富士北麓で地域医療を学ぼう

皆さんは地域医療という言葉を聞いたことがありますか?

地域医療とは単に地域の患者さんを診療することではなく、行政や住民組織、診療所、介護施設など関係機関と協力して住民の健康を守り、ひいては医療を通じてより良い地域社会を築く活動です。すべての医療は「地域」という考えを抜きにしては成り立たないと言えます。

こうした活動を行う上で最も重要なことは、様々な組織の職種、立場の違う人が、お互いの仕事を理解して信頼関係を形成することです。これからの皆さんの色々な人との寮生活が、地域医療における医療人としての基本姿勢を築いてくれることと思います。

山梨赤十字病院は富士吉田キャンパスのすぐそばにある昭和大学の連携病院で、皆さんの先輩たちが大勢働いています。そして昭和大学と連携して地域医療を実践する医療人を育てるために、初年次体験実習や、医科や歯科の診療所、訪問看護ステーション、調剤薬局などと協力して地域医療実習の場を提供しています。

実際の医療が地域の中で様々な人々と連携、協働をしていることを体験し、医療が病院の中だけで完結するのではないことを実感していただきたいと思っています。

山梨赤十字病院　院長　今野　述

2013年度　地域交流活動実績

時期	活動名
5月	富士吉田ロータリークラブとの合同清掃活動
6月	ふじざくら支援学校サタデークラブボランティア
7月	富士登山競争救護ボランティア
8月	スポーツ教室（乗馬体験） 吉田高校自由課題研究受け入れ
10月	やまなし国民文化祭吉田のうまいもの祭りボランティア ありんこ祭り2013ボランティア
11月	Mt.Fuji河口湖ジャズフェスティバルボランティア ふじざくら支援学校サタデークラブボランティア

富士吉田校舎では地域へ貢献するための様々な方策をとっています。

従来からテニスコートや体育館などのスポーツ施設を地元のスポーツ団体への貸し出し、大学が主催する公開講座などは行われていましたが、これらは学生とは関わりのないものでした。学生という人的資源を活用するために始まったのが、2005年度から開始したふじざくら支援学校でのサタデークラブボランティアの活動です。その後様々な活動が加わり、2013年度の活動実績は表のとおりです。

いずれも多くの学生が参加し、積極的に取り組んでくれたおかげで、受け入れ先の方には大変好評でした。特に富士登山競走の救護ボランティアは医療系大学である昭和大学らしい活動で、1年生だけでなく上級生も参加し病院外の医療活動を知る機会となっています。こうした活動は病院外での医療職の働きを知ることができ、今後増やしていきたいものです。

一方、山梨県立吉田高校の自由課題研究は、富士吉田教育部の教員が吉田高校の理数科生徒を対象として行うもので、テーマ設定から9月の発表会までの一連の学習活動に対する支援を行いながら、担当教員の教育・研究活動の一端を知ってもらうきっかけともなっています。そのおかげか、ここ数年は毎年吉田高校より入学者を迎えています。

地域交流委員長　堀川浩之

昭和大学の国際交流プログラムに参加して

看護学科　**永井愛希**（長野県屋代高等学校 出身）

私は昨年の夏、念願のPSUサマープログラムに参加することができました。このプログラムは、入学前に昭和大学のパンフレットを見たときからずっと参加したいと思っていたものでした。

平日の午前中は英会話の授業を受け、午後は医療施設見学をするのが1日の基本でした。英会話の授業は教室でのものだけでなく、ポートランド州立大学の学生と関わりながら学ぶことができ、実践的でした。また医療施設見学は、様々な施設の見学をしながらアメリカの医療の現場はどのようなものなのかを学ぶことができるものでした。

一方、ホストファミリーやPSUのメンバーと過ごす休日は最高の思い出になりました。ホストファミリーとはビーチやローズガーデンに行き、PSUのメンバーとはラフティングなどのアクティビティをしたり、シアトル観光、ホームレスシェルターでのボランティア活動をおこなうなど、充実した日々を送ることができました。

