

海風通信

発行者：学校法人 了德寺大学
理事長 了德寺健二

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

第27号

【特集】卒業を迎える皆さんへ

第27号 目次

「卒業生の皆様へ」 学校法人了德寺大学 理事長 学長 了德寺 健二	2
「3つの言葉 -社会人として生き残るために-」 医学教育センター 中島 琢磨	6
「卒業を迎える皆様へ」 整備医療・トレーナー学科 2019年度卒業生 関 駿斗	9
「私が学生生活を通して大切だと感じた事」 整備医療・トレーナー学科 2年 茂木 達哉	10
「卒業を迎える先輩の皆様へ」 看護学科 2年 飯田 萌花	12
「私の国家試験対策と就職活動」 理学療法学科 4年 小森 均音	13
「データベース(P u b M e d)の紹介」	14
「新着図書&NEWS」	18
「卒業後も役立つ! 図書館の情報 Part2 編集後記」	20

右のQRコードを読み取り、図書館ホームページにアクセスすると、これまでの海風通信(図書館報)を閲覧できます。



卒業生の皆様へ

学校法人了徳寺大学
理事長 学長 了徳寺 健二

卒業生の皆様、御卒業誠におめでとうございます。
心から御祝い申し上げますと共に、4年間の学びを基礎にし、実社会で更にそれぞれの道を深く研鑽を積まれ、大成されますことを心からお祈り申し上げます。

昨年5月には新入生の皆様には、儕輩の群をしのぐ人として成功するには、ある時期・時空を超えて、ある時には、命を賭してまでの学びの体験が必要だと喝破しました。私はその事を「学びの羽化」と呼んでいます。

何故それまでにして学ぶのか、それは自分が自分を生み出すと言うことなのです。

私達は、母上から生まれた生物学的な生から長じ、もう一度自分で自分を生み出し、生まれ変わらなければ、そのような成功は生まれません。そして、そのような学びの羽化を経た者だけが、自信と謙虚に生きる術(すべ)を得られるのです。

深い学びから得られた自信と誇り、そして深く学べば学ぶほど未知の世界が広がり、謙虚に生きる術を得ることになるのです。その謙虚に、柔軟に生きる事こそ、儕輩の群をしのぐ人への成長の根源となるでしょう。

さて、卒業生の皆様、私は2012年春に世界医学史上、驚愕すべき医療技術を開発しました。

私の人生のテーマは、不老長寿の技術を開発して、了徳寺大学の完全無償化を実現することです。それに向かって私は「人類の老化と病気はストレスによる血流低下と、加齢による成長ホルモンの分泌低下によって起こる」という仮説を立てて研究を続けてきました。

私達は、20歳をピークに10年間に16%ずつ成長ホルモンは分泌低下し続け、70代では20歳時の20%しか分泌しておりません。

皆様はすでに御存知のように、私は人体からストレスをとる技術を確認しました。人体からストレスをとると何が起きるのかと言う人類未知の現象は驚くべきものでした。



私が確定した人類未知の体表点4ヶ所に、私が開発したストレスフリー器と名付けた医療機器で、金とアルミからなる直径3ミリメートルの導子を装着し、火傷しない48℃未満の心地良い温度で遠赤外線を照射すると、わずか1分で末梢の血流が2倍から4倍増幅するということを突き止めたのでした。そして、その未知の現象は常に100%の確率で、①血中のストレスホルモンコルチゾールが低減する、②腸管の蠕動運動の亢進、③2倍から4倍の血流増幅が起きる、これらの3つの現象が三位一体で起きるのでした。私はこの新しい治療技術をストレスフリー療法と命名しました。

当初は、100年前にカナダのセリエ博士が、人類の病気はストレスで起きるとしたストレス病因説を信じ、先述したストレスフリー療法によってそれを為し得、全ての病気が治ると予測しました。そして、ストレスフリーによって生活習慣病を中心に、広く改善されることは判ってきましたが、まだ道半ばだったのでした。

それから、先述の成長ホルモンの分泌亢進に波及していきました。そして、幸いにも2020年7月に私は、先に開発したストレスフリー療法の体表点を利用し、顔面のある一点に遠赤外線を照射するということによって、老化により分泌低下した成長ホルモンを分泌亢進あるいは分泌正常化を果たすことを発見いたしました。

大幅な血流増幅と共に成長ホルモンの分泌正常化によって人体は若返り、病気とも決別することになれると確信して臨床を推めているところです。

しかしながら、私の研究はそれにとどまることはありませんでした。

私が患っている左眼の白内障を、これらの技術によって治すことへの挑戦が始まりました。その為に、白内障について学び、更に眼の解剖学を深く学ぶことにしました。そこから得た結論は、私達の眼の水晶体、カメラで言えばレンズにあたる水晶体も、解剖学的に見れば外膜を通じて代謝が存在する事、白内障の原因はまだ判っていないとされますが、加齢による水晶体の水分の消失や、タンパク質の変性によるとされています。

外膜を通しての代謝をあげる術、又、タンパク質変性には加齢による成長ホルモンの分泌低下が大きく影響していると仮説をたてて研究を続けた結果、顔面の人類未知の体表点に、その仮説に添うツボを発見したのでした(現在、特許申請準備中のため、この体表点の位置はご容赦下さい)。



左図 : Stress Free Apparatus II

先生が本学で開発したストレスフリー器。ストレスフリー療法で使用している。

本学では希望する入学者に貸与し、「学びながら美しく健康になれる」ことを実践している。

そして、今までの技術を応用しながら、私達の体表点4ヶ所にストレスフリー器の導子を装着し、30分から1時間の治療が始まりました。すると、驚いたことに、短時間の内に瞳孔の白い濁点がみるみる消失し、視力が戻り始めているのです。

つまり、私は人類で初めて重症の白内障を自然治癒する技術を開発したのです。

人類の誰しもが避けることの出来ないと言われる白内障を救うという、ノーベル賞級の治療技術を、了徳寺大学が開発したことになります。

現代医学では、白内障は退行性病変の典型的疾病で、不可逆性病変とされます。そのような疾病が治るということを考えた人はいなかったと思います。

「ピンチはチャンス」、常にチャレンジャーであり続けるという私の哲学が生きたと考えています。

私は、この技術によって人体は若返ることを証明したと考えています。そしてこの技術を応用した「了徳寺大学附属銀座若返りクリニック」を、この4月に開院し、病める人々の光明になろうとしています。

更に、2年間で全国14主要都市に附属クリニックを展開し、それで得られる利益を高等教育に還元して、世界で初めての了徳寺大学完全無償化を実現し、卒業されゆく皆様の誇れる大学に成し遂げる約束をしたいと思います。

