

# 部活動紹介

## 卓球部

こんにちは！長崎大学医学部卓球部です！

オリンピックを見て、卓球に対するイメージが変わった人もいないでしょうか？実は卓球は動きが激しく白熱する競技なんです。そんなスポーツを行っている私たちの部活を紹介していきます。

現在部員は35名おり、そのうち半数近くが大学から初めた初心者です。また、今年の一年生は医歯薬看護それぞれの学科から入部者がいるので、様々な話をする事ができます。



練に加えて日曜日に自主練を行っています。主な大会は4月の九山、8月の西医体、3月の西医歯薬です。また、林杯や永安杯に参加したり、秋にはキャンプに行ったりなど卓球以外のイベントも行っています。

最近大会が無くなっていますが、それぞれ自分の目標を持って楽しく活動しています！

## 柔道部

こんにちは、医学部柔道部です！

突然ですが皆さんは「柔道」と聞いて何をイメージしますか？

強そう、痛そう...など様々なイメージがあると思いますが、そもそも柔道のことを全然知らないという方もいるのではないのでしょうか。夏に行われた東京オリンピックで柔道競技は史上最多9個の金メダルを獲得するなど大活躍でした。柔道のかっこよさや楽しさを沢山のの人に届けてくれました。

一方、私たち医学部柔道



部はコロナ禍で大会には出場できていませんが、毎週金曜日の稽古で楽しく汗を流しています。柔道は始めにくいという印象があるかもしれませんが、男女とも大学から始めた先輩が多く、なんと1年以内に黒帯を取得する人もいます！柔道部はゆる〜く楽しく、でも何か新しいことに挑戦してみたい！という方におすすめの環境です。体育館一階道場で活動中なので興味のある方はぜひお越しください。皆さんと沢山の経験を共有できることを楽しみにしています！

## 女子バレーボール部

女子バレーボール部は現在11名の部員が所属しています。火曜、金曜、日曜の週3回、火曜日は外部の体育館、金曜日、日曜日は医学部の体育館で活動しています。この八月までは、楽しく×本気をモットーに活動してきました。この言葉通り、少人数ではありますが、メリハリのある練習を行っています。バレーボー

ルはとても面白いスポーツです。様々な戦術があり、数秒のプレーの間に色々な駆け引きがあり、とても頭も使います。だからこそ誰が取った一点であっても一点一点がとても嬉しく、25点取れた時は達成感があります。私達と一緒にバレーボールをしてみませんか？初心者でも経験者でも大歓迎です。ご連絡お待ちしております。



## 園芸部

園芸部ではグビロが丘や、みなさんもきっと見たことがある2講の前の花壇でお花やハーブ、野菜を育てるなどの園芸活動、校内緑化を行っています。先日はししとうとトマトの収穫を行い、坂本キャンパス内の自然の力を大いに感じました。愛をこめて育てているので横を通った時にはぜひ花壇に少し目を向けてみてください。

今年は1年生2人、2年生1人の新入部員がはいつてくれて現在計12人で活動しています！

活動報告をツイッター(@numedgubir)で随時行っているのを見に来てくれると嬉しいです！また、活動不定期、自由参加、兼部大歓迎なので興味のある方は気軽にご連絡ください！





先生のこゝと。

|      |       |       |       |
|------|-------|-------|-------|
| 北先生  | 聞き手.. | 医学科4年 | 武田玲依奈 |
| 池松先生 | 聞き手.. | 医学科5年 | 富田 藍子 |



北 潔  
長崎大学大学院熱帯医学・グローバル  
ヘルス研究科 教授・研究科長  
東京大学名誉教授

常任教授・グローバル研究科長



**北 潔**  
長崎大学大学院熱ヘルス研究科 教授  
東京大学名誉教授

——20歳の時から50年間くらいい同じ研究をしているけれど、大腸菌が呼吸経路をスイッチして酸素の有る環境と無い環境に適応するといいう研究で学位を取って、3年間東大

工学に進もうと思っていました。ただ僕が高3のときはちょうど東大紛争の年で東大が受けられないから他のいろんな大学を受けたけど、どれも『サクラナル』で、唯一受かったのが駿台予備校っていう(笑)。それで浪人の1年間だけ、集中力を養うためにパチンコ屋さんに通ったなあ。1週間のうち日曜以外は大体行っていて、500円以上損したからその日はやらないって決めたのだけれど、ほとんど勝ってね。勝った分は景品やお金に交換できただけけど、当時は球が1個2円だったから75発最後に残して岩波新書の本と交換して読んでいたの。で、当時生物が苦手だったから「生命を探る」という本がある日買ってみたけれど、ちんぷんかんぷんで(笑)。ただ、化学が大事であり、生物も化学で理解できると分かったの、その時に生化学をやろうかなって思ってた。それで翌年東大の理Ⅱに入ったんです。薬学部に進んだのは、小学生のとき両親が、小さな夢にうなされて、泣きながら目を覚ました瞬間に「不老長寿の薬を作りたい」って思ったことも影響していたかな。