私はPSUサマープログラムを通して英語力を高めるだけでなく、海外の医療により一層興味をもつことができました。この貴重な経験を活かし、日本だけでなく海外にも目を向けられる医療人になれるよう、今後も努力し、頑張っていこうと思います。

※ PSUサマープログラム＝1年次夏季研修（ポートランド州立大学サマープログラム）

国際交流プログラム

昭和大学では、国際的な視野を持った医療人を育てることを目指しています。そのために各キャンパス・学部とも海外研修・実習の企画及び実施に力を入れています。新入生のみなさん、この機会を大いに利用し見聞を広めてください。

・1年次夏期研修（ポートランド州立大学サマープログラム）（アメリカ）

【募集説明会】4月下旬　富士吉田キャンパス
【日程】7月下旬～8月中旬（約1ヶ月間）
【対象】各学部1年
【人数】25名程度

※ 上記以外にも学部毎、学年毎に様々な国際交流プログラムが組まれています。ホームページに詳細な掲載があります。（http://www.showa-u.ac.jp）

※ 上記のような国際交流プログラムに参加する場合、TOEIC-IPテストのスコア等、語学力の成績を証明する書類の提出が必要になります。保管等にご留意をお願いします。

■お問い合わせ：国際交流センター　tel：03-3784-8266（担当：橋本・平泉・三浦）
e-mail：int-exc@ofc.showa-u.ac.jp

大学生の食育

ご入学おめでとうございます。

去る2月に記録的大雪に見舞われた富士吉田キャンパスにも皆さんの入寮に合わせるかのように春が訪れました。親元を離れ「富士吉田」での寮生活に不安を抱きながら、バスに乗車したことでしょう。晴天に恵まれれば車中から雄大な富士山が望めます。

ここ数年の学生（皆さんの先輩）の好きなメニューは丼物や肉料理が圧倒的で、煮物などの手間をかけたものよりも、単純に焼いたり揚げたりするものが好きなようです。魚を用いた和食は一部の学生には人気がありません。嫌われる主な理由は「骨が面倒臭い」、「時間がかかる」などです。酢の物、漬物を好む学生も少なくなりました。

カロリーばかり気にしてご飯は添え物程度、ヘルシー志向と思いきやサラダのドレッシングはノンオイル醤油系よりも濃厚な胡麻やチーズのたくさん入ったシーザードレッシング、マヨネーズなどがお好みで、必要以上にたっぷりかけていきます。

食育という言葉を聞いたことがありますか?

食育基本法では「食育」を「生きる上の基本であって、知育・徳育及び体育の基盤となるべきもの」と位置づけ、「様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進する」とうたっています。皆さんはすでに子供時代から食育の授業のほか、いろいろな体験をしてきていると思われます。今さら大学生にもなって食育?と思うかもしれません。

子供の頃は「好き嫌いなく食べようね」とか「○○には体の調子をととのえる働きがあるから大事だよ」と言われれば、素直に頑張って食べた記憶はありませんか?　しかし大学生に同じことを言っても「嫌いなものは嫌い」と聞き入れてはもらえません。

富士吉田での全寮制共同生活は、将来チーム医療を担う医療人となるための第一歩、皆さんが目指している職業は自身が健康でなくては務まりません。どのような状況下でも適応できる体づくりに大切な「食」について見直すいい機会です。生活習慣病はもちろん、容姿を気にするあまりの無理なダイエットや偏食により極端なやせ体型や低体重児出産が増加傾向にあることも問題とされています。特に女子学生は将来の出産に備えての体づくりに大切な時期が「今でしょ」（笑）と気づいてください。

特定の食品摂取によるアレルギー症状を持つ学生が年々増えているのも現状です。自分の症状を周りの人に知らせることも必要だと思います。本人が気を付けていても、事情を知らない周りの人の何気ない行動が危険を招くこともありますので……。

最近は諸事情から家族そろって食卓を囲むことも少なくなっていると聞きます。大抵の学生は入寮初日、部屋メン（学生は同じ部屋のメンバーをこのように呼び合っています）と夕食に来ます。一緒に食卓を囲むというのは仲良くなるための近道です。朝、部屋メンが寝ていたら、起こして食堂へ連れてきてください。朝ごはんを食べる習慣をつけましょう。きっと午前中の授業も集中できるはずです。