因みに、私は、アメリカのB.O.バーンズ博士の著書に示唆を受け、人体からストレスをとる技術を発見したのです。長年続けた読書が、60歳を過ぎてから活きたという訳です。読書の習慣が成功を呼び込んだと言えると思います。

結びに、人生成功の秘訣は学びの羽化と、人のために生きる努力、そしてチャレンジャーであり続ける姿勢が必要であることをお伝えし、結びの言葉といたします。

人生成功の秘訣



了徳寺 健二先生の著書紹介 ～本学に所蔵があります～

ここでは、多くの著作を持つ了徳寺健二先生の著書から、一例ををご紹介します。
「教員執筆図書」コーナーに配架しています。



『血流を増やせば健康になる』

これまでの研究成果を、身近な健康法として紹介した図書。自宅で簡単に実践できる健康法として、「12のツボ」を、図と文章で説明します。また、本学で実施しているストレスフリー療法の事例を、改善された症例とともに紹介しています。「12のツボ」の見つけ方とお勧めの指圧方法も紹介します。(2018年3月発刊)

請求記号：492.5||Ry



『健康の悩みを解決する長生きのスイッチ』

「長生き」と呼ばれる人々の傾向を調査した結果と、先生が発見した「長生きのスイッチ」を紹介した図書。「長生きのスイッチ」には、「7つのスイッチ」と「2つのツボ」があるそうです。これらの効果と見つけ方を、図や文書で、丁寧に説明します。(2014年6月発刊)

請求記号：493.49||Ry



『長生きのスイッチを教えます』

了徳寺大学の先生方が開発した「ストレスフリー療法」の開発秘話を中心に、この療法が、白内障や認知症、うつ病などの現代病の治療に効果をもたらすだけでなく、記憶力などの向上にも効果があることを解説した図書。治癒事例の他に、戦国武将とストレスとの関連性の考察や、綾小路きみまろさんとの話も織り込まれています。(2013年9月発刊)

請求記号：493.49||Ry

3つの言葉 - 社会人として生き残るために

医学教育センター 中島 琢磨

ご卒業おめでとうございます！

さて、卒業と言えば、新しい世界を目指す船出。おめでとう🎉 という言葉がふさわしいと思われていますよね？でも、本当はどうなのかな？

社会に出る。責任を背負って、失敗したらどうしよう……。自分の生活を、自分で働き賄(まかな)わなくてはならない。仕事をずっと続けられるだろうか？

多くの先輩が大変な状況にあるのを目の当たりにし、また、国家試験に新型コロナウイルス感染症の感染者や濃厚接触者に対する配慮が一切されなかった現実を目の当たりにして、社会の厳しさ、冷酷さを感じた事と思います。その上で、これから踏み出す道程(みちのり)を考えると、夢や希望と共に、大きな不安も抱えざるを得ませんよね。

どうして良いかわからない無理難題だって起こるかも知れないけれど、前に進むしかない。いや、人生の時間・ステップは確実に、逃げようもなく進んでいきます。

無理難題に対して、「無理なんだい！」とキレてしまったら、取り返しの付かないことになるかも知れません。目前に迫る腹ぺこな肉食獣に背を向けて目と耳をふさぎ、「怖くない怖くない！見えないし聞こえないから怖くない！」と自分をだますのと同じことだからです。

そこで、追い詰められ、崖っぷち、どん底と感じたときこそ役に立つ、重要なキーワードを3つ、紹介します。もちろん、100%解決する言葉なんてありませんけれど、きっと役に立つと思うからです。

それは、

1. 「生きていれば何とかなる」という確信と、
2. 「ひとりじゃない」という励ましと、
3. 「じゃあ、どうすればいい？」という問いかけです。

追い詰められ、行き詰まり、絶望しているかも知れない状況で、そんなことできるか！と思うかも知れません。でも、この3つの言葉は、私を含む、多くの人々の力となってきました。現在活躍しているリーダー達の多くも、この3つの言葉に助けられて来ています。



なぜ？
説明しましょう。

1の、「生きていれば何とかなる」というのは、
「本当に死ぬようなことなのか？ 僕の／私のいのちはそんなに安っぽいのか？
今の生き方だけが、自分のすべてなのか？」と言うのと、同じことです。

実際、追い込まれて自死してしまうひとの多くは、1つの失敗、1つの行き詰まりに目も心も釘付けとなり、視野が狭くなって身動きができなくなって絶望しています。鬱に陥る人の多くも、同じ思考に囚われ、自分の心を殺してしまいます。

眼を上げれば広い可能性が拡(ひろ)がっているのに、真っ暗な穴に引きつけられて目が離せなくなる。身体が動かなくなる。恐怖があなたをその穴に引きずり込み、あなたの心を殺し、肉体を滅ぼしてしまう。

ひとは、怖いもの、恐ろしいものから目が離せなくなる本能的習性を持っています。その恐ろしいものが、あなたから思考力を奪い、選択肢を奪うから、他の可能性を考えられなくなるのです。

でも、本当は、その恐ろしいものは、真っ暗な穴の闇は、そこに落ちなければいいだけのこと。避けて通れば済む。その穴に入ることにこだわらず、別の道を選べばいいのです。

もし、別の道を選ぶことが、今の仕事を失うことに繋がっても、それで終わりじゃありません。好きな仕事であれば、職場を変えればいいだけのことだって、多いのです。

だから、「生きていれば何とかなる」のです。

2の、「ひとりじゃない」は、

「同じ苦しみをかかえている仲間が、同じ苦しみを抜け出した仲間がきっといる。近くにいなくても、必ずいる。相談してみよう。」と言う意味です。

相談しようと思うとき、「同じ苦しみを抱えている仲間」を同じ職場に求めると、多くの場合、愚痴を言い合う仲間にとどまったり、助言をくれるどころか、却って否定的な言葉を投げつけられることも多くあります。ですので、救いを求めて相談するときは、公のサービスを利用したり、場合によっては、法務省の人権相談を利用するのも良いでしょう。

以下に、公共の相談窓口を例としてあげておきます。これらの他にも、NPO法人や県、市などの自治体で相談を受け付けているところがあります。



心の相談室（厚生労働省）



相談窓口一覧（厚生労働省）



法務省人権相談窓口



3. の「じゃあ、どうすればいい？」は、

1. と2. をベースに、「次の一手」を、問題の解決に向けてうつために必要な問いかけです。真っ暗な闇に引き込まれないよう、避けて通る方法を考えると言うことです。

時にこの問いかけは、必死で考えることを求めます。想像力も必要となってきます。苦しさや辛(つら)さの中で、このように思考を巡らせる努力は辛いかも知れませんが、その辛さは、たとえて言うなら、限界に来た腕立て伏せを、さらに何回も、歯を食いしばってやり続けるのと同じです。

