

奈良県　東大寺大仏殿

医療秘書の存在意義と学会の将来

一般財団法人日本医療秘書学会会長　和佐勝史



二〇二五年（令和七年）に日本医療秘書学会および医療秘書教育全国協議会の会長に就任いたしました滋慶医療科学大学大学院の和佐勝史（わさ　まさふみ）と申します。何卒よろしくお願い申し上げます。

私は、一九八一年（昭和五六年）に大阪大学医学部を卒業し、当時の第一外科に入局。関連病院で研修後、小児外科医として大阪大学医学部附属病院で小児外科疾患の治療に従事しました。二〇〇七年（平成一九年）より大阪大学医学科教育センターの教員として、医学教育の改革に取り組んでまいりました。二〇二〇年（令和二年）に大阪大学を退職後、滋慶医療科学大学大学院で主にメディカルスタッフを対象に修士論文の指導を担当しております。

日本医療秘書学会（以下、本学会）は、故　日野原重明先生のご賛同とご指導を得て、二〇〇四年（平成一六年）にわが国で初めての医療機関における事務系実務者を対象とした学会として設立されました。以来、研究成果の発表や討論を通じて、医療秘書の活動に関する継続的な学習と専門知識を深める機会を提供してきました。本年二月には東京で第二十三回学術集会を開催し、多くの医療秘書養成校の教員や学生が発表・討論に参加していました。本学会の発足に先立ち、一九八八年（昭和六三年）に、医療秘書の専門性と質の向上を目指して初代会長に日野原先生を迎え、医療秘書教育全国協議会が発足しました。以来、医療秘書技能検定試験や医事コンピュータ技能検定などの各種検定試験を通じて多くの医療秘書を輩出してきました。

本学会における医療秘書の定義は「近代的医療機関における医療の健全な運営の中で、診療・看護・医療技術の行使に関連する業務を、専門的知識と技能をもって遂行する専門職であり、いわゆる医療チームの一員として、管理者及び専門職の持つ知識や技術が効率よく発揮できるように、専門的な援助と、各部門間の連絡調整にあたり、医療の高度化に寄与する者」としています。

医療機関における医療秘書の役割をまとめると、①病棟・外来診療科、医局、各診療部門、研究室の部門秘書やクラーク業務、②受付、医療事務、管理事務、③診療録管理、図書管理などの補助業務、医師事務作業補助者、④病院長、医学部教授、事務長、各部門管理者の個人秘書、となります。

急速に変化する医療環境の中で、医療秘書の役割はますます多様化し、その重要性が高まっています。二〇二四年（令和六年）四月より、医師の長時間労働を是正し、働き方の改善と医療の質の向上を目的として、医師の働き方改革が施行されました。これに伴い、すべての医療専門職が自らの専門性や能力を活かし、より能動的に対応することが求められます。その中で、医療秘書は、電子カルテへのデータ入力、患者対応、予約管理、診断書作成、レセプト業務など、主に医師の事務作業を代行することで、これらの課題を解決するための重要な役割を担います。また、タスクシフトの受け皿として医療秘書に大きな期待が寄せられています。

これらからも、医療秘書には、医療に関する専門知識、コミュニケーション能力、事務処理能力などの幅広い能力が必要とされます。近年、これに加えてＩＴ関連やリスクマネジメントの知識・能力が求められています。

医療秘書としての仕事を継続していくうえでの課題に、非正規雇用が多いこと、その業務の重要性が社会に十分に認知されていないこと、などがあげられます。これらを解決するためには、本学会が中心となって、医療秘書の存在が、医師の負担軽減だけではなく、医療の質・安全性の向上に寄与することを社会に広く発信し、医療秘書の価値を高める必要があります。また、医師、看護師、薬剤師など多職種からの学会への参加を促していくことも本学会のあるべき方向性だと思います。皆様のご協力を得てこれらの課題に向き合い、本学会の発展のために微力を尽くしたいと考えております。何卒よろしくお願い申し上げます。

