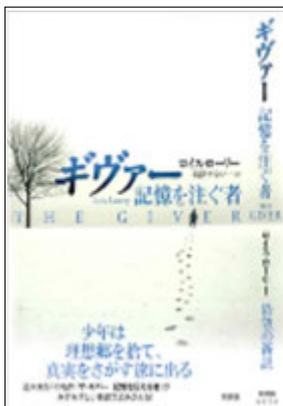
2つ目に、卒業時に学生の皆さんが使ってきた本を図書館に寄贈してもらい、その本を学生に自由に持って行ってもらえるようにしました。幸い173冊が集まり、136冊を在学生在が持って行ってくれました。その本がどのように後輩の皆さんによって受け継がれ、使われているのかを想像すると、とてもうれしくなります。

今年もいろいろなことを計画してみたいと思っています。学生・教職員の皆様からも、色々なアイデアをどんどん出していただけたら、と思います。例えば、学生の読書・映画紹介コーナーとかエッセーとか、アニメ・マンガ評論とかです。

最近、映画『ギヴァー 記憶を注ぐ者』（原題 The Giver、2014年）を観ました。アメリカの児童文学作家のロイス・ローリーの『ギヴァー 記憶を注ぐ者』（邦訳、新評論）を映画化した作品です。近未来の管理社会、人々はみな慇懃で平和であるけれどもすべてがコントロールされている世界。子どもたちの職業はすべて長老委員会が決定し、人々は投薬によって感情や感覚すら抑制され、本というものが無い世界で生きています。主人公の青年ジョナスは、主席長老から「レシーヴァー（記憶を受け継ぐ者）」という職業に任命されます。主席長老からの命を受けたジョナスは、コミュニティーのすべての記憶を蓄えている唯一の人物で「ギヴァー（記憶を注ぐ者）」と呼ばれる老人のもとで、すべてが記録として残されているたくさんの本に出会います。そこでジョナスは初めて、これまでの人類が歩んできた栄光の歴史だけではなく闇の歴史（戦争や紛争）、愛や憎しみなどの感情も知っていきます。時にはそれに驚愕し、悲しみ、打ちのめされます。やがてジョナスは、平和のために人々から感情や記憶を奪う社会に疑問を抱きはじめ、ついには真実の人間の世界を求めて、コミュニティーを一人飛び出していきます……。

この映画は、「なぜ本を読まなきゃいけないの？」という若者たちの最近の疑問に、1つのヒントを与えてくれるのではないのでしょうか。似たような映画に「華氏451」もあります。ぜひこれも観ていただけたらと思います。

『ギヴァー 記憶を注ぐ者』は未所蔵です。



『ギヴァー 記憶を注ぐ者』

ロイス・ローリー 著  
島津 やよい 訳  
新評論（2010年1月）

浦安市立図書館に所蔵があります。



『海街diary』  
吉田 秋生 著  
（小学館）

## 「学際的な書物に触れることの大切さ」

医学教育センター 大谷 悟先生

大学の機能ということ考えた時、実用的な側面と、いわば教養的な側面とが挙げられると思います。実用的な側面とは、ある分野の専門的な知識を獲得して、その道の専門家として活動する力量を得る、ということです。本学の場合で言えば、看護や理学療法などの専門家としての知識と力を得るのが、大学機能の実用的側面です。

一方で、教養的側面の方ですが、これは実は、大学と学問との本質に関わって来ると思います。教養は general education などと英語では表現されますが、この「一般 general」という語の通り、先鋭的な専門知識とは違って、それが何であり何の役に立つのか簡単には定義できないが、しかし一個人の「資質」とっては明らかに大切な、知識の一形態でしょう。そして、このような知への志向こそが、学問の底にあるものかもしれず、また、この種の知を獲得する場を与えるのが、大学機能の教養的側面だと思えます。

初めから高度に専門的知識を得るために、または専門的知識を開拓するために、学問分野に入ってくる人は普通いません。たとえば私の場合なら、私は初めから「げっ歯類の前頭前野皮質グルタミン酸性シナプス可塑性のドーパミン修飾」の様態を知りたくて神経科学分野に入ったわけではなくて、最初はもっと一般的な、しかし根源的な興味（「こころとは何か」という興味）を抱いて、神経科学の門を叩いたわけです。だんだん突き詰めて行くうちに、専門領域は決まって行き、興味もより先鋭化されたものになって行ったわけですが、私は、人が最初に抱く、一般的だが根源的な知への志向 — 「教養的」というべき知への志向 — が学問の出発点にはあって、そのような知が、学問が最終的に到達すべきものかもしれないと思えます。