このとき、「筋肉は裏切らない！」と叫んでも、もう身体を持ち上げることができず、倒れてしまうかも知れません。そういうときは、他のひとの手を借りましょう！素直な気持ちで話し、助けてもらうために、相手のことばを否定せず、一度そのまま呑み込んで、静かに考えてみてください。

もちろん、こういうときに相談する相手は、誰から見ても信頼できる相手ではなくてはなりません。人の弱みにつけ込み、苦しんでいる人から、さらにすべてを奪おうと目を付けてくる人が、たくさんいるからです。

さて、なんだか卒業生の皆さんに贈る言葉としては、かなりへんな文章になってしまいました。けれど、覚えておいてください。3つの言葉を。苦しいときに相談できる場所があることを。そしてどうか、苦しみに追い詰められる前に、まだ余裕がある間に、この3つの言葉と、相談できる相手のことを、思いだして下さいね！

みなさんの前途が平穏で、お幸せな喜びがいっぱいに実る道でありますように。



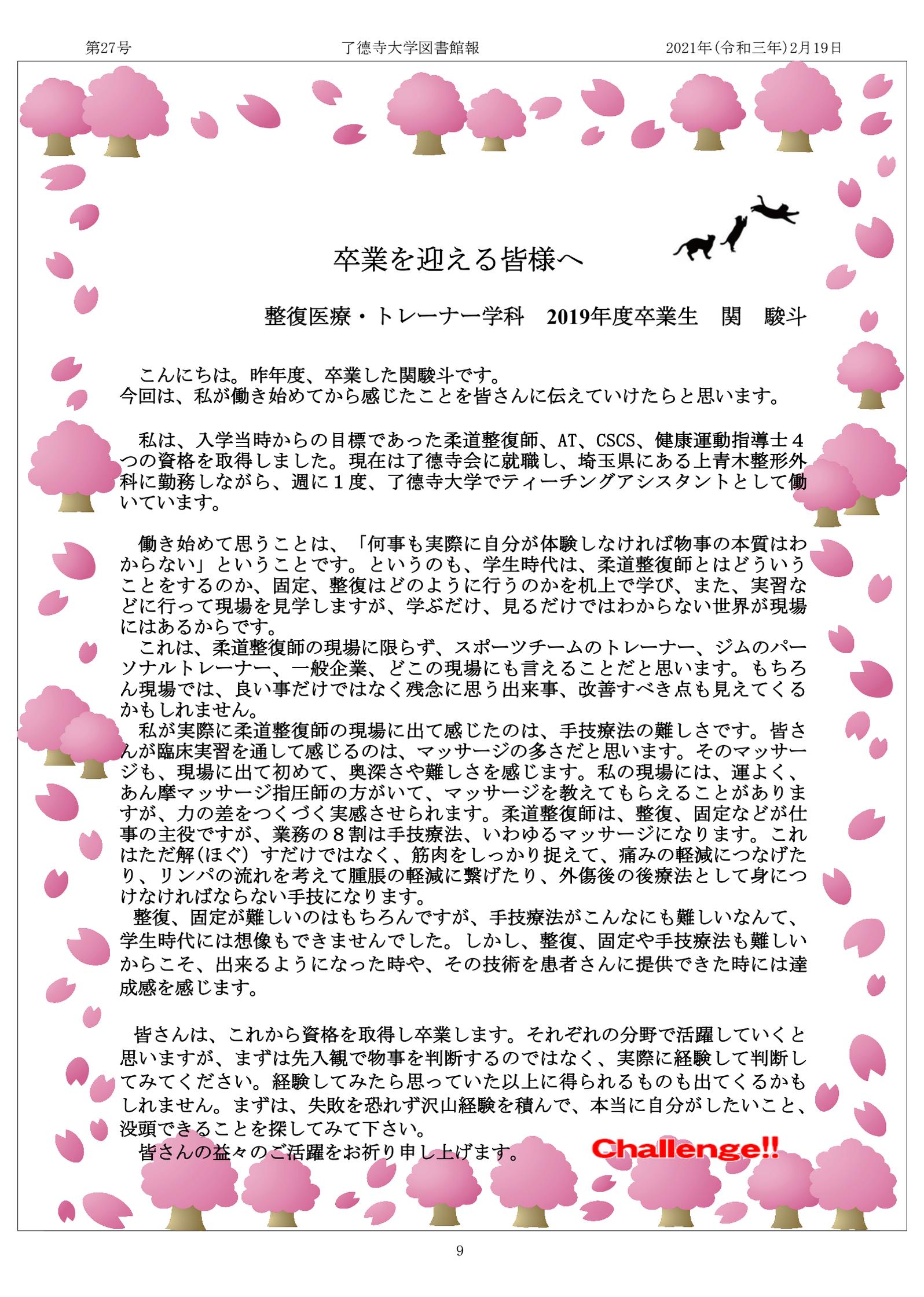
「どん底」のときに効くキーワード



1. 生きていれば何とかなる
2. ひとりじゃない
3. じゃあ、どうすればいい？

思しいい出でしてねね!!





卒業を迎える皆様へ

整復医療・トレーナー学科 2019年度卒業生 関 駿斗

こんにちは。昨年度、卒業した関駿斗です。
今回は、私が働き始めてから感じたことを皆さんに伝えていけたらと思います。

私は、入学当時からの目標であった柔道整復師、AT、CSCS、健康運動指導士4つの資格を取得しました。現在は了徳寺会に就職し、埼玉県にある上青木整形外科に勤務しながら、週に1度、了徳寺大学でティーチングアシスタントとして働いています。

働き始めて思うことは、「何事も実際に自分が体験しなければ物事の本質はわからない」ということです。というのも、学生時代は、柔道整復師とはどういうことをするのか、固定、整復はどのように行うのかを机上で学び、また、実習などに行って現場を見学しますが、学ぶだけ、見るだけではわからない世界が現場にはあるからです。

これは、柔道整復師の現場に限らず、スポーツチームのトレーナー、ジムのパーソナルトレーナー、一般企業、どこの現場にも言えることだと思います。もちろん現場では、良い事だけではなく残念に思う出来事、改善すべき点も見えてくるかもしれません。

私が実際に柔道整復師の現場に出て感じたのは、手技療法の難しさです。皆さんが臨床実習を通して感じるのは、マッサージの多さだと思います。そのマッサージも、現場に出て初めて、奥深さや難しさを感じます。私の現場には、運よく、あん摩マッサージ指圧師の方がいて、マッサージを教えてもらえることがありますが、力の差をつくづく実感させられます。柔道整復師は、整復、固定などが仕事の主役ですが、業務の8割は手技療法、いわゆるマッサージになります。これはただ解(ほぐ)すだけではなく、筋肉をしっかり捉えて、痛みの軽減につなげたり、リンパの流れを考えて腫脹の軽減に繋げたり、外傷後の後療法として身につけなければならない手技になります。

整復、固定が難しいのはもちろんですが、手技療法がこんなにも難しいなんて、学生時代には想像もできませんでした。しかし、整復、固定や手技療法も難しいからこそ、出来るようになった時や、その技術を患者さんに提供できた時には達成感を感じます。

皆さんは、これから資格を取得し卒業します。それぞれの分野で活躍していくと思いますが、まずは先入観で物事を判断するのではなく、実際に経験して判断してみてください。経験してみたら思っていた以上に得られるものも出てくるかもしれません。まずは、失敗を恐れず沢山経験を積んで、本当に自分がしたいこと、没頭できることを探してみてください。

皆さんの益々のご活躍をお祈り申し上げます。

Challenge!!

