



5年生から始まる臨床実習を「ポリクリ」と言います。約一年間をかけて、地域病院や離島実習を含む全診療科を班に分かれて回っていきます。4年生までの座学で学んだ内容を、実地でさらに深めたり学び直したりします。医学部に入って、やっと医者らしい現場に近づくと聞くと、皆さん「ポリクリ」というか、皆さん

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

まず会場に着いて驚かされたのは、集会に先立ち配布された資料でした。資料には当日の式次第だけでなく、5年生全員の決意表明、各診療科の先生方からのポリクリ心得も集められています。決意表明は事前に提出していたものの、先生方からのアドバイスまであるとは。ポリクリにあたり学校から配布された実習説明書にはなかったこともたくさん書いていただけており、本当に有難く思いました。また、資料には当日出席予定の先生方のリストが載っており、ほぼ全ての診療科から先生が足を運んでくださったことにも驚きました。

開会にあたり、柳原克紀 臨床検査医学教授からご挨拶を、安武亭 先端医療センター 教授から乾杯の御発声をお願いしました。お二人とも決意表明を企画・開催した5年生に期待して、「いよいよ先生方から今年の学年がやる気があるとプラスに思ってもらいたいです。自分たちでハードルを上げてしまったかもしれない(笑)。でも始めがなんでも肝心という感じでよかったです。ポリクリが始まるからどの科を回しても雰囲気の良い学年とよく言われるのは非常にプラス。雰囲気の良い学年が国試合格率も高

閉会に際し、前田隆浩 離島・へき地医療学講座 教授より、ダメ押しかの教授より、代表し感謝いたします。

ご存知でしょうか?何かの略語のようですがポリクリの語源は、ドイツ語の Poliklinik (総合病院、という意味)だそうです。さて、去る5月22日(金)、5年生による「ポリクリ決起集会」が龍宴にて開催されました。この「ポリクリ決起集会」、例年行われていたものではありません。今年の5年生総代が中心メンバーとなって企画し

た、初の試みでした。結果として、5年生121名(ほぼ全員参加!)に加え、50名の先生方にご参加いただいた非常に大きな会となりました。今回の記事では当日の様子を、幹事の皆さんのお話も交えつつ、5年生参加者の市川がお伝えします。

そもそも、なぜこの会が企画されたのでしょうか。発起人である松藤寛くんが話を聞きました。「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

ポリクリ決起集会 開催!!



編集長
熊谷知香 (学友会 広報部)

編集部
長崎大学医学部ぐびろが丘編集部
長崎医学同窓会
〒852-8523 長崎市坂本1丁目12番4号
☎095-848-5484
E-mail: ryojun-do@med.nagasaki-u.ac.jp

印刷
株式会社インテックス

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。

「うちの学年は留年してきた人が多く、同じ学年同士でもほとんど話したことない人がポリクリ班にいます」という人も多くいました。ポリクリが始まるに当たって、様々な不安が入り乱れていて、そういう気持ちを払拭し、ポリクリがスムーズに始まるようにしたいと考える方もありました。最近学年飲みもあまりしていませんし、ポリクリが始まる前、なかなか同じ班以外のメンバーとは会わなくなると、そろそろ学年飲みもしたいという声も聞かれました。3月頃にこの企画を思いつきました。私も自分も同じポリクリ班メンバーで普段から親しくしていた子はいませんでした。



左から幹事の大関くん、児島くん、新垣くん、松藤くん

選手の声 (Best8入り) 有志の方々) 団体戦



バレー部男子 野本 和宏
こんにちは。男子バレー部キャプテン医学部4年の野本です。四月、久留米で行われました、九山にて念願の優勝を勝ち取ることができました。これもチーム一丸となって取り組み、長大らしい戦い方ができた結果だと感じています。現在、夏の西医に向けて練習を取り組んでいます。西医でも長大らしい戦い方をし、1試合でも多くこのチームで戦えるよう頑張っていきたいと思います。



バドミントン男子 村端 亮
去年優勝して今年は去年のメンバーとは大きく変更があり正直今年も優勝できる自信はありませんでした。しかしきつい強化練習を乗り越えていくことで団体メンバーを含めチーム全体の気持ちが高まり、苦しみながらも今年も優勝することができました。OBの先生方をはじめ、支えてくださった方々に感謝したいと思います。



弓道女子 楠本 紗羅
こんにちは!弓道部女子を代表しまして、楠本です!今年の九山では団体優勝を目指しましたが、力及ばず3位でした。来年は個人3位に入賞した村山をはじめ、後輩たちが必ずもつといい結果を出してくれると信じています。応援よろしくをお願いします!



硬式テニス男子 塚本 康二
今年の九山では、去年に引き続き優勝という最高の結果で、悲願の2連覇を達成することができました。これで九州の頂点は獲ったので、次は西日本の頂点を目指します。新たに加わった新入生と共に「長大魂」を持って戦ってきます。ご声援よろしくをお願いします。

九州・山口医科学生体育大会 長崎大学 総合順位 準優勝

☆団体戦☆	男子	女子
バレーボール	優勝	二回戦敗退
バスケットボール	予選リーグ敗退	予選リーグ敗退
卓球	5位	3位
バドミントン	優勝	予選リーグ敗退
剣道	優勝	優勝
弓道	5位	3位
柔道	予選リーグ敗退	---
準硬式野球部	予選リーグ敗退	---
ラグビー	二回戦敗退	---
サッカー	一回戦敗退	---
硬式テニス	優勝	二回戦敗退
ソフトテニス	準優勝	準優勝
水泳	優勝	優勝
ボート	一般 優勝	---
ウインドサーフィン	---	8位
陸上	7位	7位
フットサル	予選リーグ敗退	準優勝
軽音楽	---	優勝

☆個人戦☆	男子	女子
剣道	優勝 本多弘幸	優勝 溝口千乃
柔道	優勝 池谷千章	優勝 板山朋子
ソフトテニス	優勝 宮崎・神田	---

みなさん、こんにちは。今回は2015年3月から5月にかけて行われた九州・山口医科学生体育大会の結果をお知らせします。

学友会便り

長崎大学医学部学友会広報部

選手の声(best8入り) 個人戦



柔道男子 池谷 千章
医学部4年の池谷千章です。今年度の九山の柔道競技で男子個人軽量級の部で優勝しました。前大会では、泥仕合の連続の末の準優勝だったので、その雪辱を果たすことができました。10年やってきて初めての優勝なので非常に嬉しく思っています。