パチンコの球を本に変えて読もうという発想が北先生らしくて素敵ですね。思いがけない出会いから生化学の道を進ま

理学部の助手として大腸菌のピュアサイエンスをしていました。理学部なので、役に立つとか言ったと、たんに「君のサイエンスは三流だね」とか言われて、要するに「真理の探究」をやるっていう雰囲気でした。それは僕は今でも大変に大事だと思っています。それに順天堂大学の大家・裕教授の研究室に移って今度は寄生虫で呼吸経路の研究を始めました。すると1年もたないうちにJICAの「近代的臨床検査の技術移転と熱帯感染症の研究」のプロジェクトとして、チームリーダーとして、パラグアイに家族ずれで行くことになったの。現場でシャーガス病とかカリシユマニアの患者さんに出会って、「薬がなさるん」ことがわかって、創薬や応用研究をしようって決め、東大医科研に移り、熱研とも共同研究をするうちにTMCHの研究科長として長崎に来ることになったという感じですよ。

昨年エジンバラ公賞という名誉ある賞を受賞されましたが、その裏には何十年にも及ぶ基礎医学の積み重ねがあったのですね。

●エジンバラ公賞の授賞式当日はどのような雰囲気だったのですか。

「とても暑い日でした。夫妻での出席だった。た

日本学士院会館にて賞を受ける  
北潔教授

から、妻は和服を着付けてもらって、自分もモーニングを着てね。会場には天皇皇后両陛下がいらっしゃって、受賞式の後、研究内容を1人2分

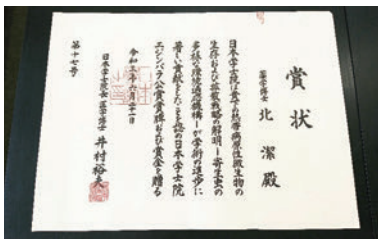
20歳の時から50年間くらい同じ研究をしているけれど、大腸菌が呼吸経路をスイッチして酸素の有る環境と無い環境に適応するといふ研究で学位を取って、3年間東大

理学部の助手として大腸菌のピュアサイエンスをしていました。理学部なので、役に立つとか言ったとたんに「君のサイエンスは三流だね」とか言われて、要するに「真理の探究」をやるっていう雰囲気でした。それは僕は今でも大変に大事だと思っています。さらに順天堂大学の大家裕教授の研究室に移って今度は寄生虫で呼吸経路の研究を始めました。すると１年もたたないうちにICMの『近代的臨床検査の技術移転と熱帯感染症の研究』のプログラクェクトのチームリーダーとして、パラグアイに家族ずれで行くことになったの。現場でシャーガス病とかリーシュマニアの患者さんに会って、「薬がないことがわかって、創薬や応用研究しよう」と決め、東大医科研に移り、熱研とも共同研究をするうちになんてNGHの研究科長として長崎に来ることになったという感じですね。

●エジンバラ公賞の授賞式当日はどのような雰囲気だったのですか。  
とても暑い日でした。夫妻での出席だったので

れた。天皇陛下にお会いしたのは実は３度目だったんだけどね、お部屋に入ったとたんに「ガーナでお会いしましたね」と言葉をかけてくださってた話までご説明したら、『新型コロナウイルスに、マリリアの葉が効くのはどういうことですか』という学会のような質問や、最後には皇后陛下から「希望が持てるお話ですな」といってお言葉もいただきました。でもポイントやはり基礎研究をきつちやりこんであつて、ずっと自然に応用研究に繋がるから、大学は真理の探究を忘れてはいけないということだと思います。とにかく基礎研究をコツコツやってきたことが評価されたということが嬉しいな。

昨年エジンバラ公賞という名誉ある賞を受賞されましたが、その裏には何十年にも及ぶ基礎医学の積み重ねがあったんですね。



## エンジンバラ公賞賞状

れている5-ALAにはまだまだ計り知れない可能性が秘められているのですね。

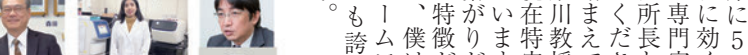
——その通りです。ただ、僕はマリアの研究を進めていたけれど、ウイルス学者ではない。実際に5-ALAが新型コロナウイルスに効くかは、ウイルスの専門家である熱研の森田所長と安田教授が調べてくださり、その結果を踏まえて長崎大学病院の泉州教授、田中准教授が現在特定臨床研究を進めています。普段から横の繋がりが緊密な長崎大学の特徴が出ているチームで、僕はこの長崎大学のチームワークについていつも誇りに思っています。

最近ニュースなどでも話題の5-ALAのご研究でチームワークが働いているのですね。

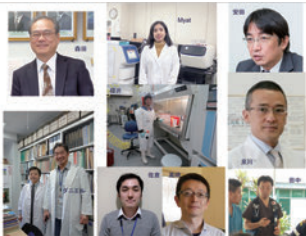
●最後に学生に向けて何かメッセージをいただけませんか。

——国や地域の多様性というのは大事で、むしろ1番大事なこともかもしれない。だけど、ある土地で生まれた子どもが、その国や地域の事情に左右されずに、どこで生まれたい生きて天寿を全うできるようにする環境にしたい、と。そのためにいろいろな職業があるわけで、どの職業に就いたとしてもそのことは忘れないでほしいなと思っています。ここが原点だ。