ここでの食事は朝・昼・夕食を3食きちんと食べることによりバランスのとれた食生活が送れるよう、地元食材の使用や行事食なども考慮し、皆さんにご満足いただける献立を目指しています。2年次以降、自宅から通う人は外食先でバランスのとれた食事を選択できるように、一人暮らしの人は自炊の参考になればと願っています。

配膳の際、どこに茶碗や汁椀、おかずを置くのかわからない人はカウンターの掲示物を参考に、食べ方のマナー（箸の使い方や食べる姿勢）なども伝承していけるように再確認してください。食堂内で不愉快なマナー違反をする学生をみかけたときには、食堂スタッフはどんどん注意していきます。これも私達にできる食育のひとつと自負しています。

食堂栄養士　天野ひでみ・宮下友里

編集後記

昨年度の学生が退寮して約3か月、春の気配とともに、閑散としていた富士吉田校舎へ新入生が入寮し賑やかになる時季がやってきました。新入生のみなさんは大学生活への期待と同時に寮生活への様々な不安を抱えていることと思いますが、今回の『白樺・百合』に掲載された諸先輩方の体験談等が、学業及び充実した寮生活を送るための、また、昭和大学の初年次全寮制度へ理解を深めていただくための一助となれば幸いです。

次回、第22号の発刊は7月に予定しております。今後とも『白樺・百合』をよろしくお願いいたします。

編集委員　高田中成

大学では学生の国際交流を推進するため、海外実習・研修補助制度を設けて積極的に支援しています。

白樺・百合

昭和大学
富士吉田キャンパスだより
第21号　2014.4.7 発行

発行責任者　富士吉田教育部長　小出良平
編集責任者　富士吉田教育部広報委員長　倉田知光
〒403-0005　山梨県富士吉田市上吉田4562
TEL 0555-22-4403

富士吉田教育部　高田中成　撮影

新入生の皆さんを歓迎いたします

学校法人昭和大学　理事長　**小口　勝司**

新入生の皆さんご入学おめでとうございます。この富士吉田校舎での全寮制教育は医系総合大学である本学における特色であり、医学部、歯学部、薬学部、保健医療学部の4学部の学生が共同して衣食住をともにします。共同生活を送ることで相手を思いやる心を育み、学部間交流を積極的に行い、意見交換の場としていただきたいと思います。将来を担う人間性豊かな医療人となることを念頭に切磋琢磨する皆さんの努力は必ず実を結び、自身の糧となります。この経験がチーム医療の根底を学ぶよい体験となることを心よりお祈り申し上げます。

本学は創立86年目を迎え、「社会に貢献する優れた医療人の育成」を建学の精神に掲げ、「至誠一貫」の精神のもと、多くの医療人を輩出してまいりました。創立者である上條秀介博士が掲げた「至誠一貫」の精神とは、常に相手の立場にたって真心を尽くすという意味であり、これは富士吉田キャンパスでの全寮制教育により大きく養われることと思います。私自身、学生時代にこの寮生活を経験し、その意義を肌で感じていますので、ご父母の皆様におかれましても、お子様が医療人として大きく成長していく姿を見守っていただきたく存じます。

最後になりましたが、富士吉田校舎の教育職員や各職員、皆さんのご家族の協力のもと富士吉田校舎における新生活がスタートできますことを感謝申し上げてご挨拶とさせていただきます。

ようこそ富士吉田キャンパスへ

学長・富士吉田教育部長　**小出　良平**

いつになく寒かった冬も明け、待ち遠しかった春が、今年も富士吉田キャンパスに1年生の諸君と一緒にやってきました。富士吉田校舎の職員一同、皆さんを心より歓迎いたします。