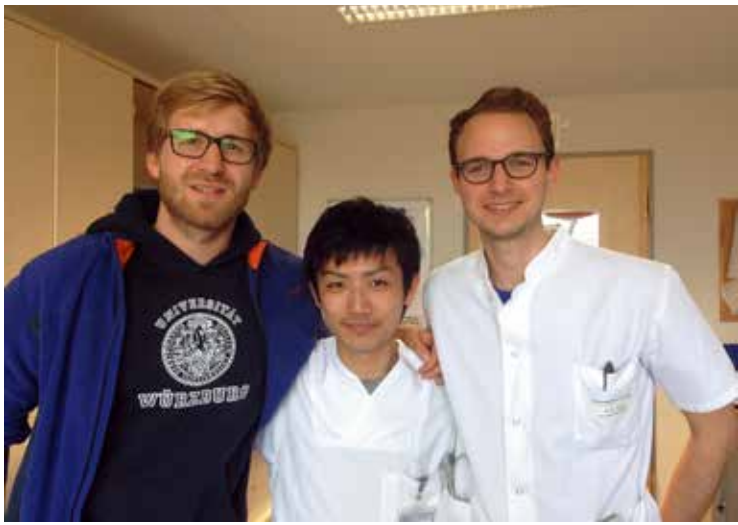
柔道女子 板山 朋子
私は中学1年の時、愛媛県愛光中学で柔道を始めました。得意技は背負い投げです。柔道の魅力は、やはり「小よく大を制す」だと思います。来年の九山は長崎で開催されるので、またアベック優勝目指して頑張ります。

平成27年度 高次臨床実習海外実習レポート

6年 東野 真志

ヴェルツブルク大学での実習を終え、私は人と人とのつながりの大事さを強く感じた。ドイツで使った私のメモ帳のあるページは、知り合った親友や、学生、先生を始めオベ室で出会った看護師、仲良くなった患者などの多くの名前が埋め尽くされていた。それはボリクリのときから実習で使っていた小さなメモ帳である。私は横文字を覚えるのが苦手なので、あるページを利用して、知り合った全ての人の名前を書きこみしていた。前乗りして、6週間のヴェルツブルクでの実習を行い、日本に戻る頃には、メモ帳に70以上の名前があった。各科の先生方のご厚意で実習する予定だった内科、精神科以外にも脳神経外科と救急に参加することができ、多くの人と知り合った。感染症内科で患者との会話を英語で翻訳してくれただけでなく、採血やラ

インの留置、化学療法患者のポート針の交換など様々な手技の方法を教えてください。6年生のマイケル。マイケルのおかげで、不安だった実習が本当に楽しい毎日になった。救急にて共に患者の身体所見をとり、一緒にバーに行ったり、手作りの晩御飯を振舞ったりしてくれ、4年生のアメリカ。精神科病棟にて毎日の計画を調整し、多くのセラピーや英語での問診に参加させてくれた精神科医のシモーネ先生。最終日に朝まで飲み明かす。よく日本の文化とドイツの文化(笑)について語り合った、交換留学生お馴染みのステファン先生。私と出会うと、必ず空手のポーズをする。体重100kg以上はある。精神科隔離病棟の陽気な男の看護師ロバート。寮でキッチンを共用し、困ったことがある。何でも助けてくれたが、口笛がうるさい、インドから来た研究員のザファール。さらに、ここに書ききれない、たくさんの人々のお陰で私のドイツでの実習が成り立った。右も左も分からない異国の地で、そしてドイツ語の全くわからない私にとつて、彼らの助けがどれだけ心強かったことか。そして、ノラ、シャロロッテ：彼女は昨年のボリクリで出会った親友である。ヴェルツブルクに到着した深夜、駅のプラットホームまで迎えに来てくれた。去年、ヴェルツブルクへ必ず会いに行くからと約束し、彼女が私を遠いドイツの地に導いてくれた。そう考えると、人と人との出会いがどれだけ貴重かを実感し、とてもない感動を覚える。



左 学生のマイケル、右 セバスチャン先生

さて、病院実習に関しても少し書きたいと思う。多くの先輩方が既に述べている通り、病院実習を通して痛感したのは、学生の振る舞いの違いである。ドイツの学生は採血を始めとする多くの手技をすでに習得している。新患の初めの問診、身体所見をとるのは



精神科デカート教授との観光

学生で、それを一人でやる。まず、上級医に報告する。ドイツの実習は決して「見学」ではなかった。ローテートしてきた瞬間からその科の医者の1人として組み込まれ、看護師、患者、その家族からも頼りにされる。最終学年にもなると、日本の研修医よりも多くのことを会得しているのではないかと思う。これには同じく長崎大学から実習に参加した他の2人も驚いていた。



Sparrow hospital

VEERでは実際に心肺停止患者に対し蘇生救急を行う機会がありました。会話は全て英語の中、いき

3月30日から4月24日の4週間、アメリカのミシガン州立大学(以下、MSU: Michigan State University)の家庭医療科(外来チーム、病棟チーム)とERで高次臨床実習を受ける機会を頂きました。

日本でも家庭医や北米型ERという言葉をよく聞かれます。アメリカは家庭医やERが早くから制度化されている国であり、アメリカの医療事情を学ぶには、とても貴重な経験となりました。また、海外での医療活動に興味のある私にとつては、この上ない喜びでもありました。

アメリカで臨床実習を行うことに対し、敷居の高いイメージを抱いていた私は、応募する事に対する迷いがありました。しかし、このようなチャンスは二度とないだろうと思

い、思い切つて応募することにしました。幸い合格することができ嬉しかったのですが、そこから、アメリカに行くまでの準備が大変でした。

MSUとのプログラムは今年からできたもので、情報が得にくく、準備を進めることは非常に困難なものでした。まず、実習内容、滞在先の雰囲気、滞在費、ビザなど挙げればきりがありません。プログラム担当のジム先生、MSUでの語学研修経験のある後輩の助けもあり、なんとか出発までに準備を済ませることができました。