（滋慶医療科学大学大学院特任教授）

建帛社だより　土筆

発行所　東京都文京区千石4丁目2番15号　〒112-0011
株式会社　建帛社
発行人　筑紫和男
電話　営業部（03）3944-2611
編集部（03）3944-2613
ＦＡＸ　（03）3946-4377
https://www.kenpakusha.co.jp/
E-mail info@kenpakusha.co.jp
©建帛社，2026

生成ＡＩ活用の可能性

先頃、出版における生成ＡＩの活用をメインテーマとした研修があった。そのご執筆いただく先生方にもかかわる、編集作業における生成ＡＩ活用の可能性を考えてみたい。

今後、書籍編集のプロセスで補助的に生成ＡＩを活用する機会は確実に増えるであろう。生成ＡＩは表現のゆれや誤字脱字のチェックを得意とする。編集の際における原稿整理での使用は仕事の効率化につながるが、その過程においては原稿データのアップロードが必要となり、その際に生じるリスクとして、情報漏洩（クラウド上に保存された履歴の流出、もしくは入力データがＡＩモデルの再学習データとなり他者へ出力）がある。

生成ＡＩには、初期設定として、全入力情報を学習データとする設定がオンになっている。そのため、利用にあたっては細心の注意を払わなくてはならない。特に、刊行前の原稿データを扱う際には、その設定をオフにすることが必須である。生成ＡＩを使用して原稿整理を行う際には、これらを前提として、著者には、生成ＡＩの利用における原稿データの利用方法・範囲を説明のうえ、情報学習設定がオフで使用する許諾を得ることが必要となる。

一方で、原稿について、生成ＡＩを一部利用された場合について考えてみたい。生成ＡＩを使用して執筆したか、そうでないかを内容から人が判断することは困難といわれる。また、著者と出版社との間におけるＡＩ使用の執筆ガイドラインの作成・共有は、緒に就いたばかりである。

第四次産業革命とされるＡＩ技術の飛躍的進歩から、執筆でも編集でもツールとしてのＡＩ利用はむしろ自然な流れである。問題は、生成ＡＩを一部利用して執筆した原稿内容が、著作権のある著作物と類似性と依拠性をもつと認められ、著作権侵害となる場合である。数十億冊の本やウェブ上の公開文書を学習しているといわれる生成ＡＩ。それが類似性をもつ生成物を出力する可能性は十分にある。最近では、文章の類似度をチェックするツール（Turnitin のＡＩ検出器、Decopy AI）が開発されており、それらを使用し、確認するのも一策である。

建帛社としては、生成ＡＩが得意とする企画立案や要約、ファクトチェックを日常業務に活用していく。また時間を掛ければできるが手間の掛かるタスクは生成ＡＩに任せ、生まれた時間には人が担うべき創造的判断や付加価値が生まれる活動に振り向けていきたい。

新刊専門書

（定価・予価は全て税10％込の表示です）

食事摂取基準（2025年版）による栄養管理・給食管理
―PDCAサイクルの実践―
由田克士・石田裕美　編著
B5　192頁　2970円

日本人の食事摂取基準（2025年版）をより望ましく活用するための方針を整理。現場での個人・集団の事例とともにPDCAサイクルの実践を具体的に示す。

ストーリーでわかる災害時の食支援Q&A
2026年版
―基礎から給食施設・被災地の対応まで―
須藤紀子・坪山宜代・下浦佳之　共著
B5　100頁　2530円

災害時に生じる食・栄養問題にスポットをあて、ストーリー仕立てで茶子ちゃんの成長と共に被災地において必要な知識を理解する。2020年刊行後の新知見を盛りこんだ2026年版。