ここ富士吉田キャンパスは霊峰富士山の北側、標高約900mに位置します。梅も桜も同時に咲きますし、4月に入寮してからしばらくは、朝晩に暖房が必要といった環境です。

さて、将来医療人を目指している諸君は、第1学年をこの地で過ごします。富士吉田キャンパスライフは4人1部屋の全寮生活となり、4学部混合で構成されています。この寮は単なる生活をする住居ではなく、医療人を目指す諸君が身近な相手に対する思いやりの心を培い、お互いの考えを理解し、将来チーム医療を行っていくためのコミュニケーション能力を学習する教室でもあります。この1年間は自立的な生活を送り、医療人として必要な人間性を養う大変重要な1年になることと思います。

この全寮制度は昭和40年（1965年）に始まり、今年で49年を迎えます。私もこの寮の3期生で、女子学生も富士吉田で過ごすようになった最初の学年でした。当時は医学部、薬学部の300名で、男子寮と女子寮（現在のSGSセンター）の2寮でした。本広報誌の名称にもなっているように、男子寮を白樺寮、女子寮を百合寮と名付け、現在もその名称は受け継がれています。この寮をはじめ、富士吉田キャンパスの整備には多くの卒業生が後輩のためにご寄付された資金を毎年使わせていただいています。次年度以降に使う皆さんの後輩のため、また昭和大学の伝統を繋げていくためにも、施設や備品を大切に使って、来年の1年生に引き渡して下さい。

私は昭和大学病院附属東病院から富士吉田キャンパスに赴任して3年目になりますが、昭和大学病院の目標のひとつは5Sの徹底であります。5Sとは、整理、整頓、清掃、清潔、習慣です。病院では質の高い医療の提供だけでなく、医療事故や院内感染の防止のために5Sを励行しています。これをもとにして、寮生活の5Sを整理、整頓、清掃、清潔、躾と定めました。そこで、昨年同様に本年も5Sを皆さんの富士吉田キャンパスライフの目標として掲げたいと思います。一年次から医療人の素養を身につけていただきたいと思いますので、ご家族もぜひご協力をお願い申し上げます。

また、今年度より富士吉田キャンパスは、敷地内禁煙となります。平成27年度からは旗の台、洗足、横浜キャンパスも敷地内禁煙となりますので、皆さんのご理解とご協力をいただきたくお願い申し上げます。

いよいよ開始された昭和大学の初年次教育としての全寮生活は、人生の最もよい思い出の一つとなるであろうことを確信しています。大いに学習し、クラブ活動を楽しみ、有意義な1年間になることを祈念しております。

広報誌名称について

全寮制を特徴とする富士吉田校舎学生寮は「白樺寮（男子寮）」「百合寮（女子寮）」の二寮からスタートました。「赤松寮」「すみれ寮」を加えて四寮となった現在も、白樺・百合という名称は受け継がれています。この名を冠した「白樺・百合」という広報誌の名称には、過去・現在・未来の学生たちが日ごとに成長をとげて前進しつつも、常に初心を忘れず、伝統を受け継いでくれることへの願いが込められています。

富士吉田での学習について

医学部　佐々木優子（東京女学館高等学校 出身）

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。

今は慣れない寮生活に対する期待と不安でいっぱいのことと思いますが、富士吉田では寮祭を始めとする様々なイベントが盛りだくさんであり、すぐに他学部の学生とも仲良くなることができます。今回はそのような環境の中での学習についてお話しします。

１年次はPBLやBLS、初年次体験実習などチームで行う体験的な学習が多くありました。その集大成として、夏休み前と完全退寮前に約１週間にわたって行われるのが期末試験です。前期は寮祭を、後期はクリスマスパーティーを境に勉強しようという空気が漂い始め、部屋メンやフロアメンと共に勉強するようになります。ここでは、お互いに分からない箇所を教え合ったり、友人に目覚まし役になってもらったりという寮生活ならではの経験をすることができます。さらに日々の生活だけでなく学習という場面でもコミュニケーション能力や思いやりの心を得ることができ、自分を大きく成長させてくれました。この経験は、医療人を目指すうえで大いに役立つのではないかと思います。

入学して約８か月間で600人以上もの友達ができるという経験は、富士吉田で全寮制をおこなっている昭和大学だからこそ可能なのだと思います。是非この貴重な体験を謳歌してください。