ミシガン州と言えば、自動車産業の盛んなデトロイトが有名ですが、MSUはミシガン州の州都でもあるランシング市にあります。仁川・シカゴ経由でランシングにたどり

着くと、現地のコーディネーターのSusanさんという方が迎えに来てくれました。初日は生活に必要な物の買出しや、実習先までの行き方、ランシングで生活する上での便利な情報等を教えてもらいました。

実習はランシング市内にあるSparrow hospitalという市中病院で行いました。学生寮からバスで15分程の場所にあります。そこで、最初の2週間を家庭医療科の外来チーム、3週目にER、4週目に家庭医療科の病棟チームで実習を行いました。今回の留学の目標は3つあり、1つ目に英語で問診を取ることで、2つ目にアメリカの医療制度を学ぶこと、3つ目にアメリカの医学生や研修医の先生方と友達になることでした。

ここで、アメリカの医療保険には3つのタイプがあります。Medicare、Medicaid、個々の会社の経営する保険の3種類です。MedicareとMedicaid



ERにて(左からMSU医学部生、私、研修医)

平成27年度 高次臨床実習海外実習レポート

6年 大城 亮作

い、思い切つて応募することにしました。幸い合格することができ嬉しかったのですが、そこから、アメリカに行くまでの準備が大変でした。

MSUとのプログラムは今年からできたもので、情報が得にくく、準備を進めることは非常に困難なものでした。まず、実習内容、滞在先の雰囲気、滞在費、ビザなど挙げればきりがありません。プログラム担当のジム先生、MSUでの語学研修経験のある後輩の助けもあり、なんとか出発までに準備を済ませることができました。

ミシガン州と言えば、自動車産業の盛んなデトロイトが有名ですが、MSUはミシガン州の州都でもあるランシング市にあります。仁川・シカゴ経由でランシングにたどり

は政府から提供される医療保険です。Medicareは65歳以上の低所得の人が対象で、Medicaidは若い人で低所得の人や身体障害者を持つ人が対象となります。保険と家庭医はつながっており、どの保険を買うかによって、家庭医が決まります。例えば、子供が生まれ、初めて予防接種を受ける際に、親の職場と提携している保険会社の中から一つ選

最近では、北米型ERを取り入れる病院が多いですが、ERは365日24時間、全ての患者も受け入れます。ここでは、交通外傷、心肺停止の患者など重傷患者から顔面神経麻痺やうつ病や歯が折れたことなどで来る患者など様々な患者を見ました。ERの制度も興味深いものでした。アメリカのERでは医師の他に様々な医療スタッフがいます。特に、Scribeという医師専属のカルテ記載係、Physical assistant (PA) という患者の病歴聴取や身体診察を行う助人がいることは新しい発見でした。患者との会話に専念できるのもScribeによるものです。常に忙しいERの中で医師の仕事を手助けしてくれるのはPAによるものです。日本のERと違いアメリカのERではコメディカルスタッフが充実している印象を受けました。

ERでは実際に心肺停止患者に対し蘇生救急を行う機会がありました。会話は全て英語の中、いき



家庭医療科にて（左から私、指導医、研修医）



MSU剣道部

なり心臓マッサージを任せられました。心臓マッサージはポリクリでやったことはあるものの、環境が全く違うので、いきなり任せられた時は、本当に焦りました。心臓マッサージの結果、患者は無事に脈が戻りましたが、役割から開放された時には、緊張感から解放されて、いっきに力が抜けたような感じがしました。その他、当直の見学をさせてもらい、非常に有意義な研修でした。

アメリカの医学部生や研修医は本当に優秀な人ばかりで、刺激の多いものでした。家庭医科の研修医

一人です。内科、眼科、耳鼻科、産婦人科、小児科、精神科領域の診察を行い、また、患者とのコミュニケーションの取り方も上手だなという印象を受けました。また、ERの研修医も同じで、鑑別疾患を何個も挙げ、彼らの勉強量のすごさに驚きました。実習で出会ったMSUの医学部生も同じです。アメリカの医学教育は臨床実習の期間が長く、また医学部生に任せられる仕事量も多く、日本と比べてアメリカの医学部生は臨床経験が多いのも納得でした。

ここからは、終末の過...
ここで、海外での臨床実習に興味はあるが、躊躇している人はいると思います。少なくとも私はそうでした。実習の質が落ちるのではないかと、また語学の面で苦労するのではないかと不安があるかと思えます。確かに、外から来た実習生ということと規制が多かったり、現地の人の話すスピードに慣れるのに苦労したり、実習に慣れるまで時間はかかりました。このような経験は海外で実習を行なって初めて感じるのだと思います。逆に、今の自分に足りないものを見つけて良いチャンスだと思えます。3ヶ月という短い高次臨床実習期間に海外で1ヶ月間費やす価値は非常に大きいと思えます。

方に関して話したいと思えます。部活は剣道をやっているため、MSUの剣道部にお邪魔したり、研修医の先生と映画やショッピングに行ったり、剣道で知り合った友人とドライブに行ったりと、日本で過ごす休日と全く変わらない過ごし方でした。しかし、ランニングの雰囲気やより深く知ることができましたし、研修医や医学部生だけでなく、剣道を通して多くの友人もできました。最終日、ランニングを離れるのは本当に寂しいものでしたが、必ず、また訪れたいと思いました。



6月7日に長崎大学精神神経科教室主催の学生対象セミナーが大学院12階、精神科医局で開催されました。今回のテーマは、「女性」。過去最高の40名を超える方が参加されました。このセミナーは医学部に正しい精神医学の知識を普及し、精神疾患への偏見をなくし、みなさんが今後それぞれの診療科に進むにあたり、精神疾患についてきちんとした理解をもった医師になってもらえるように長崎大学精神神経科教室が年に二回行っているもので、去年の11月8日の「児童精神医学」「発達障害」をテーマとしたセミナーに引き続きの開催となります。

今回のセミナーではまず、参加者の皆さんにバウムテストを体験していただき、その後長崎大学精神科教授の小澤寛樹先生が解説、個々に鑑定を行いました。バウムテストは心理検査でもよく知られるもので、木を描くことで深層心理の隠された部分が明らかになるといわれています。一見胡散臭く感じる人もいるでしょうが、実際に今回のセミナーでは、昔のトラウマを正確に暴かれてしまったり、自分でも知らなかった自分の一面がわかったり、一見ほんわかした感じのあの子が実は過激な攻撃性を持っていることが明らかにされたりと、嬉しい悲鳴や文字通り悲鳴がなりやまな大変にぎやかな体験講座になりました。