クッカリーサイエンス013 水が育む調理文化
日本調理科学会　監修　江原絢子　著
四六　144頁　カラー口絵2頁　1870円

地球上において、今も昔も暮らしに深い関わりをもつ「水」。使う「水」だけでなく、食材や調理にどのように関係しているのだろうか。調理科学の視点も加わり、水が育んできた食と調理の文化を学び、深める一冊。

トータルウエルネスへの招待
―よりよく生きるための実践的デザイン―
宮田浩二・石原俊一・大柴由紀　編著
B5　152頁　2530円

科学的知見に基づき、身体と心を整え、幸せで充実した状態である「ウエルネス」な人生を送るための理論と実践の書。

医療秘書

医療秘書教育全国協議会　編　各巻B5判

新　医療秘書実務シリーズ
①三訂　医療秘書　寺田智昭・大塚　映・森合恵子　共著　144頁　2420円
②改訂　病院のマネジメント　藤井昌弘・岸田敏彦・丹野清美　共著　200頁　2860円
③三訂　医療情報管理　野田雅司・伊藤敦子　共著　128頁　2310円
④三訂　医療関連法規　清水祥友・淡島正浩・西方元邦　共著　232頁　2860円
⑤社会福祉関連法規　出嶋陽介・安部正美・澄川良一　共著　168頁　2530円
⑥ＤＰＣの実際　秋山貴志・林田朋子・宮本晃太　共著　144頁　2310円

新　医療秘書医学シリーズ
①改訂　医療概論　井上肇・佐藤麻菜・西方元邦　共著　136頁　2530円
②改訂　基礎医学　井上肇・小泉憲司・矢澤華子　共著　152頁　2530円
③改訂　臨床医学Ⅰ―内科　井上肇　著　128頁　2420円
④改訂　臨床医学Ⅱ―外科　井上肇　著　136頁　2530円
⑤改訂　検査・薬理学　井上肇・瀧本美也・河野浩行　共著　176頁　2750円
⑦三訂　医療用語　井上肇・瀧本美也　共著　136頁　2530円

医事コンピュータ技能検定テキスト
三訂　医事コンピュータ技能関連知識　菊池聖一・野口孝之・野田雅司　共著　168頁　2750円

遊びの中でひらく子どもの力と保育者のまなざし

三宅茂夫

砂場に子どもたちが集まり、砂山にトンネルを通そうと試行錯誤している。思うように開通せず、「せんせい、どうすればいいの」と助けを求める声があがる。保育者は答えを知りながらも「うーん、わからないなぁ」ととぼけ、あえて解決策を示さない。この一見不親切にも映るかかわりは、保育において重要な、発達を支えるための意図的な足場かけの調整である。また、子どもの情意や認知的葛藤を喚起し、主体的な問題解決を促すきっかけともなる。

子どもたちは対話し、試行錯誤を重ねながら活動を展開していく。困難に直面する場面にこそ、心理学者のヴィゴツキーが示した「発達の最近接領域」が立ち現れる瞬間であり、保育者が答えを急がず子どもに委ね、場合によっては適切にかかわることで主体的な学びのプロセスが保障される。

年齢や発達段階に違いがあっても、子どもは環境との相互作用を通して遊びに没頭する。これは「環境を通して行う保育」の核心であり、子どもは環境からの刺激に心を動かされながら、楽しさと学びを往還しつつ遊びを深めていく。子どもらしい思いがけない発想や行動は、子どもが自らの経験を再構成し、仲間とのかかわりを通して新たな意味づけを行ってきた証左である。遠回りや寄り道を含む探究的行動は、認知的柔軟性や自己調整力を育む重要な過程であり、やり遂げた際の満足感や達成感は、自己効力感や自己肯定感の形成に寄与する。

こうした非認知能力の育成は、多くの分野において、レジリエンスや社会的適応を支える基盤など人生を豊かにするために必要な力として重視されている。また、仲間と協働し、喜びを共有する姿には、社会的コンピテンスの発達が見て取れ、他者とつながりながら生きる力の萌芽が確認できるのである。そうした姿の中に、多様な人とつながり、平和で幸福な人間へと成長していく希望が感じられる。