自らすすんでそんな志向に触れるには、いわゆる学際的な種類の書籍に接することだと思えます。私は自分を「専門バカ」かもしれないと疑いますが、それでも最低の努力はし、学際的な本にも触れてきました。たとえば、もう絶版になっていますが、渡辺慧(わたなべ・さとし)という理論物理学者・情報科学者が著した「生命と自由」「認識とパタン」といった書物は、生命とは何か、そして生命が可能にするところの意識とは何か、という根源的な問いに答えようとしていました。また日本人初のノーベル賞受賞者として著名な湯川秀樹が、異分野の秀逸たちと交わした対談を収めた、一連の「湯川秀樹対談集」は、正に学問の礎にある教養的知への志向を如実に表していました。このような種の著作は、学問の本質を伝え、学問の「面白さ」を表わしています。学生には、専門分野の学習の合間に、こんな種類の本にも接することを私はすすめます。

『生命と自由』『認識とパタン』『湯川秀樹対談集』は未所蔵です。



『認識とパタン』

渡辺 慧 著  
（岩波新書）  
岩波書店（1978年1月）

浦安市立図書館に所蔵があります。



## 「統計学に“王道”はあるか」

教養部 西川 哲夫先生

「学問に王道なし」とは、どんな学問を修めるにも安易な方法はないという意味ですが、統計学もその例外ではないと考えるのが普通でしょう。しかし、医療系の学生のように、統計学を数学的な詳細まで完全に理解する必要はなく、統計解析の手法を正しく使えるようになりさえすればよいのであれば、ひょっとしたら王道はあるかもしれないと思わせるのが、今回紹介する「統計のはなし」（大村 平著）という本です。

現在統計学は、保健・医療、教育、心理、経済など、様々な分野で応用されており、その重要性は高まってきていると言ってよいでしょう。特に医療の分野では重視され、医療系の大学では統計学を必須科目として課している大学がほとんどです。本学でも3年前から教養科目の選択科目として開講され、私が講義を担当しています。しかしながら、必ずしも数学を得意としない医療系の学生にとって統計学を理解するのは容易ではありません。

多くの学生が挫折するのは、高校数学にはなかった慣れない概念や考え方が登場するためです。最初に学生が直面する壁は、「連続型確率密度分布」という概念の壁です。この、積分が確率を与えるという関数は、高校数学では経験したことがない性格のもので、学生にはなかなか馴染めないようです。確率分布の壁を乗り越えられたとして、次に克服しなければならないのが、「中心極限定理」とその中で導入されている「標本分布」という概念です。

「中心極限定理」は、母集団から抽出された標本の平均値がどのような確率分布（標本分布という）にしたがうのか、また標本分布のかたちが標本の大きさにどのように依存するのかを述べた定理で、推測統計学の考え方の基礎となる重要な定理です。この定理の内容が把握できなければ、「区間推定」や「仮説検定」のロジックは理解できません。

統計学は本質的に数学ですから、数式の変形を丹念に追いつつ定理の証明をフォローしていくのが通常の学習の仕方です。しかし、文系の学生や、バリバリの理系でもない医療系の学生にそれをしろといっても反発を食らうのは目に見えています。なんとかして、数式をなるべく使わないで統計学のエッセンスを伝えようと試みているテキストも最近ではいくつか出ていますが、どれも成功しているとは言い難いのではないのでしょうか。私自身は、そもそもそんなことできるわけがない、まさに「学問に王道なし」であって、数式を避けて統計学を理解しようなどとは虫がよすぎると考えていました。ところが、大村氏の本を読んで、案外そうでもないかもしれないと思うようになったのです。

統計学関連の出版物は非常に多く、書店に行くともまんと並べられています。私も書店に行く度に片端から手に取って眺めてみるのですが、これさえ読めばよいと言える本には出会っていません。実際定番とされるテキストも存在しません（強いて挙げるなら、「統計学入門（基礎統計学Ⅰ）」（東京大学教養学部統計学教室編）がありますが、この本は大学教養レベルの数学（「線形代数」と「解析」）を学習した上でないと読みこなせないでしょう）。