精神科セミナーの紹介 6年 山脇 健司

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

続いての毎年恒例の漢方に関する講演では、株式会社ツムラの坂本樹さんが女性の恋愛体質と漢方について解説を行いました。この講演では、簡単な質問にこたえることで、女性参加者の皆さんが「木・火・土・金・水」の五行タイプのうち自分の恋愛体質を知り、恋愛の傾向と弱点についてより深く理解することができました。「木」タイプは思ったことをスパスパ言う、勝ち気だけだと実は寂しがり屋。「火」は好奇心旺盛な積極派、ビジュアル重視な肉食系。「土」は、お母さんのな癒し系、アットホームなほんわかタイプ。「金」は男の守ってあげたい欲求を刺激、恋に一途。「水」は翻弄しつつもマ

今回のセミナーではまず、参加者の皆さんにバウムテストを体験していただき、その後長崎大学精神科教授の小澤寛樹先生が解説、個々に鑑定を行いました。バウムテストは心理検査でもよく知られるもので、木を描くことで深層心理の隠された部分が明らかになるといわれています。一見胡散臭く感じる人もいるでしょうが、実際に今回のセミナーでは、昔のトラウマを正確に暴かれてしまったり、自分でも知らなかった自分の一面がわかったり、一見ほんわかした感じのあの子が実は過激な攻撃性を持っていることが明らかにされたりと、嬉しい悲鳴や文字通り悲鳴がなりやまな大変にぎやかな体験講座になりました。

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ

今回の学生発表が四つあり、一番手の医学部3年和田澄華さんの講演はまさに今回のテーマにふさわしいものでした。「いらいらするにもちゃんと理由があるんです!!」と「女性」とうまく付き合うために」と題されたこの発表では月経前症候群、月経前不快気分障害を扱ったもので、女性の月経に対する社会の対応を、歴史を追って詳しい説明がなされました。神々の時代、古事記の「著月経 故見其月経」から名づけられた月経（つきさわり）という現象は、縄文時代、弥生時代のバ



学生の活動特集



五合目から太子館まで

こんにちは！皆さん、夏休みはいかがお過ごしですか。部活に燃えた方、地元でゆっくりされた方、遠くに旅行に行っ...

合目から山頂までのちょうど中間に位置してしまふ。富士山に登ったことがある方は、利用したことがあるのではないでし...

真暗な中、橙、緑、黄色、沢山の光が数珠繋がりになって登って行く。彼は、今夜も魂が列を為して昇って行くような...

「銭撒きなされ、銭撒きなされ、富士山の神様は女性の神様、コノハナサクヤ姫。綺麗なお姉さん...

山の後線まで登り切ると、眼下には闇を弓形に切り取って、相模湾が広がる。江ノ島のヒンヤリとした浜辺では、熱帯夜を...

山者が一通り写真を撮り終わって、神野が徐に、少し高くなったタンクに上がって声を張り上げた。

「それでは皆様の益々の御健康と御発展、そして太子館の商売繁盛を願ひまして、万歳三唱を致しましう！」

万歳の掛け声と共に、登山者の熱気を一につに昇華させ、朝は昼へと移って行く。彼は酷い眠さと日光で活性化された頭に...

富士巡礼 作：米村悠 看護師のMさんに捧ぐ。 夕食には、山小屋の定番メニューであるカレーライスだけではなく、お...

空を一飛び、ここで休憩をしたという伝説が残っております！ ガラリと売店の窓を開けて、彼は夜のヌード...

山の後線まで登り切ると、眼下には闇を弓形に切り取って、相模湾が広がる。江ノ島のヒンヤリとした浜辺では、熱帯夜を...

山者が一通り写真を撮り終わって、神野が徐に、少し高くなったタンクに上がって声を張り上げた。

「それでは皆様の益々の御健康と御発展、そして太子館の商売繁盛を願ひまして、万歳三唱を致しましう！」

万歳の掛け声と共に、登山者の熱気を一につに昇華させ、朝は昼へと移って行く。彼は酷い眠さと日光で活性化された頭に...

山者が一通り写真を撮り終わって、神野が徐に、少し高くなったタンクに上がって声を張り上げた。

「それでは皆様の益々の御健康と御発展、そして太子館の商売繁盛を願ひまして、万歳三唱を致しましう！」

万歳の掛け声と共に、登山者の熱気を一につに昇華させ、朝は昼へと移って行く。彼は酷い眠さと日光で活性化された頭に...



檜造りの山小屋

大学生協アンケート

(裏面をご覧ください)



被ばく70年を考える企画展

日時 2016年1月4日(月) - 1月15日(金) (予定) 場所 長崎大学坂本キャンパス 良順会館

映画とのコラボレーションも計画中です。ご期待ください。

問い合わせ：被ばく70年学生企画実行委員会 70peace2015@gmail.com

大学生協とは

大学生協は、学生・教職員が出し合った出資金で運営され、組合員の生活全体を様々な事業を通じてサポートしていくための協同の組織です。生協は組合員の声をもとに食堂・購買・書籍などの事業を運営しています。生協は一人ひとりの出資と参加で成り立っていますので、加入されていない方は加入（出資）をお願いします。なお、出資金は卒業時もしくは異動時に全額返還します。

生協には様々なサービスがありますが、今回はその中でも研修医、医師、研究者の方がご利用できるサービスをご紹介します。

☆研修医、医師、研究者にもご利用ください。

長崎大学生協は、研修医、医師、研究者の方々にも大学生協を頻りに利用していただいています。主に書籍の利用で、もちろん組合員価格（定価の10%OFF）です。

研修医の方であれば医療教育開発センター、医師や研究者の方は指定の医局や教室まで注文いただいた商品を配達していただきます。

大学、大学病院以外の場所へは配送を承ります。市内指定病院へは組合員価格10%OFFのまま、その他病院や自宅へは組合員価格を5%OFFとし、送料は無料でお届けしています。

卒業する際に長崎県内で研修をされる方は継続加入をおすすめしています。研修医の方は土曜日に書籍を見に来られて注文されたり、メールで注文されたりすることが多いです。大学病院以外の病院で働かれている先生方からも電話やメールで注文をいただいております。