保育とは、子どもの健やかな成長・発達を支える社会的営みであり、子どもの主体性を尊重しつつ、適切な支援を行う行為である。子どもの願いや世界をていねいに受け止めながら、ともに課題に向き合う姿勢は、倉橋惣三が『育ての心』で述べた「みずから育つものを育たせようとする心」に通じる。また、禅宗の教えである「啐啄同時（そったくどうじ）」が示す、育とうとする者と育てようとする者の呼応の絶妙なタイミングは、保育者の専門性を象徴する概念でもある。保育者の適切なかかわりは、子どもの意欲を喚起し、遊びを通した学びを深化・拡大させる契機となる。

保育は、保育者が環境や活動を媒介として、子どもの心に働きかけるプレゼンテーションであり、それに応じて能動的に遊びを子どもが展開していくためのパフォーマンスでもある。この「呼応の一致」や「啐啄同時」が成立するところに、保育の核心と醍醐味、楽しさがある。

子どもの成長の瞬間に立ち会い、その可能性をともに感じ、協働で学び合う関係を築くことこそ、保育者の専門性が最も発揮される至極の場面なのである。

（神戸女子大学教授）

エビデンスに基づく健康・栄養教育の実践に向けて

桑野稔子

健康・栄養教育は、人々の健康づくりを支える重要な実践である。その実践をより効果的なものにするためには、経験や勘だけではなく、エビデンスに基づいた教育が欠かせない。筆者はこれまで、健康・栄養教育の効果を科学的に示し、その成果を教育現場や地域へ還元したいとの思いから研究に取り組んできた。しかしながら、日本人を対象とした健康・栄養教育に関するエビデンスは、基礎研究に比べると十分に蓄積されているとはいえず、今後も実践に資するエビデンスの構築に向けた研究を積極的に進めていく必要があると考えている。

さて、ここからは、筆者らが近年取り組んできた研究の一端を紹介する。

第一に、咀嚼と健康に関する研究である。近年、「噛む」ことがストレス軽減に有効である可能性が注目されているが、咀嚼能力の違いがストレス反応に及ぼす影響は十分に検討されていなかった。そこで筆者らは、女子大学生を対象にストレス負荷試験を実施し、自律神経バランスを評価した結果、咀嚼能力が高い人はストレス負荷後の回復が早いのに対し、低い人ではストレス状態が持続しやすいことが明らかとなった。この知見は、咀嚼能力を高く維持することがストレス緩和に寄与する可能性を示すものであり、現代のストレス社会における健康・栄養教育においても重要な視点になると考えられる。

第二に、家庭での共食の頻度と児童のメンタルヘルス（精神的健康状態）との関連についてである。家族と一緒に朝食をとる頻度が低い児童や休日に一人で朝食をとっている児童では、SDQ（子どもの強さと困難さアンケート）において児童の問題行動（心理面や行動面での困りごと）の点数が高く、メンタルヘルス上の問題を抱えるリスクが高いことが示された。これらの結果は、食事は単なるエネルギーや栄養素の摂取にとどまらず、家族と一緒に食卓を囲む「共食」という食環境を通じて、児童の精神的健康状態にも影響を及ぼす可能性を示している。

第三に、児童の問題行動と受動喫煙との関連について紹介する。尿中コチニン濃度を指標として受動喫煙を評価した結果、受動喫煙は、高学年児童の問題行動に影響を及ぼす可能性が示され、その抑制は問題行動のリスク低減につながる可能性が示唆された。本研究は、日本の児童を対象とした研究として新たな知見を提供するものと考えられる。