手頃なテキストがない理由は2つあると思われます。統計学を学ぼうとするほとんどの学生にとって、統計学は応用してこそ価値のある学問ですから、具体的な問題への応用例が豊富に盛り込まれていなくてはなりません。しかし、同時に統計学の概念的な部分の解説まで含めるとどうしても大容量になってしまうので、この部分は要点整理のような形を取らざるを得ず、全体としてはほとんど理解不能な代物になってしまっています。また、著者の多くが工学系や薬学系といった数学を専門としない分野の研究者で、概念的な部分の記述が明解ではありません。

大村氏の本では、我々が普段の生活の中で出会いそうな身近な問題を考える過程で標準偏差や確率分布といった概念を導入し、区間推定や仮説検定などの統計解析の手法を正しく使うためには最低限理解しておかなければならない考え方を、ほとんど数式を使わずに見事に説明しつつしているように思われます。

本書は基礎編と応用編から成り、基礎編は、前半がいわゆる記述統計学に、後半が推測統計学に相当しています。基礎編の前半では、データ集団を記述するための基本的な統計量（平均値、中央値、標準偏差など）を定義し、データの分布を視覚化するための箱ひげ図、ヒストグラムなどが説明されています。ヒストグラムの階級の幅を無限小にしたものが連続型の確率分布で、その代表的なものが正規分布です。前半の最後ではこの正規分布の意味と性質、確率変数の標準化と標準正規分布を利用した具体的な確率の計算の方法、正規分布の再生性までが分かりやすく書かれています。

後半から推測統計のはなしになります。りんごの箱からいくつか取り出して重さを量り、箱の中のりんご全部の重さの平均値を推定しようという簡単な問題を考える過程で、正規分布の再生性を利用して中心極限定理を証明しつつ、最後に母平均（箱の中のりんご全部の重さの平均値）の区間推定（母分散が既知の場合）に至っているところが見事です。次に、同じ問題を通して、母分散が未知の場合の区間推定を扱っています。その中で、数学的な詳細には立ち入らずに「標本分散」と「 $t$ 分布」を導入し、母平均の区間推定の方法を説明しています。区間推定の次は仮説検定です。仮説検定のロジックは高校数学で習う「背理法」と基本的に同じですが、判定を誤る確率を表す「危険率」という量を伴うところがややこしく、多くの学生を混乱させます。この本では、まず簡単な問題（見た目区別がつかない2本の瓶に入った香水を嗅いで、どちらが本物かを言い当てるテストを繰り返し、何回本物を言い当てれば判別能力があると言えるか）を通して仮説検定のロジックを完全に理解させようとしています。その上で、スーパーで買った食パンの内容量表示にごまかしがないかを判定しようという、ありそうな問題を通して $t$ 検定の考え方と方法を解説しています。また、右利きの人は右手の方が大きいというまことしやかな説を検証する問題を通して、いわゆる「対応のある場合の $t$ 検定」のやり方が分かりやすく説明されています（応用編には、適合度の $\chi^2$ 検定、 $F$ 検定のことも書かれています）。

冒頭でも少し触れましたが、統計解析の手法を応用することが目的の医療系学生にとっては、統計学を数学的な背景に至るまで完全に理解する必要はなく、区間推定や仮説検定を正しく使って、得られた結果を正しく解釈できればよいのです。大村氏の本は、この要求に十分答えてくれるはずですが、本書はB5版で300ページにも満たない手軽な本です。したがって、当然すべての推測統計の手法を網羅しているわけではなく、割合の推定と検定、独立性の $\chi^2$ 検定、対応のない場合の2標本 $t$ 検定などの実用上重要なものが扱われていません。しかし、推測統計学のエッセンスは本書で完全に語り尽くされているので、本書の内容を理解できれば、他のテキストでそれらを学習するのは難しくありません。

本書の初版は1969年とやや古く、装丁は地味でダサイ、挿絵も時代を感じさせますが、2000年に第68刷、2002年に改訂版第1刷、2014年に改訂版第16刷と版を重ねている、ひそかなロング・ベストセラーなのです。私の担当する統計学の講義でも参考図書に指定しています。本書で授業の予習をしておけば講義の内容は完全に理解できるでしょう。また、私の講義を受けてさっぱり分からなかった人も、本書を読めば「ああ、あのとき先生が言ったことはそういうことだったのか」と合点がいくかもしれません。