支払いは売り掛け（つり、月末締めで翌月末日までにお支払いいただく制度です。期日までに振り込んでいただくか、店舗でお支払いいただくか、もしくは都合の良いときに集金にお伺いするかで対応しています。

また口座引き落としの制度もあり、翌月末日頃の指定日に自動的に引き落とさせていただきます。毎月の支払いの手間もなく便利です。

2015年前期売り上げランキング〈チョコレート〉

- 1 有楽 ブラックサンダー
- 2 ブルボン 濃厚チョコブラウニー
- 3 ブルボン 濃厚宇治抹茶ブラウニー
- 4 ブルボン 濃厚チョコブラウニー キャラメル味
- 5 ブルボン プランチュールミニDX 宇治抹茶



2015年前期売り上げランキング〈500ml飲料〉

- 1 サントリー ビックル
- 2 サンガリア ナタデココ入り白ぶどう
- 3 コカコーラ アクエリアス
- 4 コカコーラ ジョージア 贅沢生クリームカフェオレ
- 5 キリン 世界のキッチン ソルティライチ



このように、大学生協は学生の方だけでなく、研修医、医師、研究者の方もいろいろなサービスをご利用いただけます。ぜひご利用ください。

〈2015年前期 売り上げランキング〉

今回は、生協に寄ったから思わず買ってしまおう、あまーいチョコブラウニーと500ml飲料の売り上げランキングをご紹介します。

1. 有楽 ブラックサンダー
2. ブルボン 濃厚チョコブラウニー
3. ブルボン 濃厚宇治抹茶ブラウニー
4. ブルボン 濃厚チョコブラウニー キャラメル味
5. ブルボン プランチュールミニDX 宇治抹茶

みなさんいかがでしたか？予想通りだ、なんて思った方も多いのではないのでしょうか。1位は安くて手軽なブラックサンダー。あのくせになる食感がたまりませんよね。いろいろとお金が飛ぶことのできる大学生にとってあの値段も嬉しいところ。そして、2〜4位は濃厚ブラウニーのシリーズです。今年から新たに発売された？キャラメル味も堂々ランキングインです。スティック状で食べやすく、一本でも十分満足感が得られます。味も濃厚で手軽にしっかりと糖分摂取できて、いつもより授業に身が入るかもかもしれません。ですがこの商品、大学に入って初めて食べた、という方が多いのではないのでしょうか。実はこの商品にはちよつとしたストーリーがあるのです。ご紹介したいと思います。

当初、この商品はコンビニエンスストアなどで発売されましたが売り上げが悪く、販売から2週間で売り場から姿を消しました。しかし、担当者は「絶対に売れる」と信じ、担当の長崎県のある大学生協に持ち込みました。すると1日で55個売れ、それで手応えを感じ九州の生協で一斉に販売したところ瞬く間に売り上げは伸び、熊本県の大学では1日最大890個売れたそうです。医学部生協でも4〜6月で約2000個売れています。こうして一時は終売かと思われていたこの商品は大学生協で売れたことをきっかけに、今ではスーパーの棚にも並び、新たに種類も増え、定番商品に育ちました。この濃厚ブラウニーは大学生協で売れ始めたことをきっかけに人気商品になったのです。

こんなお話があったことご存知でしたか？またいつもとはちよつと違った気持ちで濃厚チョコブラウニーが食べられるかもかもしれませんね。またぜひ、手にとってください。

次は、500ml飲料のランキングです！今回は、水、お茶を除いた順位をご紹介します。

1. サントリー ビックル
2. サンガリア ナタデココ入り白ぶどう
3. コカコーラ アクエリアス
4. コカコーラ ジョージア 贅沢生クリームカフェオレ
5. キリン 世界のキッチン ソルティライチ

1位はなんと、ビックルです！瓶のイメージも強いビックルは昔から変わらぬ美味しさです。著者も思わず時々買ってしまいます。2位はナタデココ入り白ぶどう。ナタデココのつぶつぶの食感がたまりません。いかに最後まで残らないように飲むかなんて必死に頑張ったりしませんか。アクエリアスは部活生には必須です。ソルティライチも同じように部活で飲んだりするそうですね。スポーツの秋ともいいます。しっかりと水分補給しながら部活動に励んでください。

500mlのコーヒーで一番人気なのがジョージア 贅沢生クリームカフェオレです。ちよつと甘い甘さで生クリームが入っていることで口当たりも滑らかです。機会があれば、今回は缶コーヒーのランキングもご紹介出来たらと思います。生協では不定期でいろいろな商品が割引されています。

試すいいチャンスなのでぜひご利用ください。

〈学年別！ 人気参考書紹介〉

後期の授業がはじまって一ヶ月経ちました。後期の授業にも慣れてきたところだと思えますが、先輩がどんな参考書を使っていたか、気になりませんか？まだ試験には余裕がありますが、こつこつ勉強するの、進級への近道です！そこで、昨年の11月〜2月の売り上げを参考に、去年の先輩が試験前に買った参考書ランキングをご紹介します。



1年生 「人体の正常構造と機能」は先生によって評価が分かれますが、広い分野に対応しているため、1年生から2年生にかけて幅広く活用できます。「病気がみえる 脳・神経」は指定教科書のアトラスの内容が難しいと感じる人に特に勧めます。2年生の前期にも脳神経の授業はあるので、その時にも使えます。

2年生 標準微生物学 病気がみえる 免疫・膠原病・感染症 ロビンズ基礎病理学 「標準微生物学」は感染症の授業で活用できます。シラバスにも載っている参考書なので内容に定評があります。「病気がみえる 免疫・膠原病・感染症」は3年生の前期の感染症の授業でも使えます。ロビンズ基礎病理学は、英語版が指定の教科書でした。昨年は、そのsummaryから出題されたのもあってよく売れています。

3年生 病気がみえる 腎・泌尿器病 病気がみえる 婦人科・乳腺外科 病気がみえる 産科 本格的に臨床の授業がはじまった3年生からは「病気がみえる」シリーズがよく使われています。イラストが多く、表現もやさしいのでとても使いやすいシリーズです。最近では、「薬がみえる」というシリーズも発売されています。

4年生 4年生はCBTで使ったものが今回のデータではわからないのと、今年からカリキュラムが変わっているため今回は省略します。

コメントはあくまでも著者の主観です。ぜひ手にとってご自身で中身を確認して、自分に合った参考書を探してください。また、ここで紹介した参考書はすべて大学生協で購入することができますが、試験期間前などは商品が品切れになります。取り寄せが必要になることもありますが、余裕をもったご購入をお願いします。