最後に素敵なお言葉をいただき、胸にとどめて大事にしたいと思います。今日はお忙しい中、ありがとうございました。



5-ALA研究チーム



## 5-ALA研究チーム

●医師を目指したきっかけを教えてください。

● 普段どのような仕事を  
されていますか

法医学者としての仕事の  
は、検案、死体検案書の  
作成、異状があると認め  
られた事例に関しては司  
法解剖（刑事訴訟法の規  
定に基づいて行われる）  
承諾解剖を行っていま  
す。そしてもちろん法医  
学に関する研究もしてい  
ます。

は、解剖時の音声入力などの先端技術が使われていますよね。

法医学領域では特に人が足りない(全国でも実働の法医学者は1200人ほど)。だから効率的にミスなく行っていくかが重要です。そのために必要なのは、テクノロジを導入して、いかにそれ

と。これは法医に限らないけど、医学の発達と、テクノロジーの進化というのとは両輪みたいなもの。これからの医者は高度なテクノロジーを使いこなせないといけない、そしてテクノロジーが発達すればこそ臨床でも研究でも医学は発達していくから。



池松 和哉  
長崎大学 法医学教室

●医学部時代は、どんな学生だったか教えてください。

●「趣味はありますか」  
いろいろな意味で「目が届いていない人」が増えているなと感じます。

事件に関することだと、僕が働き始めたころに、長崎佐賀保険金殺人事件（高校生が睡眠薬を飲まされ殺害された）というのがあったのだ。けれど、当時長崎では簡易的な薬物検査しかできなくて。その時のごときが気にかかって、長崎大学法医学教室では早くからNAGINATA

●医師を目指したきつかけを教えてください。

小さい頃は体が弱くて、色々病院のお世話になったのですが、注射が嫌いでした。「注射のない世界」を作りたいと医者になろうと思いました。法医学者になろうと

入力（Ami voice）は放射線科の先生方とも連携して開発しました。

いわゆる生体鑑定、生きている方の傷跡なんかを見ることもしてます。例えば児童虐待ですね。子供は自分で説明できない

たかひろは「学生ではなかったかな（笑）。部活も入ってなかったです。実習は全部ちゃんと行きましたよ。当時、河野先生（現学長）が第二内科の教授をされていたんだけど、学生時代の僕は「サイトカイン」が何か分から

●普段どのような仕事を  
されていますか

学生時代はね、じつは臨  
床医に興味があつたんで  
す。法医学者になろうと  
思ったきっかけは、語  
ろうとすると朝までか  
かってしまう（笑）。

めされていることもあ  
る。科学的、専門的な目  
線から不自然な力が加  
わつてできたものではな  
いか見極める。長崎県は  
特に熱心に取り組んでい  
て、行政との連携がしつ  
かりされているので、こ  
のような取り組みも積極  
的に行っています。

●このコロナ禍で普段の  
仕事で変わったことはあ  
りますか。

の教授になった時も「サ  
イトカイン知らなかった  
のに、たくさん勉強した  
んだねえ。」と河野先生  
に言われてしまいました。

法医学者としての仕事は、検案、死体検案書の作成、異状があると認められた事例に応じて司法解剖（刑事訴訟法の規定に基づいて行われる）、承諾解剖を行つています。それでももちろん法医学に関する研究もしています。

法医学の授業でも虐待の傷や特徴について習いました。

でも、本当は「法医が扱った点で負け」なんだよね。どんなに小さな傷だった、初期に見つかったとしても、子供が心を受けた傷は計り知れない。虐待は本当に絶対起こつてはいけないうことだし、心

「特に検案や解剖時の感染対策はどうされているんですか」

全例「〇」を撮っているから（長崎県では死後専用「〇」が導入されていて、検案・解剖症例はすべて撮影、画像診断している）肺の所見を診て疑わしいものはそれ相応の対応をしています。チエックリ

は、解剖時の音声入力などの先端技術が使われていますよね。

法医学領域では特に人が足りない（全国でも実働の法医学者は1200人ほど）。だから効率的にミスなく行っていくかが重要です。そのために必要なのは、テクノロジーを導入して、いかにそれ

の傷に対して本当に法医学は無力だなどと思う。

―授業などについてはどうですか

教育に関していうと、一番は「学生にどうやって授業を聞いてもらうか」です。

コロナ禍でオンライン授業を余儀なくされたけど、どうせなら復習しや

ストもありますし、元々解剖室は陰圧をかけられるようになっていっているのだから。ただ僕らより先にこの情報のない状態で接触する警察の方たちは大変です。

コロナもだけど、前々から結核に対してもとても気を使っています。病院に行けない方というのはいくら多いんです。

と。これは法医に限らないけど、医学の発達と、テクノロジの進化というののは両輪みたいなもの。これからの医者は高度なテクノロジを使いこなせないといけない、そしてテクノロジが発達すればこそ臨床でも研究でも医学は発達していくから。