『統計のはなし  
基礎・応用・娯楽 改訂版』

大村 平 著  
日科技連出版社（2002年5月）



先生の研究室に図書があります。  
貸出希望の方は「研究室保管図書  
貸出・閲覧 申込書」に記入の上、  
カウンターに提出してください。

## 「社会人として、そして人を助ける医療人として」

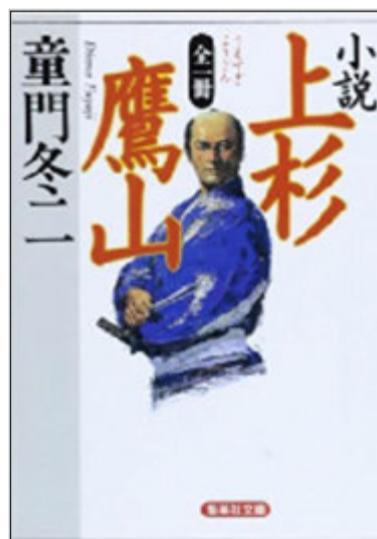
教養部 秋本 啓之先生

今回、私が紹介する図書は小説「上杉鷹山」です。上杉鷹山と聞いて、ん？ 上杉鷹山？ 誰？ という人もいらっしゃるかもしれません。しかし、1961年、43歳で第35代米国大統領になったジョン・F・ケネディの就任の時、日本の新聞記者が「日本で最も尊敬する政治家はだれですか」と質問しました。これに対し、ケネディは「上杉鷹山（うえすぎようざん）です」と答えました。前大統領アイゼンハワー時代から始まった不況を打開するために、150年前の江戸時代、すでに倒産状態にあった極貧の米沢藩を立て直した鷹山を学んでいたのです。

上杉鷹山の米沢藩は、江戸時代中期から後期にかけて、貧しさや凶作・飢饉のために、13万人強あった人口が10万人弱にまで減少していきました。絶望した領民が次々に藩を逃げ出す状況のなかで、日本一の貧乏藩（現代なら倒産したも同然の企業）を、養子の若い藩主・上杉鷹山（治憲＝はるのり）が想像を絶する苦勞をして、日本一豊かな藩に導いていきます。鷹山は、「ただこの上の願いは、一度国家を再興し、人民を安んずることこそ、この身生涯の願い、これに過ぐる事あるべからず」と述べ、自身は質素な生活に徹して献身的に努力しました。常に自己研鑽を重ね、言動は全て真心から出てくるような人物であるため、領民の信頼を得ていきました。

鷹山の生き方には、将来に暗雲が立ち込めた現在の日本に役立つ教訓が数多くあります。鷹山の藩政改革も前半は失敗の連続でした。途中であきらめていたとしたら本当の失敗です。成功した場合も、計画の何倍もの時間がかかっており、失敗から学べる事例は枚挙にいとまがありません。

皆さんも医療人を目指す者として、そして一社会人として色んな難題や困難に立ち向かっていく上杉鷹山の考え方や、弱い立場の者の声に耳を傾ける姿勢をちよっぴり覗いてみてはいかがでしょうか？ おすすめですよ！



『全一冊小説上杉鷹山』

童門 冬二 著  
（集英社文庫）  
集英社（1996年12月）

小説・読物の書架にあります。  
図書館マップ（P12）をご参照  
ください。

「請求記号」  
分類記号 913.6  
著者記号 Do



## 「国家試験に向けての勉強法」

整復医療・トレーナー学科 岡村 知明先生

柔道整復師国家試験も今年度で26回目となります。柔道整復師国家試験は30問の必修問題と200問の一般問題で構成されています。教科と配点は解剖学34問、生理学28問、運動学11問、病理学概論14問、衛生学・公衆衛生学13問、一般臨床医学23問、外科学概論12問、整形外科学12問、リハビリテーション医学12問、柔道整復理論60問、関係法規11問の計11科目230問で成り立っています。必修問題だけをみると解剖学4問、生理学3問、柔道整復理論15問、その他科目は1問ずつとなっています。必修問題に関しては解剖学、生理学、柔道整復理論の3教科だけで22問、一般問題は3教科だけで115問も出題されています。国家試験の合格基準は必修問題が8割以上（24点以上）、一般問題が6割以上（120点）となっているため、上記の3教科で点数をとることがいかに重要であることが分かります。

また、解剖学と生理学は柔道整復理論やその他の教科を勉強するうえで基礎的な知識として必要となるため、この2教科をしっかりと勉強し理解していないと他の科目を勉強していても理解することが難しくなります。柔道整復師国家試験を合格するためにはまずはこの2教科をしっかりと勉強することが重要になってきます。