私が学生生活を通して大切だと感じた事

整復医療・トレーナー学科 2年 茂木 達哉

私事ではありますが、来年度より学友会の会長に就任させていただく事になりました。ご支持頂いた教職員並びに学生の皆様には誠に感謝いたします。

私が学生生活を通して大切だと感じた事は、「多くの方と関わる事」、「食欲に学ぶ事」、「時間を有効に使用する事」です。私の座右の銘は、ガンジーの名言である『Live as if you were to die tomorrow. Learn as if you were to live forever. (明日死ぬかのように生きよ。永遠に生きるかのように学べ。)』です。この名言が私の大切だと感じた事の大本となるのかも知れません。

まず、「多くの方と関わる事」の大切さについてですが、たくさんの事を学ぶことが出来るからです。特に上級生の方など私より経験豊富な方と関わる事によって、良い経験と失敗してしまった経験の両面を聴くことができ、今後活かせる事を学びました。また、「多くの方と関わる事」は、数珠繋ぎのようにいろいろな方と関わる機会を増やすので、さらに多くのことを学ぶ事が出来ます。

次に、「食欲に学ぶ事」の大切さについてですが、私は、柔道整復師はもちろんA T、C S C S、健康運動指導士の資格を取りたいと考えています。一方、それは大変だと感じています。多数の資格を取るためには、食欲に学び多くのことを吸収する必要があると考えています。また、私には、「一人でも多くの選手に怪我などで苦しい思いをさせない。怪我など苦しむ選手を一人でも多く救いたい。」という目的があります。この目的のためにも、今どれだけ食欲に学べるかが大切になると思います。

最後に、「時間を有効に使用する事」の大切さについてですが、過ぎてしまった時間は戻ってきません。私たちは限られた時間の中で学んでいかなければならないため、時間を有効に使用する事はとても大切だと考えています。そのためには、優先順位をつけ実施すること、そうすれば無駄な時間を減らすことが出来るので、結果的に時間を有効に使用する事につながると考えます。

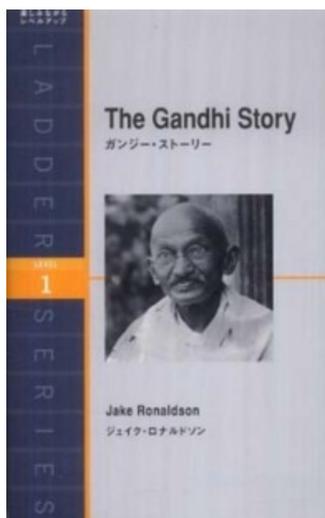


上記の3つの事が、私が学生生活を通して大切だと感じた事です。未熟な私ではありますが、今回紹介した事が、少しでも先輩方や在校生の皆さんのお役に立つ事ができるのであれば、大変光栄に思います。

最後になりましたが、先輩の皆様、ご卒業おめでとうございます。



「ガンジー」 ～本学に所蔵があります～



『The Gandhi Story ガンジー・ストーリー』

請求記号：837.7||Yo||1

茂木さんに感銘を与えたガンジーは、「インド独立の父」として知られています。ガンジーは、イギリスのインド支配に対し、「非暴動・不服従」という方法で抵抗し、ヒन्दウー教徒とイスラム教徒の融合を目指しました。何度も投獄されながらも、ついにインド独立の夢を果たしています。

左記の『The Gandhi Story ガンジー・ストーリー』は、「多読コーナー」に配架しています。

卒業を迎える先輩の皆様へ

看護学科 2年 飯田 萌花

入学当時の私は、看護師が具体的にどんなケアをしていて、患者さんとどんな風に向き合っているのか、あまり分かっていませんでした。しかし、学んでいく中で、看護はとても難しいけれど、奥が深く素敵な仕事であると確信しました。患者さんは、一人ひとり色々な思いを抱えながら病気と闘っていて、その側で支える看護師は、患者さんや家族の嬉しい瞬間や悲しい瞬間、そして怒りや喜び、人生の始まりや終わりなど、様々な瞬間を患者さんと共にします。だからこそ、看護は、患者さんと家族の人生に深く関わる重要な仕事であると学んでいくなかで強く思いました。

また、入学前の私は病気を治すのは医師であると考えていました。しかし、看護師が行う患者さんへのケアやサポートでも、患者さんの回復が見込めることに、驚きと共に看護の力の凄さを感じました。

今は、医療がとても重要視されており、色々な場面で看護師は活躍しています。また、その活躍の場もどんどん広がっているため、看護師に求められる知識や技術も高まっていると思います。

そして、現在は新型コロナウイルスによる感染拡大で医療が逼迫しています。そのような中、4年生の皆さんは、初めての病院勤務になると思います。初めての現場で緊張するにも関わらず、多忙になっており、悩む事も沢山あると思います。しかし、この4年間で学んだ事、そして仲間を思い出して頑張ってください。

看護師が行うことは、患者さんを一番に考えたケアとサポートだと思います。そして、この大学4年間で学んだ全てが重要であり、必ず皆さんの糧になるものだと思います。

本当に大変な時期だと思いますが、頑張ってください。
ご卒業おめでとうございます。



私の国家試験対策と就職活動

理学療法学科 4年 小森 絢音

私は昨年9月に病院の採用試験を受け、内定をいただきました。地道に努力を重ね、第一志望の病院に合格し、模擬試験においては合格ラインを維持することが出来ています。そこで今回は、僭越ながら私の勉強方法と就職活動について紹介させていただきます。

まず、勉強方法についてです。私が本格的に国家試験勉強を始めたのは4年生になってからです。テキストは「ヒント式トレーニング」と「クエスチョン・バンク」を使い、勉強していました。ただ繰り返すのではなく、間違えた問題のみを解いたり、知らない、説明できない単語を調べて参考書の余白に追記したり工夫していました。模擬試験の見直しにおいても解説を読んで、参考書に書き込むというやり方をしていました。また、必ず覚えるべき分類や疾患などは写真を撮り、度々見返すようにしました。勉強において大事なことは「繰り返す」ことです。様々な参考書に手を出したくなりますが、厳選した参考書を何度も繰り返すのが良いと思います。何度も繰り返すと答えを暗記してしまうかもしれません。しかし、5択ある選択肢全てを説明できるようになるまで深掘りすると、出題形式が変わっても対応することが出来ます。国家試験までは長いようであつという間です。適度な息抜きをしながら突っ走ってください。