ちなみに、解剖時の音声

すいようにと思ってオンデマンドを作ってみた。本当はyoutubeみたいに楽しく学べるようにしたいんだけどね。

授業の内容については、勿論、法医と聞いて皆さんが想像するような受検機序だったりするような事だけど、ほとんどの学生は臨床に進むから、死亡診断書の書き方であったり、

そして、肌感覚として感じるのは、すごく検案事案が増えている。コロナ禍で核化が一気に進んでいて、行政や地域の見守り機能などが落ちてい

—それは「孤独死」ということですか  
そう、高齢者の多い地域だし、やっぱり人はつながりなくしては生きてい



A cartoon illustration of a smiling man with a large orange head, wearing a white lab coat over a green shirt and grey pants. He is pointing his right index finger upwards. Next to him is a golden retriever dog with a black outline, sitting and looking towards the viewer with its mouth open.

外傷を診たときに写真を撮っておくなど、特に臨床の現場でやっておいいてほしいこと、大切なことを伝えようと思っています。法医学には、臨床現場の協力や理解がないとできないことが沢山あるのだからね。

●医学部時代は、どんな学生だったか教えてください。

控えめに言ってもまじめな学生ではなかったかな(笑)。部活も入ってなかったです。

実習は全部ちゃんと行きましたよ。当時、河野先生(現学長)が第二内科の教授をされていたんだんだけど、学生時代の僕は「サイトカイン」が何か分からなくて(笑)。法医学の教授になった時も「サイトカイン知らなかったのに、たくさん勉強したんだねえ」と河野先生に言われてしまいました。

●このコロナ禍で普段の仕事で変わったことはありますか。

―特に検案や解剖時の感染対策はどうされているんですか

全例の「〇」を撮っているから(長崎県では死後専用「〇」が導入されていて検案・解剖症例はすべて撮影、画像診断している)肺の所見を診て疑わしいものはそれ相応の対応をしています。チェックリストもありますし、元々解剖室は陰圧をかけられるようになっていたのだから。ただ僕らより先に、情報のない状態で接触する警察の方たちは大変です。

コロナもだけど、前々から結核に対してもとても気を使っています。病院に行けない方というのとは一定数いるんです。そして、肌感覚として感じるのは、すごく検案事案が増えている。コロナ禍で核化が一気に進んでいて、行政や地域の見守り機能などが落ちている。

―それは「孤独死」ということですか

そう、高齢者の多い地域だし。やっぱり人はつながりなくしては生きていき

けななんだって感じる。そういった点では、虐待（上記の生体鑑定）もすぐ増える。子どもという時間が増えているし、失業した人もいる。そのストレスを子供に向けている。いろいろな意味で「目が届いていない人」が増えているなと感じます。

●趣味はありますか

健康の維持を兼ねて自転車に乗り回しています。この間はイノシシに追いかけられました。あとは、犬を飼っていたときは夜に一緒に散歩したりもしてました。犬は好きですね、賢いし（笑）。犬種？ラブラドルとゴールデンレトリバーが好き。

●医師として働き始めてから印象深いエピソードを教えてください。

沢山あります、東日本大震災もそうです。法医学に関わり始めたころ、船の事故で体の一部しか見つからなかった方がいたんです。当時は我々しかDNA鑑定ができませんでした。でも結局ご家族のところに返しすることができた。その時に言われた「これでやっと諦めることができました、ありがとうございます。」「死の宣告の重要性」について痛感しました。

法医というと犯罪捜査とかがまずは出てくるかもしれませんが、人権を守ること、その人の名誉を守り戻すこと、そういうところに法医の社会的意義があると僕は思う。



事件に関することだ。僕が働き始めたころに、長崎佐賀保険金殺人事件（高校生が睡眠薬を飲まされ殺害された）というのがあったのだけど、当時長崎では簡易的な薬物検査しかできなくて。その時のことが氣にかかって、長崎大学法医学教室で早くからNAGINATAシステム（200種類以上の毒薬物をスクリーニングできる）を導入した。

その後、かなりたつてから長崎県内で連続昏睡強盗が起った。NAGINATAシステムがなかったら、僕が前の事件を経験していなかったら判明しなかったかもしれない事件で、25年間執念をかけてやってきて本当によかったと思った。

●学生へのメッセージをお願いします

お願い勉強して、心配させないで（笑）。丁寧な話をする、昔と比べて格段にやること、求められていることが多くなっている。「全人的な医療」、特に患者さんとのコミュニケーション能力が必要とされる。一朝一夕には身につかないことだし、教科書では学べないことだから、今しかできないことを大切にしてほしい。コロナの状況下で難しいとは思いますが、人と触れ合うことをいとわないでほしいと思います。