本大学の講義でも、解剖学、生理学は1年次の講義のみでは終わらず、2年次には解剖学実習、生理学実習、3年次には病態生理学、4年時には整復総合演習の講義の中で解剖学と生理学の講義を行っており、4年間を通して勉強できるようになっています。なので、まずは学校の講義をしっかりと受け、授業時間外に講義の内容を復習し、知識を定着させることが重要になってきます。

そしてさらに柔道整復師国家試験に合格するためには、授業内容の復習だけでなく、自分で解剖学や生理学、柔道整復理論を勉強する必要があります。まず取り掛かるべき勉強法は柔道整復師国家試験の過去問題を解くことだと思います。最初はなかなか解けなくて辛いかもしれませんが、まずはどのような問題が出題されているか、教科書のどの範囲の問題が出ているかを把握するためには必要な作業です。やみくもに教科書や資料を見て勉強しては何が重要なことなのか分からないばかりか、終わりが見えないので勉強のモチベーションを維持することが難しくなると思います。過去問題の選択肢を教科書を見ながらチェックをし、どこが重要なのかを把握していきます。

そして1つ1つをしっかりと理解していく作業が重要になります。ただ、問題を解けるようになるのではなく、その問題や選択肢1つ1つに対しての根本的な理解をしていくことが重要です。特に解剖学、生理学はしっかりと理解していることで他の科目の問題も解けるようになるなど、その後の勉強にもつながっていきます。この作業を続けていけば結果的に解剖学、生理学、柔道整復理論の教科書を網羅することができると思います。そしてある程度この3つの科目の勉強が進んだら、その他の科目にも取り掛かりましょう。その他の教科も勉強方法は一緒に過去問題を中心に勉強するとよいでしょう。

柔道整復師国家試験は近年全国平均合格率は下がってきていますが、努力をすれば必ず合格できる試験です。過去問題を根気強く繰り返し繰り返し解き、問題を解けるようになるだけではなく、1つ1つを理解して知識を定着させていくことが勝負の鍵となります。



## 「今後に向けた、図書館利用について」

### 看護学科4年 小笠原 望さん

みなさんは、図書館を利用する機会はどのくらいありますか？ 人によって差があると思いますが、1～2年生の間はあまり頻回に訪れることは少ないのではないのでしょうか。しかし、図書館を効率よく利用することによって、みなさんの学びをより深めることが出来ます。2年生は初めての実習が近づき、3年生は領域別の実習が迫ってきており、来年には国家試験対策が始まります。ここでは、私が実習や国家試験対策に向けた図書館の活用方法や、勉強方法を紹介させていただきます。

#### ① 実習での学びを深めるためには・・・？

2年生のみなさんは、初めての实習が近づいてきており「どんなことをするのかわからない」「どんなことを勉強したらいいのだろう」と不安に思っているのではないのでしょうか？ 3年生のみなさんも、長い領域別の実習に対して緊張していると思います。では、不安や緊張を緩和するためにどうしたらよいのか？ 答えは、「事前の準備を万全にしておくこと」です。実習前には、事前課題で忙しくなると思われそうですが、事前課題では病態生理から、薬剤や看護技術について様々なことをまとめることとなります。しかし、ただ事前課題をこなすだけでは事前の準備に自信が持てません。インターネットや本から引用するのも1つの手ではありますが、それだけでなく写真付きの本や、わかりやすい説明がなされている本など、1つのことでも多くの本を読み比べて、自分自身でわかりやすくまとめてみましょう。医学書だけでなく、雑誌、例えば、プチナースなどにも病態や技術、関連図などの基本となるものが多く掲載されているので自身に合ったものを活用して、事前の準備を整えることが実習前のコツとなります。

実習中の活用方法としては、学内日には図書室の利用が可能となり、病棟で足りなかった知識を本などで調べることで補うことができます。しかし、それだけでなく実習中の振り返りも一緒に図書館でも行いましょう。看護には、エビデンスや根拠といったものが重要となってきますが、これらがあることで自身の看護が意味のあるものになっていきます。つまり、実際自分自身が行ったものは患者さんにとって効果はあったのか？ などを技術本や病態生理、解剖生理から考え、次回の実践に生かすことで実習の学びが深まっていきます。