次に、就職活動についてです。まずは初めに「なにがしたいか」という軸を考えるといいと思います。整形外科分野にいきたい、様々な分野を経験したい、など何でも良いです。また、就職活動においては先輩や先生を頼るという選択肢もあります。私自身も先輩や先生に相談にのっていただいたことで、自分のやりたいことを明確にすることが出来ました。「なにがしたいか」という軸があるのとないのでは、勉強に対するモチベーションが変わってきます。そして、本格的に求人が出るのは秋以降なので、まだ時間はあります。

皆さんも勉強の傍ら、少しずつ将来のイメージを膨らませてみてはいかがでしょうか。応援しています。



データベースの紹介 ～PubMedとは～

有料の医学文献データベースMEDLINEの文献情報を中心とした「書誌情報」のデータベースです。米国国立医学図書館(NLM)によって無料で公開されています。
※MEDLINEは5200以上の主要な生物医学系雑誌を収録する「書誌情報」のデータベースです。

※図書館ホームページより利用できます。
誰でも無料で、どこからでも利用できます。



PubMedでできること

PubMedでは、医学用語や著者名、雑誌名等のキーワードを手がかりに、収録されている生物医学系を中心とした雑誌に掲載された文献（主に英語）の書誌情報（タイトル、著者名、雑誌名、抄録等）を検索できます。文献の書誌情報の検索方法には、主に次の4つの方法があります。

- ①キーワード（主題）で検索する
- ②著者名で検索する
- ③雑誌名で検索する
- ④MeSH(Medical Subject Headings:医学用語の統制語、医学分野のシソーラスのこと)で検索する

データベースを使う前に



世の中には様々なデータベースがあります。ここでは、データベースを使うときの一般的な注意事項をまとめます。

1. 「何が読めるのか」を確認する

全文が読めるのか、タイトルや著者名などの書誌情報だけなのか、読める分野は何か、いつの論文が読めるのかなどを確認します。特に「全文が読めるか」、「収録雑誌名」、「収録期間」の3点の確認は大切です。

※PubMedは、論文のタイトル名や著者名、掲載された雑誌名等の書誌情報のデータベースです。論文の全文は含まれません。但し、論文によっては無料公開されているものもあります。検索した書誌情報の中に、「Free Article」や「Free PMC Article」と記載があれば、全文を読むことができます。記載がない場合は、論文の掲載元のサイトから有料でお読みいただけます。

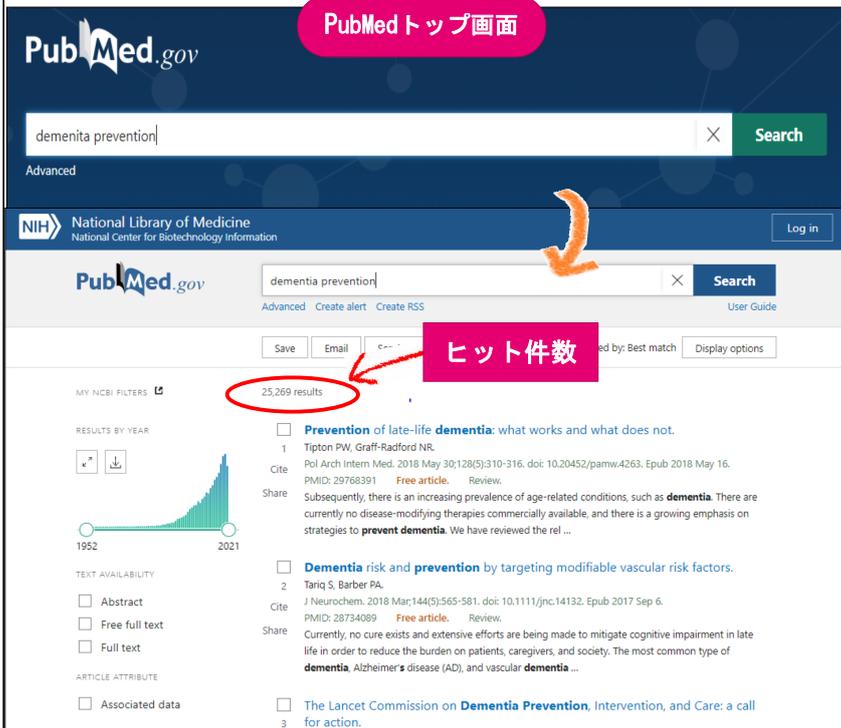
※本学で個別契約がある雑誌に掲載されている論文は、無料でお読みいただけます。

2. 「読めない論文がある可能性」を知る

データベースに含まれない雑誌や論文は、検索してもヒットしません。また、抄録（論文概要）は無料でも、全文は有料ということもあります。興味のある論文がヒットしない場合は、データベースを変更することで希望の文献を入手できる可能性があります。

1. キーワード(主題)で検索する

基本的な検索方法です。興味のある主題のキーワードを英語で入力し、検索します。



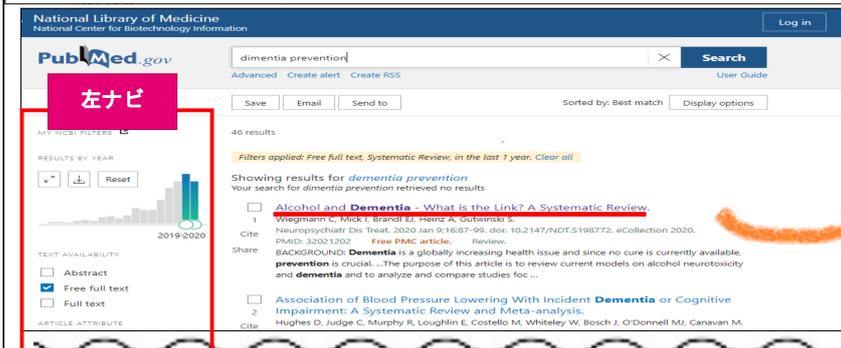
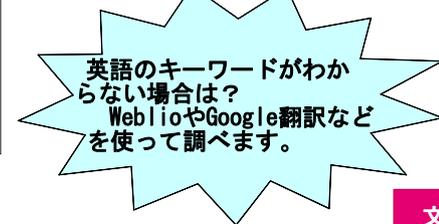
1. PubMedのトップの検索ボックスで、興味のあるキーワードを入力し、[Search]を押します。