※○内は聞き手調べ





# 長崎一人旅

旅人:西山樹

7am  
休みの日ほど早起きすることはないだろうか。そんな時、私はベランダでラジオを流しながらコーヒ一片手に日光浴をして過ごす。この日もそうだ。そして長崎休日の朝といえば、ご存じの方も多い、五島町にあるこのお店、「bread A espresso」。金・土・日・月曜日のみ、そして朝6時半から夕方4時までという限られた営業時間だが、大人気店ゆえ、朝10時には売り切れている日も多い。食ベログパン100名店にも3年連続選出されている。都内や京都市（パン屋激戦区）に住んでいたこともあるパン好きの私だが、それらの都市でも容易に人気店になれる美味しさだ。早起き出来た私は勿論お店へ。多くの種類がある中から、無花果、胡桃&レーズン、そしてラテを買って近くの「水辺の森公園」へ。  
ニューヨークでいうところのセントラルパークである長崎市民憩いの場、「水辺の森公園」。朝には犬の散歩やランニング、太極拳をしている人が見られ、昼間では多くの家族連れやピクニック集団で賑わう。そして夜になると稲佐山の夜景を見上げながら談笑するグループやカップル達がちらほら。どの時間帯で訪れても素敵な空間で、長崎で私のお気に入りの場所一つだ。



bread A espresso  
長崎市五島町6-3（「五島町」電停から徒歩2分）  
定休日:火・水・木  
営業時間:6:30-16:00



水辺の森公園  
長崎市常盤町1-60（「メディカルセンター」電停から徒歩2分）  
\*ある昼下がりのピクニックの様子

10am  
この日することはもう決めていた。サウナだ。平日ではなかなか行けない佐世保の「カプセルホテル・サウナサン」に向かう。サウナといえば年配の方が通っているイメージが強かったが昨今はドラマ「サ道」に始まり、若者のサウナブームがアツい。日本全国、ここ1,2年でリニューアルやリノベされたサウナ施設も多い。私もすっかり週1,2回サウナに通う「サウナー」になってしまっていて今日はサウナ遠征といったものにあたるのだろう。「サウナサン」のサウナは「しっかりおさえるポイントをおさえているサウナ」だと思う。ドライサウナは95℃前後に数分に1度の\*オートロウリュ、水風呂は14-15℃だ。そして薬草ミストサウナが素晴らしい。大抵のミストサウナは優しすぎるが故に何分入っていても何ともない。けれど、ここのミストサウナはしっかり攻めている。10分しっかり入れば「ととのい」が見えてくる。体調によりけりだが、サウナに10分、水風呂に2-3分、そして全身を拭いて外気浴（ない場合はベンチで）10分。これで1セット。私はこれを3セットする。「サウナサン」では日によってロウリュ&\*アウフグースサービスも行っているそうだ。サウナ後の休憩には「オロポ」（オロナミンC、ポカリスウェット割り）が身体に染みる。レ

今号から新しい特集、「長崎一人旅」が始まりました。感染防止の観点から県外移動や旅行、大人数での飲み会も開催しにくくなり、おうち時間など一人で過ごす時間が今まで以上に増えている人も多いと思います。そこで、ぐびろが丘新聞では、改めて長崎の魅力を発信するとともに、読者の皆様が長崎で過ごす際の選択肢を増やしたいと思い、新聞部員のとある週末の過ごし方を紹介していきたいと思います。

ストランで「サ飯」を頂き、リラックスルームで溜まっている漫画をいくらか読む。そしてサウナをもう1セットを行って家路だ。  
ここでサウナ初心者の読者の方々に、「ととのい」とはどんな状況なのか説明したいと思う。まずサウナに入ることによって交感神経が刺激される、その後の水風呂でも交感神経優位の状態だ。体が生命の危機を覚えている状態である。そして水風呂を上がると身体は一気に副交感神経優位の状態になる。そして脳内には温冷刺激によって分泌されたβ-エンドルフィン、オキシトシン、セロトニンが残っているので、水風呂後数分は得も言えない感覚（ぐあんぐあん、ふわふわな感じ）に襲われる。これが「ととのい」だ。サウナのメリットとしてはいくつかあるが、脳疲労が取れて頭がすっきりする。肩こり、腰痛、眼精疲労が和らぐ。自律神経が鍛えられてメンタルが安定する。睡眠の効率が上がる。といったものがある。個人的に大きく感じているものは睡眠の質が上がることだ。サウナに行った日は特に深く眠れる。体調に合わせて皆さんも、サウナ、どうでしょう。



\*オートロウリュ:高温に熱されたサウナストーンに機械が自動で水を吹きかけ、その水蒸気によりサウナ室内での体感温度がグッと上がる。  
\*アウフグース:ロウリュを行った後に熱波師が立ち上がった蒸気をタオル等によってあおぐこと。ロウリュは大抵アロマ水を用いるため良い香りがするが、熱波師が目の前に来て熱波を途轍もない勢いで送ってくるため、地獄、いや、天国だ。  
\*\*参考著書:「医者が教えるサウナの教科書」加藤容崇、2020年、ダイヤモンド社