実習は、みなさんの力を高める場です。学ぶ姿勢を大切に、よりよい学びを得ましょう。

#### ② 国家試験対策に向けて・・・

国家試験に向けて私は勉強中ではありますが、国家試験では基礎医学、基礎看護、領域別看護などなど多くの科目が出題範囲となっています。国家試験に向けた勉強法は、問題集や参考書を使い勉強することがほとんどです。しかし、国家試験の出題範囲にあるものはみなさんが実習で、学んできたことがほとんどです。そのため、実習のできごとに関連付けて勉強することで、効果が期待できるでしょう。また、国家試験の勉強ではなぜ、この答えなのか？ なぜ、これは違うのか？ という点を理解しておく必要があります。その答えを、問題集の解説で足りない場合、図書館の参考書を利用して、重要な点を付箋にメモして、問題集のページに貼っておくように私はしています。勉強に時間はかかりますが、国家試験をクリアするための近道はありません。コツコツと少しずつ、今みなさんの目の前にある課題をクリアすることで、目標に近づいていきます。図書館は、そのための助けとなる素材が多くあり、私は4年生になってから頻繁に使用させてもらっています。

みなさんが資料から得た、知識や技術は患者さん1人1人のためになりえるものです。正しい知識や技術を早いうちに身に付け、実習での学びを深められるよう準備して、看護への理解を深めてください。私も、看護への理解が深められるよう勉強しています。お互いに、看護師を目指して頑張りましょう！！

## 「臨床教育実習と勉強方法」

### 理学療法学科4年 三山 悠河さん

私のテスト前や普段の勉強方法、臨床教育実習に行ってみて必要だと感じたことについて紹介させていただきます。皆さんの参考になるかわかりませんが、少しでもこれからの学習のヒントにしていれば幸いです。

まずは当たり前のことですが、授業はしっかりと聞くことを心掛けていました。眠くなり集中力が続かなくなることもありましたが、先生方は教科書やレジュメに載っていないことを話していただきます。それが自分にとって為になることや、それによって理解が深まるのが私自身多くありました。そして、授業中に感じた疑問点について先生方に質問するようにしていました。どの先生も快く答えてくださるので、より理解が深まります。眠くなることもあると思いますが頑張ってみてください。

テスト対策は2週間前から始めるようにしてきました。早めに対策を始めることで、最後に再度見直す余裕ができます。焦って勉強すると頭に入らなかったり、範囲が終わらなかったりと良いことはありません。早めにテスト対策を始めましょう。そして、テスト期間中は睡眠時間を最低でも6時間は確保するようにしてきました。寝不足では頭が働かず解ける問題も解けなくなってしまいます。そのため、私は睡眠時間を確保することをオススメします。

具体的な勉強方法ですが、私はテスト範囲のレジュメや教科書を読み、その後すぐに問題を解くようにしていました。見て覚えるインプットだけでなく、問題を解くために知識をアウトプットすることでより記憶に定着します。問題を解くことで自分の苦手な場所がわかるので、そこを書いて覚えるようにしました。もう1つは友達同士で話しながら行う勉強方法です。自分の知らないことを相手に教えてもらうことや、相手の知らないことを教えてあげることでお互いに理解が深まります。

以上が私の行っていたテスト対策、勉強方法です。紹介した方法は私に合った勉強方法なので、皆さんに当てはまるかはわかりません。4年生になり国家試験勉強が始まるまでに自分に合った勉強方法を探してみてください。

3年次の臨床教育実習では回復期病院へ行きました。そこで今まで勉強してきたROMやMMT等の評価をやらせていただいたのですが、「もっと練習をしておけば良かった」と思いました。評価は1人で行うことが前提になっています。実際に病院で評価を行う前に体の使い方やゴニオメーターの当て方等を沢山練習を行ってから、実習に臨むようにすると良いと思います。

最後になりますが、私は遊ぶ時は遊ぶ、勉強するときは勉強するなど何事もメリハリが大事だと考えています。大変だとは思いますが、有意義で充実した生活を送ってください。

## 実習期間中には貸出延長申請を利用すると便利です

### 貸出延長申請について

- 貸出期間：2週間→4週間
- 貸出冊数：5冊

### ※貸出延長申請の申込方法

カウンター前の記載台に申込書があります。  
貸出の際に必要な事項を記入してください。



# 図書館で本を探しましょう

## OPAC：オーパック (蔵書検索端末)

了徳寺大学附属図書館に所蔵している資料は館内受付カウンター前にあるOPAC(蔵書検索端末)で検索します。IE(Internet Explorer)を起動させると検索画面が表示されます。