これらの研究はいずれも、日本における健康・栄養教育のエビデンスの構築の一端に微力ながら貢献できたのではないかと考えている。

健康・栄養教育は、研究成果が教育現場や地域の実践に生かされて初めて社会に貢献できる。そのため、今後も研究成果を教育現場や地域へ還元していきたいと思っている。また、大学教育を通して、エビデンスに基づく健康・栄養教育を実践し新たなエビデンスを創出できる管理栄養士や研究者が数多く育つことを願っている。

（静岡県立大学教授）

ウエルネスな生き方への誘い

宮田浩二

生活習慣病が増加する現代において、新しい健康観が重要視されています。従来の病気を治すアプローチから、病気を予防することや健康を維持することに焦点が移っています。そのような社会状況の中において、ウエルネス（wellness）が誕生しました。ウエルネスは今から約半世紀前一九六一年、アメリカの公衆衛生学のハルバート・ダン博士によって提唱されました。

ウエルネスとは、心身ともに健康で、社会とのつながりを感じながら、自分らしく生きることであり、幸福な人生につながると考えられています。人生をより豊かに、より充実したものにするための重要な要素です。

「人生をいかに生きるか」「どのように生きれば後悔しない人生を送れるのか」それは、ウエルネスライフを送ること。すなわち、自身の人生から何を求められているのかを探求することであります。

人生をいかに生き、死を迎えるかを考えることは、自分自身の人生を積極的に選択し、主体的に生きることにつながります。誰かの模倣ではなく、自分にとって本当に大切なものは何かを考え、後悔のない人生を歩むことについて考えていくことです。

さらに「ライフスタイル」と「価値と気づきの視点」からウエルネスを次の五領域にまとめています。

・情緒の領域：ストレスコントロール
・精神の領域：人生観や生きがい
・身体の領域：健全な身体育成、あり方（運動、栄養、保養、病気の問題など）
・環境の領域：自然環境、社会環境、人間関係、平和
・価値の領域：価値の認識（その人の物の見方、考え方）

例えば、栄養・食品の観点からもウエルネスは、密接に関連しており、現代においては単なる栄養補給から、心身の健康増進・QOL（生活の質）向上を目指す包括的なアプローチへ進化しています。精神的・情緒的な領域の観点から食のウエルネス（食の豊かさ）を考えると、何を食べるかだけでなく、どう食べるかが心の健康に影響を与えます。

また、言語聴覚領域においても、身体的・精神的・社会的な健康（QOL）を維持・向上させるという観点で深く関連し、人々が自ら しく、いきいきと生活できる＝ウエルネスな状態を支える役割を担っているといえます。

ウエルネス関連の学会としては、二〇〇四年に世界で初めて、日本ウエルネス学会が発足されました。ウエルネスに関心をもつ者が集まり、ウエルネスや生き方を追求するために、様々な問題を学際的に研究し、研究成果の普及、実践をしています。

健康はよりよく生きるための基礎であるとともに、自己実現を目指す毎日の生活の資源（ソース）です。健康であることに感謝しつつ「ライフスタイル」と「価値と気づきの視点」が大切になります。

それを実践するために、今日から実践できる「こころ（mind）、身体（body）、精神（spirit）」を整えるあなただけの「心地よいウエルネスな人生」を探す旅へ出かけてみませんか。