※PBL：Problem-based learning（問題基盤型学習）の略
１年次の学部連携PBL（Problem-based learning）チュートリアルによる問題解決型学習は、将来、医療人として、自ら問題を発見し解決していく能力を身につけるために、既存の講義型学習ではなく、種々の事例や課題をもとに、学ぶべきこと、自らに不足している知識や技能を自ら発見して習得していくための技能を身につけるための授業形態。また、少人数教育を学部連携で実施することにより、将来、患者中心のチーム医療を実践するために必要な人間関係の基盤を築くことを目的としている。

※BLS：一次救命処置（Basic Life Support）の略
心臓や呼吸が止まってしまった人を助けるために心肺蘇生を行ったりAEDを使ったりする緊急の処置

※部屋メン・フロアメン：同室の学生＝「部屋メン」・同じフロアの学生＝「フロアメン」という通称

地域交流について

歯学部　渡辺紘子（鳥取西高等学校 出身）

１年次を過ごす富士吉田キャンパスは、富士山や富士五湖を望む美しい自然に囲まれた地域です。ここでは、「富士登山競争」「Mt.Fuji河口湖ジャズフェスティバル」等この地域の特性を活かした多くのイベントがあり、そこにボランティアとして参加することで地域を深く知り、健康科学大学、山梨県立吉田高等学校、山梨県立ふじざくら支援学校など地域にある他校の学生・生徒・児童を含め、様々な人々と交流を深めることができます。

私は５月以降、ふじざくら支援学校で行われたサタデークラブ（障がいのある児童・生徒たちとの活動）に参加し、１１月には昭和大学で行われたクリスマスパーティーにサタデークラブを招きました。クリスマスパーティーでは地域交流部門長として、交流内容を企画しました。昭和大学ではみずから何をすべきかを考える機会があり、積極的に参加することで多くの人と出会うことができます。これにより、私は人と人とのつながりについて改めて深く考えることができました。そして、立場の違う人々と活動をともにすることで、視野を広げることもできました。学内でもイベントの企画等を通じ、それまで話したことのない人とも知り合うことができ、友達の輪も広がります。

昭和大学ならではの地域交流を通じ、人や地域との関わりについて考えてみませんか。

部屋コンの思い出

薬学部　新井田光里（普連土学園高等学校 出身）

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。これから皆さんは富士吉田キャンパスでの新生活が始まりますね。寮生活への期待に胸が膨らむ一方、友人ができるのか、うまくやっていけるのかなど不安に思っている人もいるでしょう。そんな不安を一気に解消してくれるのが、「部屋コン」という制度です。

部屋コンは、男子寮と女子寮の数部屋ずつで構成される20人前後のグループで、グループ毎に指導担任が決まっています。入学したその日に顔合わせをし、最初はぎこちない雰囲気でしたが、お揃いのスウェットを作り、５月のオリエンテーリング大会や７月の寮祭などを通し、とても仲の良いグループになっていきます。私の部屋コンでは、だれかが誕生日を迎えるたびにサプライズをしたり、LINE上でお祝いをしたり、何度か食事会を開いてみんなでご飯を食べに行ったりしました。これはあくまでも一例で、他にも部屋コンでの思い出はたくさんあります。富士吉田での生活を送るうえで、部屋コンのメンバーは一番付き合いが長くなる仲間であり、支えになる存在です。部屋コンという制度がもしなかったら、こんなに寮生活が楽しくなることはなかったのでは、と思います。部屋コンの友人と過ごした時間は、私にとって大切な思い出です。