※専用端末は蔵書検索以外の用途にはご利用になれません。レポート作成など、PC利用をご希望の方はパソコンルームをご利用ください。

## 検索トップページ

●フリーワード検索  
調べたいキーワードを入力して検索する。

●条件項目検索  
書名・著者名・出版年など、具体的な条件で検索する。



書名や著者名で検索する場合は、入力間違いに注意しましょう。うまく検索できない場合は、書名の中の単語を抜き出して検索してみましょう。

フリーワード検索

条件項目検索

各検索画面から、条件を入力して検索ボタンをクリック  
(トップページからもフリーワード検索ができます)

## 検索結果一覧画面

### 検索結果一覧画面

検索条件に該当する資料の一覧が表示されます。各資料の書名をクリックすると詳細が閲覧できます。  
↓  
この結果から絞り込み検索もできます。



### 書名をクリックして資料の詳細画面へ

資料の配架場所が詳細画面から確認できます。

「研究室」「カウンター」「書庫」の資料は職員へお申し出ください。

資料詳細画面

※請求記号

配架場所コード	
分類記号1	491.1
著者記号	Ma
副本記号	
書名	人体の構造と機能
著書名	
シリーズNo.	
巻次	
版表示	第2版
著者名	エレインN. マリーブ著 林正健二 [ほか] 訳
登録番号	00026788
和洋区分	和書
備考	
出版者	医学書院

請求記号とは

図書館資料の背に貼ってあるラベルの番号を「請求記号」といいます。

請求記号は、資料の主題を表す**分類記号**、著者の頭文字をローマ字で表す**著者記号**、シリーズものに付与される**巻次記号**の3段によって構成されています。

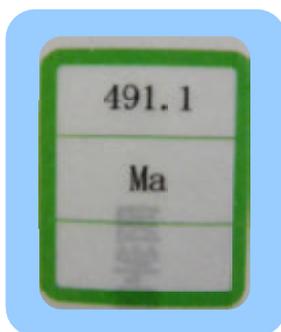


同一の主題の本をまとめて書架におくことで図書・資料を探しやすくするためのものです。

請求記号は資料のテーマや分野、配架場所、書架での並び順がわかる大事な情報です。

(※了徳寺大学附属図書館では、日本十進分類法に基づいて分類しています。)

書名、請求記号を確認して書架へ探しに行きましょう。「OPAC利用票」にメモをとると便利です。



背ラベル

資料の背ラベルを確認しましょう。

よく使われる図書の分類記号

教育	370~379.98
医学	490~499.9
基礎医学	491
臨床医学	492
理学療法	492.5
看護学	492.9
内科学	493
外科学	494
衛生学	498
スポーツ	780
体育医学	780.19