（文教大学教授）

図表データサービス

対象書籍を20部以上ご採用の先生方を対象に、教科書採用特典として教科書中の図表データをダウンロードいただけます。当社HPよりお申し込みください。

〈対象書目〉Nブックスシリーズ、カレントシリーズ、クリア言語聴覚療法シリーズ、特別支援教育免許シリーズ　ほか

＊対象書籍は今後も拡充してまいります。

食品・栄養

新刊教科書

スポーツ栄養の食事計画
―理論と競技特性にあわせた実践―
川野因・田中茂穂・目加田優子・柳沢香絵　編
B5　192頁　2750円

運動生理学 基礎からの学び
―栄養系学生のための運動・スポーツ科学―
坂手誠治　編著
B5　160頁　2530円

ヒトと栄養の基礎を学ぶ やさしい生物学
―地球誕生から細胞・遺伝子まで―
古庄　律・曽根英行　編著
B5　192頁　2970円

改訂教科書

2026年版 フードスペシャリスト資格認定試験過去問題集
日本フードスペシャリスト協会　編
A4　100頁　別冊16頁　1540円

2026年版 栄養士実力認定試験過去問題集
全国栄養士養成施設協会　編
A4　96頁　別冊20頁　1430円

日本人の食事摂取基準（2025年版）ほかに対応した改訂版

Nブックスシリーズ　各巻B5判　順次新デザインにリニューアル!!

改訂 応用栄養学概論
渡邉早苗・松田早苗・井部奈生子　編著
168頁　2640円

四訂 栄養指導論
相川りゑ子・小野友紀　編著
新デザイン
184頁　2750円

五訂 臨床栄養管理〔第2版〕
寺本房子・調所勝弘・恩田理恵　編著
280頁　3630円

七訂 公衆栄養学
井上浩一　編著
新デザイン
224頁　3080円

調理科学〔第6版〕
森高初恵・佐藤恵美子　編著
208頁　2860円

カレントシリーズ　各巻B5判

三訂 社会・環境と健康：公衆衛生学〔第2版〕
北田善三・須崎　尚　編著
216頁　3190円

改訂 栄養教育論
桑野稔子・田中和美・榎　裕美・多田由紀　編著
240頁　3410円

改訂 公衆栄養学〔第5版〕
由田克士・荒井裕介　編著
232頁　3080円

四訂 ライフステージ別栄養管理・実習
三成由美・大和孝子・徳井教孝　編著
B5　256頁　3520円

五訂 応用栄養学実習
―ケーススタディで学ぶ栄養マネジメント―
五関正江・小林三智子　編著
B5　216頁　3190円

フローチャートで学ぶ 栄養教育論実習
橘ゆかり・森美奈子　編著
B5　104頁　別冊40頁　2640円

改訂 食と健康の科学
稲山貴代・大森玲子・近藤春美　編著
B5　152頁　2530円

改訂 フードシステム入門
―基礎からの食料経済学―
薬師寺哲郎・中川　隆　編著
B5　160頁　2530円

四訂 栄養教諭論〔第3版〕
―理論と実際―
金田雅代　編著
B5　224頁　3300円

四訂 栄養と健康
日本フードスペシャリスト協会　編
A5　200頁　2420円

改訂 調理学
日本フードスペシャリスト協会　編
A5　184頁　2310円

運動の効用
～ゆるやかな社会参加という視点

坂手誠治

「健康のためには運動が大切」

この言葉に異論を唱える人は少ないと思われる。私は運動生理学を専門としており、これまで、体力づくりや生活習慣病の予防、さらには夏場の熱中症予防など、主に運動が身体にもたらす効果について研究を行ってきた。しかし、研究を続ける中で、健康を支えるものは運動や栄養だけではない、と考えるようになった。そのきっかけとなったのが、ジュリアン・ホルト＝ランスタッドらによる、人とのつながりが健康に及ぼす影響を検討した研究であった。

その研究では、人とのつながりが豊かな人は、そうでない人に比べて長生きする可能性が約五〇％高く、その影響は禁煙に匹敵し、肥満や運動不足など、よく知られた健康リスクにも匹敵する、と示されていた。この報告を契機に、人とのつながりもまた、健康を支える重要な要素であると認識するようになった。

では、積極的に地域活動やボランティアに参加すべきなのだろうか。もちろん、そのような活動は大切である。しかし、東京都健康長寿医療センターによる「健康長寿のための12か条」には、社会参加は、こまめな外出や人との交流を楽しみながら、無理をせず、自分にあった形で途切れることなく続けることが大切であると記されている。社会参加は義務ではない。自分にとって心地よい形で続けられることが何より大切なのである。