カプセルホテル・サウナサン  
佐世保市塩浜町6-15  
営業時間:7:00-24:00（月-土）、8:00-24:00（日）



休憩室・レストランでサウナ友達にまさかの遭遇。オロポで乾杯。

5pm  
長崎市に帰ってきた。サウナを3-5セットこなした後特有のほわほわした感覚に全身が覆われている。今日はもう眠れそうな勢いだが、酒屋でワインを買って、スーパーで旬な夏野菜をいくらか買う。ワインに合いそうな軽いつまみを作って、映画を1本見て、今日は早々と寝よう。

当初、思いっきりお洒落な長崎の週末紹介にしようとしていたが、昨今のサウナブームということで折角なのでサウナの紹介を。そして、実際にこうした週末を過ごしている人がいる（部員）ことを紹介したかったので、お洒落な長崎旅は次号の旅人に。皆さんよい週末を。今号は西山でした。

## ワクチン打ちました！

4年生の1月に始まり6年生の7月まで続く臨床実習が無事に終わりました。この記事を書いている8月現在は第5波の感染拡大の真っ只中ではありますが、振り返ってみると、臨床実習期間のほとんどがコロナと隣り合わせであり、自分が感染し患者さんに迷惑をかけてはいけない、という緊張感が常にあったように思います。そう考えると最前線で対応されている医療関係者の皆様には本当に頭が下がる思いです。

長崎大学の臨床実習生のワクチン接種が始まったのは5月。2回目のワクチン摂取が終わった後の安心感は想像以上でした。1回目接種後の筋肉痛、2回目接種後の発熱など、普通であればネガティブに捉えそうなことも逆に安心につながるという不思議な感覚（笑）。しかしそんな思いも束の間で、デルタ株が猛威を振るっており感染対策がまだまだ欠かせない状況です。

感染状況もワクチン接種率も日々刻々と変化しており、記事のテーマを決めた5月頃は、医療従事者や高齢者へのワクチン接種が主でしたが、8月中旬時点、ワクチン接種率は長崎県全体で50%に迫る勢いだそうです。ワクチン接種と感染対策の両輪で、現在の感染の波が減少に向かうことを願うばかりです。



## 対面とオンライン — 先生の考える良し悪し

「オンライン授業」という授業形態が開始してもうすぐで2年になりますが、学生の皆さんは自宅での受講にすっかり慣れた頃でしょうか？誰もが手探りで始まったオンライン授業について、医科薬理学教室の有賀 純 先生にお話を伺いました。

**オンライン授業をする中での感想を教えてください。**

去年は課題の量や試験のことなど未知なものがあっただけで、全体として今のところは何とかやっていけるなと感じています。対面でなければいけないことは意外と少ないですね。もし対面で講義をできる時期が来ても、オンラインを活用したほうがいいことは残るのではないかと思います。

**対面再開後も活用したほうが良いと思ったことは何ですか？**

やっぱり外部の先生方のお話を聴くにはいいと思いますよ。外国の先生の講義も聞けますしね。私たちの講義で言うと、デジタルの教材は一度作ると何回も使えるので、臨床の科目に関連したことがでてきて、復習しておきたいときに、利用してもらうことができますね。また講義動画を作るには何度も調べたりやり直したりしますし、「無駄なこと・間違ったことを言っはいけない」というプレッシャーがあるから教える教員側のスキルアップにも繋がりました。

**実際にどのようなことを工夫したり、また悩んだりしましたか？**

工夫したのは、課題を出した後になるべくフィードバックをしたということです。良い解答を取り上げるなど。逆に苦労したのは、通信環境の問題でした。例えばロールプレイング形式の授業をしているときに回線が落ちると困りましたね。あとは対面と違って全く音が聞こえてこないで、反応のないところで講義するやりにくさは今までにない点でした。

**このような時期を経て、対面授業にしかない良さは何だと思いますか？**

場所と時間の提供ではないでしょうか。皆さんと同じ時間を共有することに意味があるのではないかと思います。もちろんずっと家に閉じ込められていることに対するメンタルケアの意味もあります。しかし対面の講義では、その時にしか起こらないハプニングがあります。「あの授業では〇〇があったな！」と関連付けてもらえるといいですね。だから、もっと記憶に残るアドリブを入れたほうがいいのではないかと思います（笑）。何か踏み込んだことを話すのも一つではないでしょうか。

**最後に、オンライン授業を受ける学生へのお願いを教えてください！**

一番は、対面よりオンラインの方が人の目が気にならない部分があるので、もっと自己主張してもらっていいと思います。例えばチャット機能とか、他の人に知られずに教員に要求する方法もあるのでもっと活用してほしいですね。それが教員のスキル向上にもつながると思います。あとは自分の顔を映すときのお願いですね。例えばiPadを手に持っている人はすごく揺れていますね（苦笑）。他にはカメラをオンにした時に逆光で真っ暗になること。これは僕も苦戦したのですが、画面映りを良くする方法として一つ照明を用意して、その光を机に反射させて間接照明にするというのもぜひ試してみてください。