山本侑季 著

新聞・生協に対してご意見を募集しています。

下の用紙を切り取って生協前のボックスに入れてください。今後に生かしたいと思います。場所がわからない場合は生協の職員にお尋ねください。抽選でお菓子の詰め合わせをプレゼントします！

今号のぐびろが丘新聞に対する感想

生協の記事に対する感想・もっと知りたいこと

長崎大学生協へのご意見ご要望

お名前 _____

ご連絡先 _____

国際医療系サークルLISEE 活動紹介 (朋友より一部抜粋) 5年 菅田 志帆

国際医療系サークルLISEEとは？ 私たち国際保健医療系サークルLISEEは、国際的な医療活動に関心のある学生が集まり、国際保健について知識を深めようと約2年前に発足しました。以来、定期的に勉強会を開催したり、この分野で活躍する先輩方や施設を訪ね、研修を行ったりと、勢力的に活動しています。メンバーは長崎大学医学部医学科の大きな特色の一つである、AO入試である、国際保健医療系(平成20年度設立、平成26年度より推薦入試に移行)で入学した学生を中心に構成されており、将来国内外を問わず活躍出来るグローバルな医療人材を目指しています。

これまでのLISEEの主な活動 LISEEは主に国際保健医療系に対する勉強会や他大学の学生との情報共有も行っています。そこで活動の環として、九州山口地区国際保健医療系サークル合同会に毎年参加しています。また、国境なき医師団 黒崎伸子先生講演会の企画・運営や九州圏医学生のための国際保健医療系合宿の企画・運営なども行ってきました。さらに、JICA九州見学などの国際機関の見学も行っています。別の活動としては、国際枠の生徒が毎年見学に行くカザフスタン研修に有志で参加するなど幅広い活動を行っています。

LISEEは発足したばかりのサークルということもあり、各々活動を提案し新しく企画して行っているため、非常に活動の自由度が高いサークルであるというのも特徴の一つです。

個人レベルの活動

- ・スイスジュネーブWHO本部 見学(4年鈴木、3年白髭)
- ・ネパールラテンセンター病院見学(4年安田)
- ・日本熱帯医学会学生代表ブレゼン(5年菅田)

神戸研修を企画した経緯 私は3年生の時、高村先生の医ゼミを選択していました。

その際、国際保健医療系サークルの1つである、ベトナム・ハノイの長崎大学医学部の拠点でのフィールドワークに有志として同行させて頂き、非常に感銘を受けました。以来、国際医療に興味を持つようになり、この度、野崎先生にお話しを伺い、将来国際医療に自分がどう関わっていくことができるか考える機会になればと思います。WHOとJICA研修を企画しました。サークル内で呼びかけをし、数名の学生の希望があり、共に意見を出し合いながら充実した研修を行うことができました。この場をかりて部ではありますが、活動の報告をさせて頂きたいと思っております。

WHO神戸センター訪問研修

WHOの主要機能とは、リーダシップの提供、規範と基準の設定、技術支援や能力開発の提供、研究課題の形成、政策オプションの明確化、モタリングと健康動向など、多岐に渡りますが、各国政府の厚生労働省にあたる機関をサポートすること大きな役割と云えます。各国政府が自国の保健問題を解決するにあたり、規範や基準の設定や政策オプションの明確化などにより、医療政策の策定や実施をすることが出来ます。WHOはさまざまな点で、「全世界厚生労働省組合」といえます。また、UHCについてWHOによる定義では、Universal coverage (UC), or universal health coverage (UHC), is defined as ensuring that all people can use the promotive, preventive, curative, rehabilitative and palliative health services they need, of sufficient quality to be effective, while also ensuring that the use of these services does not expose the user to financial hardship.

「世界中の人々が適切な医療を適切な費用で享受できるようにすること」となっています。UHCとは、2015年を達成目標としたミレニアム開発目標(MDG)に替わる持続可能な開発目標(SDG)を定めるために作成された、世界中の人々が適切な医療を適切な費用で享受できるようにするという概念です。そこで、このUHCについて考える主要機関として、神戸センターをより活性化させていく見通しという事です。

JICA関西訪問研修

JICAとは、ODA(政府開発援助)のうち、二国間援助を担っています。日本にあるりソース様々な分野における専門家や技術などを開発途上国のニーズへと結びつける役割です。JICA関西では、職員の方から、JICAについて説明をして頂き、実際に青年海外協力隊として国外に派遣されていた医療スタッフの方のお話も聞くことができました。また、展示コーナーの見学もさせて頂き、JICAの活動や災

害時のことなどについて、わかりやすく学ぶことができました。JICAが主催する研修制度 研修制度は技術協力の一環です。日本には15のJICAセンターがあり、開発途上国から年間1~2万人の研修員を受け入れ、1~5ヶ月ほどの期間で研修を行っています。各センターで実施される研修はそれぞれ特色があり、JICA関西では研修項目としては、総合防災行政、博物館学、廃棄物処理、助産師研修などがあります。特に阪神淡路大震災の経験がある関西地区では、防災行政は全国において秀でています。

神戸研修メンバー感想(一部抜粋)

現場で働くにしても行政との連携は必須であるし、WHOの仕事やこれからの医療政策について知ることが重要で、今回の研修はとても有意義であった。

(5年 大関)

今後予想される都市化高齢化に伴う健康問題の増加や、現在急増している生活習慣病などに対応する際、医療分野だけでなく社会全体にまで視野を広げて考える必要がある。今後、臨時的な面ばかりでなく、少しずつそうしたシステムの部分にも目を向けていきたいと考える。

(3年 田口)

今回、先生方から、直接お話を伺う事ができ、「生の声」にたくさん刺激をいただきました。お忙しい中、貴重なお時間を割いていただき、本当に有難うございました。(3年 西田)

WHOがどんな機関なのかの具体的なイメージが持てなかったため、野崎先生が「全世界厚生労働省組合」といって聞かされたのを聞いて、なるほどと思いました。WHO神戸センター自体はビルのオフィスにすぎませんが、非常に多くのことを知ることができ、WHOの全体像がよくわかりました。

(2年 原賀)