このような社会参加に加え、運動とメンタルヘルスに関する研究でも興味深い結果が報告されている。週に二回以上運動する高齢者は抑うつになるリスクが低く、さらに誰かと一緒に運動する人では、その効果がより高まると示されていた。運動そのものの効果だけではなく、人と会う、会話をする、笑うといった時間も、心の健康によい影響を与えていると考えられる。

現在、私が普及活動を続けているウォーキングフットボール（歩くサッカー）でも、そのことを実感している。ウォーキングフットボールは、走らない、接触しない、ボールを奪わない、というルールにより、年齢や体力、経験を問わず誰もが楽しめるスポーツといえる。私たちの調査でも、継続して実施している人の多くが、「家族や友人との会話が増えた」「生活にメリハリができた」と回答しており、運動が人とのつながりを生み出すきっかけになっていることがうかがえる。

私は、このような無理のない人とのつながりを〝ゆるやかな社会参加〟と呼んでいる。週に一度仲間と散歩をする、地域の体操教室へ顔を出す、スポーツを通して笑い合うといった、このような小さなつながりが、心と身体の健康を支える力になる。これからの健康づくりには、どれだけ運動をするかだけでなく、「誰と、どのようにつながりながら身体を動かすか」という視点が、ますます大切になっていくであろう。

人とのゆるやかなつながりを楽しみながら身体を動かすこと。それが、健康で豊かな人生につながるのではないだろうか。

（京都女子大学教授）

アンガーマネージメントで対立解消を

本田恵子

「アンガー」は、いろいろな感情が入り混じった状態のことをいいます。アンガー状態になると、興奮しやすい人は、八つ当たりや爆発をしたり、不安が高い人は、ひきこもりやパニック状態になったりしがちです。また、他者の評価を気にする人は過剰適応をして体調を崩したり、反動で家族に当たってしまったりなど、自分の望まない行動をしてしまいます。大学ではアカデミックハラスメントにならないように、教員が学生に気をつかううちに思いをため込んで、「言っても大丈夫」と思った相手には言いすぎてしまうこともあります。

「アンガーマネージメント」は、情動、自律神経、言語、実行機能、などの脳機能をもとにつくられたプログラムで、五段階を通じて〝自分の欲求を、適切な方法で表現するスキル〟を学びます。このプログラムは対象者別に、児童・思春期の生徒・成人向けのほか、発達障害のある方向け、矯正教育向けなどがあります。

第一段階では、〝自分がどんな刺激にどのように反応するか〟を客観的にみてストレスマネージメントを学びます。興奮や不安が高い状況では、高次の脳機能の言語や思考が働かないため、まず、タイムアウト（その場から離れる）、深呼吸などで感情と身体の反応を落ち着かせます。次に自分の行動を一連の流れで整理して、行動を見える形にすると「これがいやだったんだ」「私が伝えたかったのはこういうことだ」と気持ちと欲求が言葉になっていきます。

第二段階では〝なぜその行動を選んだのか〟について状況のとらえ方や考え方のくせを学びます。例えば、何回も同じ指導をしないといけないとき、相手を肯定的にとらえれば「この人が、繰り返すのは私の伝え方が悪いのだろうか」と視点を変えて「どこまで理解したか、話してみてください」と、相手の主体性に働きかける問いかけができます。一方、相手を否定的にとらえると「なんでできないんだ」「このくらい、自分で調べて当然なのに」など、がっかりしてイラ立ち、指導を放棄したくなったり強く当たったりしてしまうかもしれません。そのため、視野を広げる、見通しを立てる、多面的に状況をとらえる練習をしていきます。

第三段階では、〝自己理解と自己受容〟に向き合います。感じ方や考え方、行動特性は自分の個性なので活かすことができます。例えば、集中力が続かないなら短期的にできる仕事をいくつか組み合わせて行ったり、不安が高い人の場合は、いろいろな場面をシミュレーションしてミスを減らしたり質を高めるといったことも可能です。