普段はなかなか聞くことが出来ない先生の思い、いかがでしたか？  
有賀先生、快くお話頂いてお話しくださりありがとうございます。



今号の映画紹介

西山 樹

“BlackKkKlansman” (2018)

原作：ロン・ストールワース 監督：スパイク・リー  
出演：ジョン・デヴィッド・ワシントン、アダム・ドライバー、ローラ・ハリアー他

物語の舞台は1970年代のアメリカ中西部コロラド州コロラドスプリングス。人種差別も色濃く存在している時代。そんな中でアフリカ系アメリカ人初の市警察巡査になったロン（ジョン・デヴィッド・ワシントン）は、警察署内でもロクな仕事を回してもらえず、うだつの上からない日々を過ごしていた。そんなある日、ロンは新聞広告の電話番号から白人至上主義団体クー・クラックス・クラン（通称KKK）にレイシストを装って電話を掛けたところから、ユダヤ系警官のフリップ（アダム・ドライバー）と二人一役でKKKに潜入するという前代未聞の捜査が始まる。二人は団体の重役から順調に信頼を獲得していき捜査も進んでいくが、捜査の途中でロンと親密になった黒人解放活動家のパトリス（ローラ・ハリアー）も物語に巻き込まれていく。危険な潜入捜査の先に待ち構えていたのは。。。

今作は“Do the Right Thing”などで知られるスパイク・リー監督の復帰作となっており、2018年カンヌ国際映画祭で審査員特別グランプリを受賞。スタンディングオベーションも鳴りやまなかった。アカデミー賞でも6つの賞にノミネートされ、最終的に脚色賞を受賞。実話を元に作られており、当時の映像も劇中登場する。本編を通して人種問題などに対する風刺や抗議が散りばめられていて、テンポも良い。70年代のファッションも素晴らしく、HIP HOPシーンに通ずるバイブスを出せるスパイク・リーは流石だ。また、劇中のロンとパトリスの綺麗でまん丸なアフロヘアも魅力的で、「触れ合うアフロ2人。俺たち縁起がいい」というロンの台詞がツボだ。次のヘアスタイルはアフロもいいかもしれない。



“50/50” (2011)

監督：ジョナサン・レヴィン 脚本：ウィル・ライザー  
出演：ジョゼフ・ゴードン＝レヴィット、セス・ローゲン、アナ・ケンドリック他

シアトルのラジオ局で働く、酒もタバコもしない真面目な27歳のアダム（ジョゼフ・ゴードン＝レヴィット）はある日腰痛を感じたため病院で検査をしたところ、5年生存率50%の悪性神経鞘腫であると診断された。アダムは落ち着いて、家族や同僚、恋人のレイチェル（ブライス・ダラス・ハワード）、親友のカイル（セス・ローゲン）に打ち明ける。最初は誰も優しく接して慰めてくれていたが、闘病生活を続けるうちに周囲の対応は様々な形で変わっていき、どこかで居心地の悪さを覚えるアダム。しかし、能天気なカイルと新米臨床心理士のキャサリン（アナ・ケンドリック）はいつもと変わらず接してくれていた。そして病状は悪化していき、精神状態も不安定になっていく中、キャサリンに次第に心を開いていく。

この作品は実際にがんを克服したウィル・ライザーが脚本を作り、親友のセス・ローゲンが制作と助演を務めるという現実でも感動な引き合い。なかなか暗くなりそうな題材だが、ユーモラスな場面が多く、ブラックな笑いの後、病状の悪さで現実には引き戻されるなど、振れ幅が大きく、ドラマ具合も丁度良い。27歳の好青年がある日突然癌を宣告され、じりじりと迫る死の恐怖と向き合いながらも、前向きに生きていくという、誰にでも起こりうる話だ。ある日を境に何かを決断して行動することは大きなエネルギーがいる。その日がある人にとっては癌宣告後であり、ある人にとっては違う街へ引っ越した時であったりするのだろう。「行動にはリスクとコストが伴う。しかし長い目で見ると、何もせず快適に過ごすよりも、はるかにリスクが小さい」ジョン・F・ケネディ。



コクや辛さはお好みで!ゴマたっぷり担々麺

1人暮らしのレシピ集♪

外食ができないなら、お家で作っちゃえ！と思い試行錯誤した担々麺です。気分によって、肉みそにタケノコやキノコのみじん切りを入れたり、海苔をトッピングしたりアレンジもいろいろ。そのため今回は基本の味付けだけご紹介します。「コク」はゴマペーストで、「辛さ」は肉みその豆板醤でご調整ください。私の好きなゴマペーストは、ココウォークの「Jupiter」に売っています！

○材料 2人前

肉みそ用  
鶏ひき肉  
ニンニク（チューブで可）  
豆板醤  
醤油  
砂糖

300g  
小さじ 1  
小さじ 2  
小さじ 1  
小さじ 2

スープ用

水  
かつおだし（お好みで）  
ゴマペースト  
味噌  
鶏ガラスープの素  
又はダシダ（韓国調味料）  
豆乳

250mL  
4g  
大さじ 4  
大さじ 2  
大さじ 1  
400mL

中華麺 2玉  
（先にゆでておくとOK）

○肉みその作り方

- ①フライパンに油（分量外）を引き、中火でニンニクを温める。
- ②鶏ひき肉を、8割色が変わるまで炒める。
- ③豆板醤、醤油、砂糖を加え、水分が少し残るくらいまで炒める。