みなさんも部屋コンの友人をはじめ、富士吉田でできる友人と楽しく充実した時間を過ごしてください。

オリエンテーリング

歯学部　石川紗有（岩手県立水沢高等学校 出身）

入学式や入寮式・オリエンテーションなどの慌ただしい時期を過ぎ、ゴールデンウィークの休暇から帰寮すると、部屋コン対抗のオリエンテーリングが行われました。オリエンテーリングでは各コンパが2チームに分かれ、地図とコンパスを頼りにポイントとなる地点をまわりゴールするまでの時間を競いました。入寮後約１か月の時期で、まだ部屋コンのメンバーとの付き合いも日が浅かったのですが、いざ始まってみると、部屋コンみんなで優勝を目指して、山の中を駆け巡りました。途中何度か道を間違えて引き返すこともありましたが、そんな時もみんなで声を掛け合いながら切り抜けていきました。結果、私たちの部屋コンは2チームとも優勝することができました。

オリエンテーリングという競技は想像以上に体力を消耗しますが、コンパ内には運動を不得意にしている人もいます。しかし、そのような状況下こそコンパ内の団結力が深まる絶好の機会です。オリエンテーリングは私にとって富士吉田でのキャンパスライフの最高の思い出のひとつです。

※コンパ、部屋コン＝別掲「部屋コンの思い出」参照（コンパ、部屋コンは同義）

寮祭・ハロウィンパーティ・クリスマスパーティ

医学部　富永美璃（東京学芸大学附属高等学校 出身）

私は寮祭とクリスマスパーティ（通称＝クリパ）で副実行委員長を務めました。今年度は副実行委員長が、赤松寮、白樺寮、百合寮、すみれ寮に各１人ずつおり、合計４人でこの役割を担いました。副実行委員長同士は勿論のこと、実行委員長や各部門の部門長とも仲良くなれました。また、私自身はすみれ寮の副実行委員長だったのですが、このイベントを機に個人的に百合寮の副実行委員長と大変仲良くなることができました。今後とも、この実行委員会での素敵な出会いを大切にしていきたいと思っています。

今年の寮祭・クリパは去年までの企画とは違うものが沢山あり、それ故の混乱や課題も多々ありましたが、だからこそこんなにも素晴らしいものが出来上がったのだと思います。部門長は仕事も多く、夜遅くまで働いていました。おかげで寮祭、クリパとも大成功でした。彼らには、感謝してもしきれません。

10月31日の放課後、新たにハロウィンパーティ（通称＝ハロパ）が企画・開催されました。ハロパでは参加者みんなが仮装し、フェイスペインティングも行いました。ハロパでは、私は企画側に回らなかったため、存分に楽しませてもらいました。一晩だけではもったいないくらいの盛り上がりで、想像していたよりはるかにクオリティが高く、本当に驚かされました。ぜひ来年からの伝統になってくれれば、という思いでいっぱいです。

寮生活について

看護学科　大瀬良夏実（東京高等学校 出身）

入学と同時に百合寮へ入寮、まったく知らない人たちとの４人部屋での生活となり、最初は不安しかありませんでした。しかし、他の大学と違って寮で生活をともにするので、すぐにみんなの顔と名前を覚えることができ、また他学部の友達もたくさんできます。本当にあっという間です。入寮後しばらくすると部屋毎にパーカーをつくったり、旅行に行ったりするなど、当初の不安が嘘のように驚くほど仲良くなれました。

各々の寮では部屋だけでなく、各フロアでも学部をこえてたくさん友達ができます。フロア毎にあるラウンジに集まり勉強を教えあったり、深夜日付が変わるころに誕生日を祝ったりできるのは、寮生活ならではの思い出です。毎朝「いってらっしゃい」と手をふってくれる寮監さんは、厳しくも優しい第二のお母さんといえる存在で、寮全体がまるで大家族のようでした。

１年間楽しかった分だけ、退寮日に寮から離れる寂しさはこれまでに感じたことのないものでした。寂しいと感じられたのはこの1年、いろいろなことにチャレンジしたからだと思っています。私は寮祭やクリスマスパーティの実行委員に入ったり、後期は中央委員に立候補して寮長をしたりと、さまざまなことに取り組みました。また、キャンパス内での活動だけでなく、休日には友人と河口湖やオルゴールの森など、学校周辺のさまざまな名所にも出かけました。

これからの１年間がどのようになるのかは、みなさん次第です。寮生活でしかできないことにたくさん取り組んで、多くの良い仲間と出会ってください。