書架はOPACより見て左から0(000)~9(900)の番号順に並んでいます。



分類記号→著者記号の順に探します。

資料の増加によって、配架場所は移動することがあります。書架の位置を記憶するのではなく、分類記号で探す方法を覚えましょう。



※閲覧した資料は、請求記号にしたがって定位置に戻すか、返却用ブックトラックをご利用ください。

# 図書館マップ

**図書・雑誌**  
 図書は内容ごとに分類されて並んでいます (分類記号順)。  
 図書の貸出はカウンターで行っています。  
 雑誌は学料ごとに五十音順で並んでいます。  
 雑誌の貸出はできません (閲覧のみとなります)。

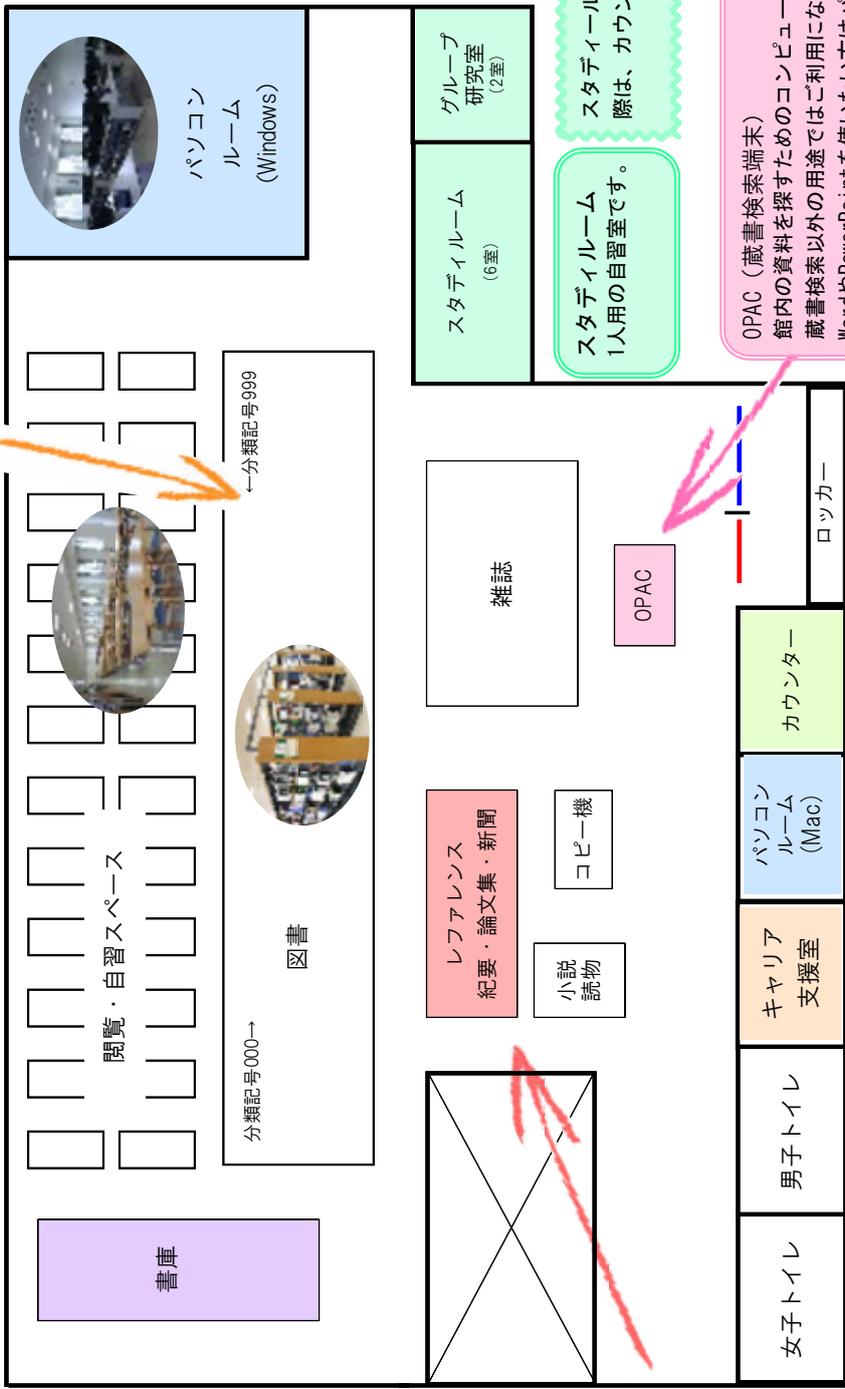
## 開館時間

月～金曜日 8:30～20:20  
 土曜日 8:50～16:50  
 休館日…日曜、祝日、大学休校日、館内整理日、年末年始

図書館の資料や施設は大切に扱ってください。  
 学習・読書中の方がいます。館内では静かに過ごしましょう。

**書庫**  
 古い雑誌と、過去1年分の新聞が保管されています。ご利用の際は職員にお申し出ください。

**レファレンス**  
 レファレンス辞書などの参考書が配架されています。ここにある資料は全て、館外には持ち出せません。館内でご覧ください。



**パソコンルーム**  
 図書館開館時間内はご自由にご利用ください。視聴覚資料はこちらでご覧になれます。その際はカウンターでヘッドフォンをお借りください。

**グループ研究室**  
 グループ用の自習室です。2～8人でご利用ください。

**スタディールーム**  
 1人用の自習室です。  
 スタディールーム・グループ研究室をご利用の際は、カウンターで利用申し込みが必要です。

**OPAC (蔵書検索端末)**  
 館内の資料を探すためのコンピュータです。蔵書検索以外の用途ではご利用になりません。WordやPowerPointを使いたい方はパソコンルームへどうぞ。

カバンや袋状の物は持込禁止です。ご自分のロッカー又は図書館のロッカーに荷物をしまってください。

**カウンター**  
 図書の貸出・返却、スタディールーム・グループ研究室のお申し込みはこちら。また、分からないことがありますたらお気軽にお尋ねください。

**キャリア支援室**  
 就職活動に関する資料があります。