ここでは「dementia(認知症)」と「prevention(予防)」という2つのキーワードに関連した文献を検索してみます。

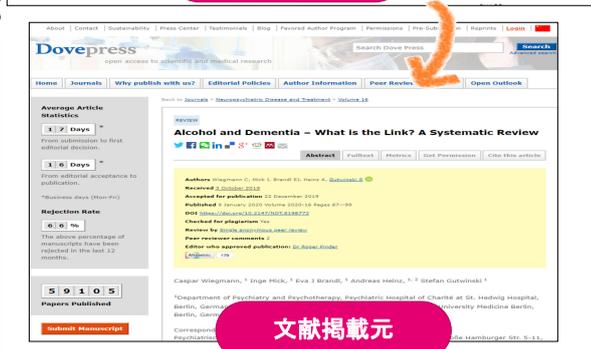
多数の文献(25,269件)がヒットしました。

※1 キーワードは大文字でも小文字でも構いません。
※2 入力したキーワードは、自動的に文献の索引語であるMeSHや雑誌名などにも変換され検索語として使われます。

※3 複数のキーワードをスペースで区切ると、AND検索になります。



文献掲載元へ



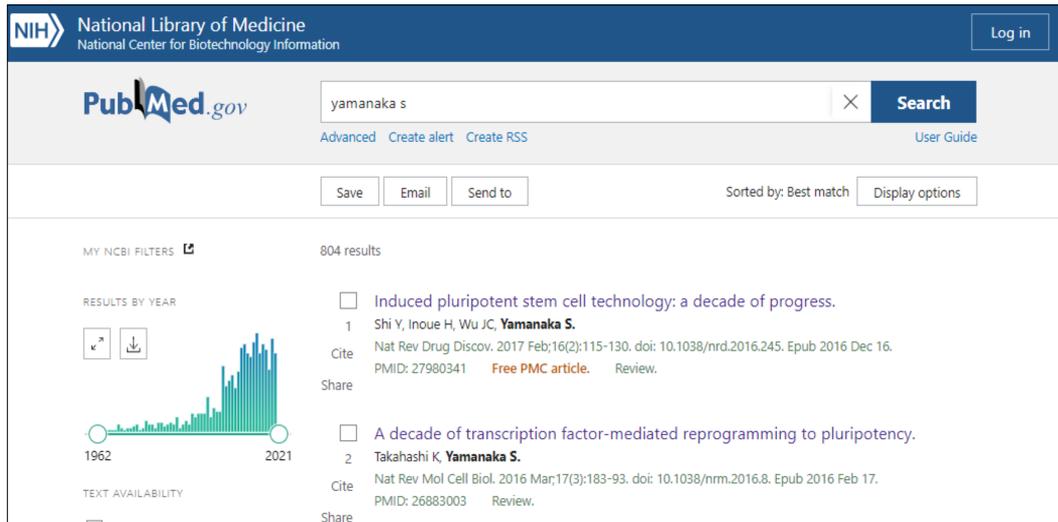
2. 多数の文献がヒットしたため、左ナビの検索条件(フィルター)を使い、「期間」などの条件を追加し文献数を絞り込みます。例は、1年以内に発行され、文献の種類がシステムティック・レビュー(同一のテーマに関する複数の比較試験などを統計的に処理し評価結果をまとめた論文)で、無料で全文を読めるものに限定。「dementia」と「prevention」という2つのキーワードに関連する文献を検索、46件まで論文数を絞り込みました。

読みたい文献のタイトルをクリックすると、文献の概要を説明する画面が表示され、抄録や類似文献、この文献に紐づけられたMeSH用語などを確認できます。右上の[Full Text Link]下のアイコン(リンクアイコン)をクリックし、文献掲載元サイトへ移動し閲覧します。

※4 検索条件を追加したいときは、左ナビの[Additional filters]をクリックします。文献の種類(Article Type)や言語、性別、雑誌種別などの条件を追加し再検索することで、さらに文献を絞り込むことができます。