○スープの作り方

- ①水とかつおだしを鍋に入れ、沸騰する手前まで温める。
- ②ゴマペーストを加えて溶かす。
- ③弱火にし、鶏がらスープの素と味噌を加える。
- ④混ざったら豆乳を少しずつ加えて温める。



編集後記

最終学年も残り半年になりました。マッチング試験は終わったもののpost-OSSに卒業試験と追い込まれる日々です笑。新聞記事を書くのも今回を含め残り2回ですが、楽しんで書きたいと思いますので最後までお付き合ひ頂ければ幸いです。  
（6年 金好 智子）

時短やまん防で制限が多い夏でしたが、みなさんはどう楽しみましたか？私はマッチングに卒業試験に追われ、卒業や初期研修を身近に感じています。行事がない今だからこそ、新聞を通じて学生や先生方のことをもっともっと知ってもらえると嬉しいですね！  
（6年 山内 翠）

下級生の頃は部活！飲み会！！しか頭になかったのですが、最近登山や全国下級生調査、読書や勉強など部活以外の魅力も感じられるようになってきた今日この頃です。まだまだ新型コロナの影響で思い通りに行かない日々ですが、この状況下でも楽しいことはたくさんあると痛感します。みなさんにとって本誌を読むことで少しでも楽しいと思ってくれたら幸いです。今後ともよろしくお願ひします！  
（5年 清原 翔徳）

最近ポリクリなどで趣味は？と聞かれることが増えて、答えに窮している富田です。  
（5年 富田 藍子）

元々外で遊ぶのは苦手ではないもののスポーツマン！！というタイプでもなく、映画鑑賞や読書も語れるほどには極めきれない中、班員のみんなが「コーヒーです」「筋トレです」「サイクリングです」等々と言っている大人だなぁと感動しきりです。  
（5年 富田 藍子）

このような状況下ではありますが、皆さんが趣味に勉強にお仕事に部活にと充実した毎日を送れますようお祈りしています。  
（5年 富田 藍子）

この新聞も息抜きに楽しんでいただけですと幸いです。  
（5年 富田 藍子）

今回は初めて「先生のこと。」という記事を担当させていただきました。1時間のインタビュでは、授業では聞けないプライベートなお話や、授業より高度な研究のお話など、濃い時間を過ごさせていただきました。字数制限で載せられなかったものも多く、別冊「先生のこと。」を発行できそうです（笑）今後も皆さんに読み続けていただけるような記事をお届けできるよう努めます！  
（4年 武田 玲依奈）

今年の夏も暑かったですね。小さい頃はひと夏に数える程しか真夏日が無かったと思うのですが、今となつては真夏日どころか猛暑日が日本の夏のデフォルトとなつていくのが驚きです。地球温暖化ですね。世の中のSDGsやサステイナブルといった言葉が流行りですが、この流行りに乗じて地球のことをもっと考えていきたいと猛暑を感じながら耽っていました。「時をかける少女」を見て始まった夏も、フジファブリックの「若者のすべて」を聞いてしまったので終わってしまった気がします。こんな世の中ですが、皆さんお身体に気をつけて過ごしていきましょう。  
（3年 西山 樹）

今年は私の所属する部活にはたくさんの1年生が入部してくれました。去年は体験になかなか来れなかった2年生も一緒に入ってきてくれました。一緒に遊ぶ仲間が増えて嬉しい限りです。  
（3年 西山 樹）

今回の記事は部活紹介を担当させていただきました。学生たちがどんな活動をしているのかかわかります。ぜひ一読ください。まだ部活に入っていない1年生もまだ間に合います。興味のある部活には体験に行ってみてくださいね。  
（3年 夫津木 綾音）

みなさん今年の夏もとても暑かったようですが、夏休みいかがお過ごしでしたか？  
（3年 夫津木 綾音）

私はこの1年「いっぱい食う男」活動を個人的に行い、おいしいものをいっぱい食べる生活をいつも通り過ごしていたのですが、夏休み前の試験期間くらいから外の暑さと湿度と気圧のしんどさのせいで食べる量がぐくしと落ちてしまいました。  
（3年 夫津木 綾音）

でも！これを書いている今、暑さも少し落ち着いてきて、昼間でも外に出られるようになり、秋の気配が近づいています。この秋の気配に乗っていっぱい食べるように胃袋を取り戻し、食欲の秋を全力で開催したいですね。ワクチン接種もかなりすすみ、一時期のピークよりはコロナの感染状況が落ち着く未来が見えてきているので早くおいしいものを食べる遠征にも出かけたいですね。  
（3年 郡嶋 聖）

みなさんもういっぱい食べて元気にお過ごしください。  
（3年 郡嶋 聖）