私がこの研修を通して一番感じたことは、人とのつながりの大切さである。神戸センターの皆さんのお話を聞いて、自らの周りの人とのつながりを大切に、それぞれの人の考えや望みを把握してそれらをつなげていくことが大切であると感じた。

(2年 長谷川)

最後に

私は国際保健医療系サークルの学生ではありませんが、将来国際医療に携わることや、日本のみならず世界の公衆衛生の現状について考えることにも関心を持っています。そして同じように興味を持つ学生との情報交換や活動をしたと考えると、このサークルに1年前より所属し多くの活動の機会を頂いています。この研修を通じて、WHO、JICAという2つの国際機関について学びましたが、漠然と理解することができました。両機関とも私が思っていたよりも国民の実生活に関わっており、WHOやJICAを近く感じることができた研修でもありました。

また、今回の研修では、「学生が実際に現地に赴いて研修をする意義」についても考えたが、情報化が進みインターネットで、現地へ赴き研修をする意義を考えたが、研修内容を提案させて頂き、非常に良い経験となりました。この研修の報告に關しましては、長崎医学同窓会雑誌「朋友」に簡単ではありますが、掲載させて頂いています。よろしければそちらもご覧ください。

最後になりましたが、この研修を実現することが出来たのは、長崎大学国際連携研究戦略本部教授である、野崎慎一郎先生と顧問である高村昇教授のご協力あつてのことです。深く感謝申し上げます。また、この研修にあたり共に研修を行ったサークルのメンバーにも合わせて感謝申し上げます。

その際、国際保健医療系サークルの1つである、ベトナム・ハノイの長崎大学医学部の拠点でのフィールドワークに有志として同行させて頂き、非常に感銘を受けました。以来、国際医療に興味を持つようになり、この度、野崎先生にお話しを伺い、将来国際医療に自分がどう関わっていくことができるか考える機会になればと思います。WHOとJICA研修を企画しました。サークル内で呼びかけをし、数名の学生の希望があり、共に意見を出し合いながら充実した研修を行うことができました。この場をかりて部ではありますが、活動の報告をさせて頂きたいと思っております。

WHO神戸センター訪問研修

WHOの主要機能とは、リーダシップの提供、規範と基準の設定、技術支援や能力開発の提供、研究課題の形成、政策オプションの明確化、モタリングと健康動向など、多岐に渡りますが、各国政府の厚生労働省にあたる機関をサポートすること大きな役割と云えます。各国政府が自国の保健問題を解決するにあたり、規範や基準の設定や政策オプションの明確化などにより、医療政策の策定や実施をすることが出来ます。WHOはさまざまな点で、「全世界厚生労働省組合」といえます。また、UHCについてWHOによる定義では、Universal coverage (UC), or universal health coverage (UHC), is defined as ensuring that all people can use the promotive, preventive, curative, rehabilitative and palliative health services they need, of sufficient quality to be effective, while also ensuring that the use of these services does not expose the user to financial hardship.

「世界中の人々が適切な医療を適切な費用で享受できるようにすること」となっています。UHCとは、2015年を達成目標としたミレニアム開発目標(MDG)に替わる持続可能な開発目標(SDG)を定めるために作成された、世界中の人々が適切な医療を適切な費用で享受できるようにするという概念です。そこで、このUHCについて考える主要機関として、神戸センターをより活性化させていく見通しという事です。

JICA関西訪問研修

JICAとは、ODA(政府開発援助)のうち、二国間援助を担っています。日本にあるりソース様々な分野における専門家や技術などを開発途上国のニーズへと結びつける役割です。JICA関西では、職員の方から、JICAについて説明をして頂き、実際に青年海外協力隊として国外に派遣されていた医療スタッフの方のお話も聞くことができました。また、展示コーナーの見学もさせて頂き、JICAの活動や災

害時のことなどについて、わかりやすく学ぶことができました。JICAが主催する研修制度 研修制度は技術協力の一環です。日本には15のJICAセンターがあり、開発途上国から年間1~2万人の研修員を受け入れ、1~5ヶ月ほどの期間で研修を行っています。各センターで実施される研修はそれぞれ特色があり、JICA関西では研修項目としては、総合防災行政、博物館学、廃棄物処理、助産師研修などがあります。特に阪神淡路大震災の経験がある関西地区では、防災行政は全国において秀でています。

神戸研修メンバー感想(一部抜粋)

現場で働くにしても行政との連携は必須であるし、WHOの仕事やこれからの医療政策について知ることが重要で、今回の研修はとても有意義であった。

(5年 大関)

今後予想される都市化高齢化に伴う健康問題の増加や、現在急増している生活習慣病などに対応する際、医療分野だけでなく社会全体にまで視野を広げて考える必要がある。今後、臨時的な面ばかりでなく、少しずつそうしたシステムの部分にも目を向けていきたいと考える。

(3年 田口)

今回、先生方から、直接お話を伺う事ができ、「生の声」にたくさん刺激をいただきました。お忙しい中、貴重なお時間を割いていただき、本当に有難うございました。(3年 西田)

WHOがどんな機関なのかの具体的なイメージが持てなかったため、野崎先生が「全世界厚生労働省組合」といって聞かされたのを聞いて、なるほどと思いました。WHO神戸センター自体はビルのオフィスにすぎませんが、非常に多くのことを知ることができ、WHOの全体像がよくわかりました。

(2年 原賀)

私がこの研修を通して一番感じたことは、人とのつながりの大切さである。神戸センターの皆さんのお話を聞いて、自らの周りの人とのつながりを大切に、それぞれの人の考えや望みを把握してそれらをつなげていくことが大切であると感じた。

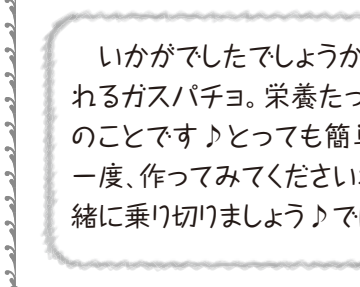
(2年 長谷川)

最後に

私は国際保健医療系サークルの学生ではありませんが、将来国際医療に携わることや、日本のみならず世界の公衆衛生の現状について考えることにも関心を持っています。そして同じように興味を持つ学生との情報交換や活動をしたと考えると、このサークルに1年前より所属し多くの活動の機会を頂いています。この研修を通じて、WHO、JICAという2つの国際機関について学びましたが、漠然と理解することができました。両機関とも私が思っていたよりも国民の実生活に関わっており、WHOやJICAを近く感じることができた研修でもありました。