2. 著者名で検索する

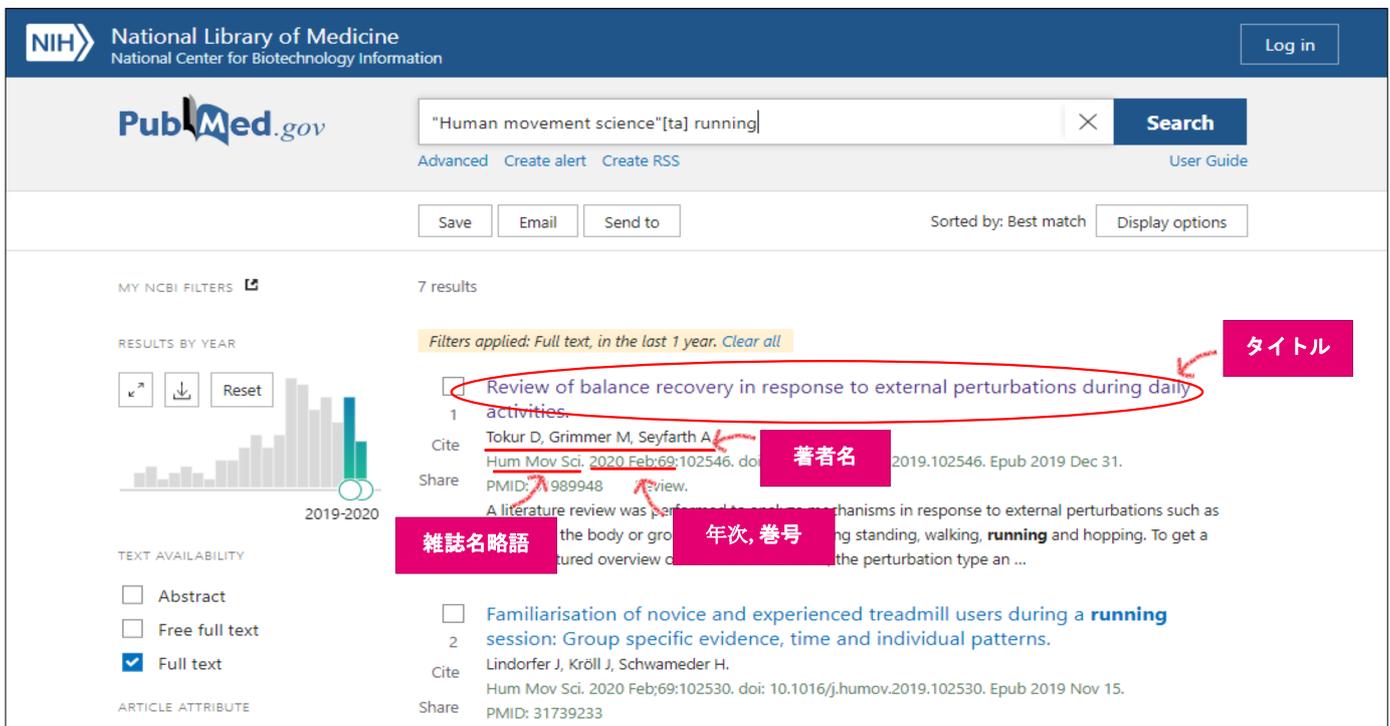
著者名を検索ボックスに入力し、検索する方法です。



1. 「ラストネーム（姓）（スペース） ファーストネーム（名）のイニシャル」の順で入力します。姓と名の間はスペースを入れます。ミドルネームがある場合は、ファーストネームの後に続けて「ミドルネームのイニシャル」を入力します。
(例 : Paul E. O'Brien → O'brien PE)。
上の例では、「yamanaka s」と入力し、山中伸也氏の文献を検索しました。
※1 2002年以降出版の文献から原著にフルネームで記載があれば、フルネームでも検索できるようになりました。ラストネーム、ファーストネームどちらを先に指定しても構いません。

3. 雑誌名から検索する

雑誌名を検索ボックスに入力し、検索する方法です。



1. 例は、『Human movement science』という雑誌で、この1年間に発行された、キーワード「running(ランニング)」に関連した全文が読める文献を検索した結果です。検索ボックス内""の中の文字列が雑誌の正式名、[ta]は雑誌名であることを示すタグ(するし)です。書誌情報に、「Free Article」や「Free PMC Article」表記がない場合は有料です。但し、本学で契約がある雑誌の場合は、タイトルをクリックし文献概要説明画面の右上に表示される「リンクアイコン」をクリックすれば、無料で読むことができます。

PubMed トップ画面

Explore MeSH Database Journals

クリック

■雑誌名があいまいな場合は.....
雑誌名があいまいな場合は、雑誌名を調べましよう。
PubMedトップの[Explore]から[journals]をクリック。[Journals in NCBI Databases]で雑誌名を調べることができます。下の例は「human」と「movement」のキーワードに関連した雑誌の一覧を表示し、『Human movement science』を検索した例です。雑誌名をクリックすると、正式雑誌名や略語、ISSNなどの雑誌情報が書かれた画面が開き、確認できます。

NLM Catalog: Journals referenced in the NCBI Data

Enter topic, journal title or abbreviation, or ISSN:
human movement

Human movement science

雑誌名をクリック

クリックすると、正式な雑誌名や略語、ISSN等の雑誌情報画面が開き、確認できます。

4. MeSH(シソーラス) から検索する

特定分野の統制語辞書をシソーラスとよびます。MeSHとは医学分野の統制語辞書のことです。

MeSH用語で検索する方法です。

PubMed トップ画面

MeSH用語を使った検索方法は幾つかありますが、今回は、良いキーワードが思いつかないときにMeSHを使う方法を紹介しします。

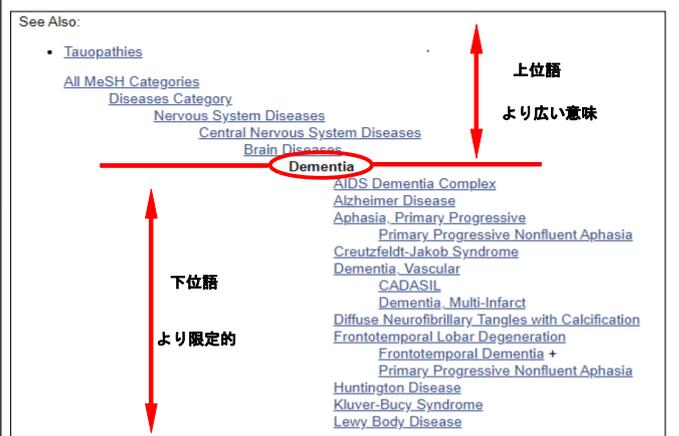
Explore MeSH Database Journals

MeSH dementia

Search results

クリック

1. PubMedトップの[Explore]から[MeSH Database]をクリックし、検索ボックスにキーワード(例では「dementia」)を入力、[Search]を押し、MeSH用語を検索します。
2. 検索したMeSH用語(「Dementia」)をクリックし、用語の意味や詳細情報、関連語を確認し、検索用キーワードを検討します。画面下のSee Alsoに、MeSH用語の上位語/下位語が表示されます。検索範囲・概念を広げたいときには上位語を、限定・絞り込みたいときには下位語を使用し検索します。
3. 2.で検討したキーワードを、PubMedトップの検索ボックスから入力し検索します。これまでの検索結果と比較しながら、キーワードを調整します。



新 着 図 書 & N E W S

2020年度も先生方に選書いただき、多くの図書や雑誌、映像資料が図書館に入りました。勉強のため、進路の検討のため、そして自分の楽しみのために、図書館を利用ください。

知ってた？図書館 DVD閲覧できます！

映像資料(DVD)は、館内のパソコンで閲覧できます。ヘッドセットも貸出しています。映像を使って学習理解を深めたり、映画をみてリラックスしたり、図書館を活用ください。

※カウンター内のDVDもご利用いただけます！



実話

新着DVDからお薦め3巻：「DVDコーナー」に配架しています♪



知ってた？図書館 文庫コーナー充実しました！

大学で購入した図書その他、理事長の奥様や、市川市在住の小山様から、「皆さんが楽しめるように」と、200冊を超える文庫本を寄贈いただきました。♪♪♪ 「文庫コーナー」覗いてみてね。



知ってた？図書館 多読コーナーできました！

「多読」とは、平易な英語を「辞書をひかずに」読む英語学習の方法です。多読に向けた図書を集め、「多読コーナー」作りました。図書館の書架「837.7」の棚、覗いてみてね。



多読のすすめ



■多読とは？

平易な英語を「繰り返し、たくさん読む」英語学習の方法です。とくに、次の3点に注意して読むことが大切です。

1. 辞書はひかない
2. わからないところはとぼす
3. つまらなくなったら後回し

Let's try!!