また、今回の研修では、「学生が実際に現地に赴いて研修をする意義」についても考えたが、情報化が進みインターネットで、現地へ赴き研修をする意義を考えたが、研修内容を提案させて頂き、非常に良い経験となりました。この研修の報告に關しましては、長崎医学同窓会雑誌「朋友」に簡単ではありますが、掲載させて頂いています。よろしければそちらもご覧ください。

最後になりましたが、この研修を実現することが出来たのは、長崎大学国際連携研究戦略本部教授である、野崎慎一郎先生と顧問である高村昇教授のご協力あつてのことです。深く感謝申し上げます。また、この研修にあたり共に研修を行ったサークルのメンバーにも合わせて感謝申し上げます。



ることができ、WHOの全体像がよくわかりました。

(2年 原賀)

私がこの研修を通して一番感じたことは、人とのつながりの大切さである。神戸センターの皆さんのお話を聞いて、自らの周りの人とのつながりを大切に、それぞれの人の考えや望みを把握してそれらをつなげていくことが大切であると感じた。

(2年 長谷川)

最後に

私は国際保健医療系サークルの学生ではありませんが、将来国際医療に携わることや、日本のみならず世界の公衆衛生の現状について考えることにも関心を持っています。そして同じように興味を持つ学生との情報交換や活動をしたと考えると、このサークルに1年前より所属し多くの活動の機会を頂いています。この研修を通じて、WHO、JICAという2つの国際機関について学びましたが、漠然と理解することができました。両機関とも私が思っていたよりも国民の実生活に関わっており、WHOやJICAを近く感じることができた研修でもありました。

また、今回の研修では、「学生が実際に現地に赴いて研修をする意義」についても考えたが、情報化が進みインターネットで、現地へ赴き研修をする意義を考えたが、研修内容を提案させて頂き、非常に良い経験となりました。この研修の報告に關しましては、長崎医学同窓会雑誌「朋友」に簡単ではありますが、掲載させて頂いています。よろしければそちらもご覧ください。

最後になりましたが、この研修を実現することが出来たのは、長崎大学国際連携研究戦略本部教授である、野崎慎一郎先生と顧問である高村昇教授のご協力あつてのことです。深く感謝申し上げます。また、この研修にあたり共に研修を行ったサークルのメンバーにも合わせて感謝申し上げます。

トマトたっぷり☆まるやかガスパチョ (冷製スープ)



〇材料(2人分)
 トマト(2個)、玉ねぎ(6分の1個)、きゅうり(半分)、
 にんにく(薄切り1枚、チューブでも代用OK)
 ・調味料：オリーブ油(小さじ1)、塩少々、レモン汁(大さじ1)

〇手順 (所要時間 約10分)
 ①トマトを湯剥きしましょう。
 ②きゅうりの皮を剥き、幅5ミリほどに細かく切ります。玉ねぎ・にんにくも同様に細かく刻みます。
 ③①のトマトをざく切りにし、②、調味料とともにミキサーにいれます。
 ④ミキサーに1、2分かけます。
 ⑤器にもり付けて、冷蔵庫で冷やします。
 ⑥出来上がり♪

〇トマトの湯剥きのしかた
 ・まず、ヘタをくり抜きます。熱湯につけ、皮がはじけてきたら、冷水に移し、手で皮をむきます。(スルッと剥けますよ♪)

いかがでしたでしょうか??飲むサラダとも呼ばれるガスパチョ。栄養たっぷり、美肌効果もあるとのこと♪とっても簡単に作れますので、ぜひ一度、作ってみてくださいね♡つら〜い夏バテ、一緒に乗り切りましょう♪では、また!

はじめてのレシピシリーズ

一人暮らしのお料理

「夏の疲れにご注意を!」
 夏の終わりをを感じる季節になりました。みなさんは夏休み、いかが過ごされましたか?? 新入生の皆さんは、大学生になって初めての夏休み♡ご家族と久しぶりにゆっくりされた方もいらっしゃるのでは??
 素敵な思い出は、たくさんできましたか?#^#
 さて、思いつき夏を満喫した後には心配なのは夏バテ(と、個人的にはテスト、)。栄養たっぷりのお野菜で、夏の疲れを撃退しましょう!!
 えいや!!

厳正なるあみだくじのもと、部長に就任しました(笑) 熊谷知香です。
 今号から初めて編集に携わらせていただきました。まだまだ初めて尽くしですが、部員の皆さんに支えられながら頑張っていきたいと思っております。よろしくお祈りします。
 (熊谷知香)

短い夏休みを満喫しております、狩野です。副部長に就任しました!今回は学生の活動特集を担当させていただきました(笑)長大生の様々な活動を見て、私も何か外に向けて足を伸ばしてみたいなあと感じています。記事作りに、部長さんのサポートにと頑張っていると思います!よろしくお祈りします。
 (狩野恵梨)

今回、編集委員長の座を後輩の熊谷さんに受け渡し、今後は隠居生活を送ろうと企んでいる松本です。これからも学友会広報部をよろしくお祈りします。
 (松本 学)

実習、病院見学と、医師として社会に出る時が着々と近づいていることを実感しています。夏休みもあと残すところ一回!残り少ない学生生活、できることをいろいろしていこうと思います。
 (市川宏美)

今年是比较的長い夏休みなので旅行など色々楽しもうと思っております。あとできたらCBTの勉強も少し、
 (野本和宏)

古都の夏に蒸されており、和田です。今年の夏も暑いですがね、
 こんな時は、冷たいお料理を!、ということとで、今回のレシピは冷製スープにしてみました!どうぞめしあがれ!!
 (和田澄華)

今回は生協の記事を担当しました。初めてがっつり新聞を書いてヘトヘトです。実家に帰ると、アミユが出来ていたり進撃の巨人のキャラがいたるところに出没していたり盛り上がり過ぎてました。自分がいたときとすっかり変わってしまっていて嬉しいような悲しいような。
 (山本侑季)

最近日焼けでヒリヒリしている、松島俊樹です。
 九山の記事を担当させていただきました。結果を見て、長崎大学の文武両道を感じる今日この頃...
 (松島俊樹)

編集後記