次のシリーズが、多読に向いています。

- ☆ Penguin young readers (Level1~Level4)
- ☆ Step into reading (Step2~3.2レベル)
- ☆ Classic tales (Elementary1~Beginner2. 5レベル)
- ☆ Penguin active reading (Easystart~Level4. 5レベル)
- ★ ラダーシリーズ (Level1) 新入荷
- ☆ Penguin readers (Level1~Level6)
- ☆ Foundations reading library (Level1~7)
- ☆ Oxford bookworms library (Starter,Stage1~6. 7レベル)

※詳しくは、図書館カウンターまで、お尋ねください。



新着「ラダーシリーズ」：知ってるストーリー、英語で読んでみては？



新 着 図 書 & N E W S

知ってた？図書館
文献複写依頼がより簡単に！

大学に所蔵がない本や雑誌の文献でも、他の大学に所蔵があれば、貸借や複写により利用できます（注：送料・複写費用はご負担いただきます）。これは、図書館間相互貸借(ILL: Interlibrary Loan)と呼ばれるサービスです。貸借や文献複写申込みが、図書館のホームページから簡単にできるようになりました。もちろん、従来の申込方法(Excelや紙の申請書)でも受付ます。♪♪♪

←まずは、了徳寺大学附属図書館のホームページへ！



文献複写・現物貸借申込み

大学に所蔵のない文献や書籍については、他大学の図書館に依頼して取り寄せることができます。

事前に、OPACにて所蔵の有無を確認してから、お申込みください。

(本学図書館に所蔵がある場合は申込不可)

※1 料金・送料等は利用者のご負担となります。

※2 申込は、本学の教職員、学生のみとなります。

[文献複写申込書](#) (学外の文献複写はこちら) (フォーム形式)

[現物貸借申込書](#) (学外図書の貸出はこちら) (フォーム形式)

※3 図書館カウンターにて紙の申込書、<<学内提示板>>からExcelファイルの申込書もご利用できます。

文献複写はこちら

本の貸借はこちら

文献複写申込書、現物貸借申込書をクリックし、質問に答えていくことで申込できます。2営業日以内に、図書館から連絡があります。
※ログイン情報を聞かれた場合、大学から配布されたGoogleメールのアドレスとパスワードを入力ください。

教員執筆図書のご紹介 ～本学に所蔵があります～



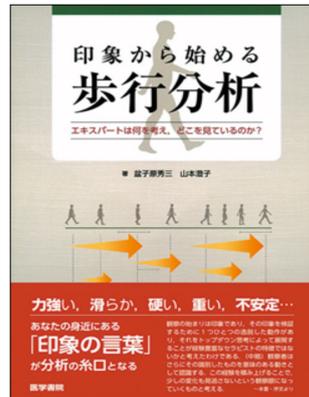
新作・新着DVD

[映像資料] 2020年11月10日新作DVD！

健康科学部
理学療法学科科長
盆子原秀三先生解説

観察による歩行分析に
主眼をおいたDVDです。
熟練した観察眼を指
すために！！

請求記号：491.36|Bo



健康科学部
理学療法学科科長
盆子原秀三先生著

歩行を観察することにより、
障害の部位や程度を即座に評
価診断し治療方針の検討へ。
左記のDVDと併せて読むこと
で、理解が深まります。

請求記号：491.36|Bo



寄贈いただきました

健康科学部
理学療法学科 (医学教育センター
兼務)
町田志樹先生著

さまざまな医療関係者が緊急事
態宣言下で視聴した解剖学のラ
イブ講座から、神経・循環器・
脳画像・心電図の4テーマを厳選。
現場にも役立つ1冊です。

請求記号：491.1|Ma



寄贈いただきました

健康科学部
看護学科
石塚睦子先生、山内麻江先生著

看護に必要な技術を深めるため
に解剖生理をプラス。解剖図や
レントゲン写真を豊富に組み込
み、わかりやすさと使いやすさ
にこだわった本です。

請求記号：492.91|Is

卒業後も役立つ！ 図書館の情報 Part2

大学を卒業すると、図書館内での閲覧は可能ですが、本を借りたり、医中誌Webや医書.jpなどの有料データベースはご利用になれません。一方、公共図書館では本の貸出サービスを誰でも受けられます(※1)。また、CiNiiやJ-STAGEなど、無料で学術情報を公開しているサイトもあります。

ここでは、第24号海風通信に続き、卒業後も利用できるお薦め無料サイトを紹介します(※2)。

※1. コロナのため貸出サービスを停止している図書館もあります。訪問前の事前確認をお薦めします。

※2. 過去の海風通信は本学図書館のホームページから閲覧できます。第24号もご覧ください。

卒業しても遊びに来てよ！！



～ サイト編 Part2 ～

1. J-GLOBAL (科学技術総合リンクセンター) <https://jglobal.jst.go.jp/>

JST (科学技術振興機構) が運営するサイト。JSTが作成した国内外の主要な科学技術・医学・薬学分野の文献の書誌情報、収集した資料、国内外の大学・公的機関の情報、国内の研究者情報、特許情報などを掲載。検索キーワードを入力すると、国立国会図書館、J-STAGE、J-PlatPat、PubMedなどのサイトと連携し検索し、検索結果を見やすく表示してくれます。連携サイトは連携一覧 (<https://jglobal.jst.go.jp/aboutus/partner>) で確認できます。

2. CiNii (国立情報学研究所(NII))

NIIが運営するサイト。画面上のタブを切替えることで、日本の論文、大学所蔵の図書・雑誌、日本の博士論文に関する学術情報や書誌情報を検索できます。本学図書館のホームページからアクセスできます。

3. J-PlatPat (特許情報プラットフォーム) <https://www.j-platpat.inpit.go.jp/>

特許庁が保有する産業財産権に関する情報を検索できます。特許、実用新案、意匠、商標、審決の公報、審査経過情報などを検索、閲覧できます。古い特許情報の検索には、特許公報に記載された特許番号などの番号が必要ですが、最近ではキーワードで検索できる特許情報もあります。

4. e-Stat (総務省：政府統計の総合窓口) <https://www.e-stat.go.jp/>

学校衛生統計調査など、様々な日本の統計を閲覧できる政府統計ポータルサイト。分野や組織名(統計を作成した府省等)から検索でき、Excel表やCSVファイルの表示やダウンロードが可能な情報もあります。



これからが本当の勝負だ！！

5. EDINET (金融庁：有価証券報告書等閲覧サイト) <https://disclosure.edinet-fsa.go.jp/>

上場企業が金融商品取引法に基づいて作成する有価証券報告書等を、検索・閲覧できます。

6. コトバンク (事典・辞書) <https://kotobank.jp/>

朝日新聞、朝日新聞出版、講談社、小学館などの出版社発刊の事典や辞書から、用語を横断検索できます。

7. 青空文庫 (小説・読み物) <https://www.aozora.gr.jp/>

著作権の保護期間が満了、または作者が自由に読むことを許諾している作品を、ボランティアによって電子化し、無料公開しているサイト。アクセスランキングが付いています。

編集後記

今回の特集は「卒業を迎える皆さんへ」です。コロナ禍の中、皆さん、一生懸命頑張りました。4年生はご卒業、在校生は、進級おめでとうございます！ これからも困難に直面することは多々あるかと思いますが、大学時代に学んだことや経験を活かし乗り越えていってください。「初心忘るべからず」で。

最後になりましたが、原稿をお寄せいただいた先生や皆様、ありがとうございました。(図書館職員 日高明美)