第四段階で、自分に合う方法をみつけて学習し、第五段階で日常の生活の中で繰り返し使って定着していきます。

課題解決のポイントは、自分も相手もOKになることです。相手を傷つけない自己主張や、相手の話を能動的に聴く方法、話し合いの方法、新しいアイデアを出し合うブレインストーミングなどを学んで「対立解消」をしていきます。学生の論文指導や教職員間で意見が異なる場面で、ぜひ活用してみて下さい。

（早稲田大学教授）

J・POPにおける顔と音楽科教育

木下和彦

二〇二〇年代のJ・POPを特徴づけるキーワードの一つとして、顔出しをしないアーティストの増加があげられる。Ado、yama、ヨルシカ、ずっと真夜中でいいのに。、tuki.、コレサワ。これらの人気アーティストは、アバターやイラストを用いたり顔の一部を隠したりするなどして、自身の顔を出さずに活動している。さらにVTuberやボーカロイド（音声合成ソフト）楽曲の歌い手も含めると、顔を出さないアーティストは枚挙にいとまがない。

今日、私たちの顔や身体の画像・映像は、誰しもアプリを用いて容易に加工できる。スマートフォンやパソコンなどのスクリーンに映し出されるアーティストの顔が、実際の顔であるか、アバターやイラストであるかは、アーティストによっては重要ではなくなっているようだ。

筆者のゼミ生の一人は、「すとぷり」というグループのファンである。すとぷりは、アバターによるオンラインでのライブ配信と、アリーナなどの現実空間でのライブとの両方で活動している。彼女曰く、ライブでメンバーの生身の顔が見えたとしても特に感動はなく、「あ、見えた」、程度のことだという。そして、アバターであれ実際の顔であれ、それはいずれも推しているメンバーの「顔」らしい。彼女の感覚は、今日のJ・POPアーティストにおける「顔」という媒体の特性を示している。

一方、普段は顔出しして活動する旧来タイプのアーティストにも、アバターやイラストの顔を戦略的に活用する例がみられる。Mrs. GREEN APPLEは、メンバーをアバター化し、架空の生物を育成するアバターアプリのリリーアイランドとコラボレーションしている。

三人に一人が推しをもつといわれる現在、ファンは音楽を聴いたりライブに行ったりするだけでなく、バッジやステッカー、Tシャツなどのグッズを通して推しを応援することができる。アーティスト自身の「顔」と、アバターやイラスト化された「顔」とをどう使い分けるかは、J・POPのマーケティング戦略上重要な要素となっている。

音楽教育を専門領域とする筆者は、J・POPを用いた音楽科の創作実践研究や、アーティストの楽曲創作過程の分析などを行っている。研究を始めた二〇一〇年頃と比べて、教科書におけるJ・POPの増加や、ポピュラー音楽に寛容な先生の増加など、音楽の授業におけるJ・POPの扱いには変化がみられる。ただ、教材や実践で着目されるのは、音階やリズムといった音楽のテクストが中心である。

芸術系教科の次期学習指導要領においては、教科・科目での学びを豊かな社会の創造にどうつなげるかが課題とされている。

顔出しのようなJ・POPを取り巻くコンテクストは、子どもの日常生活における音楽経験にも直接結びつきやすく、もっと着目されてよい切り口ではないだろうか。

（東洋大学教授）

Excelアドインソフト／簡易食習慣評価ツール
MDHQ
Meal-based Diet History Questionnaire
村上健太郎（東京大学大学院医学系研究科）作成の「簡易食事評価ツールMDHQ」を国立大学法人東京大学からライセンスを受け製品化
調査研究から科学的根拠に基づいた食事指導まで「食事の種類ごと」に分析するExcelアドインソフトの新しい食事調査ツール
価　格　79,640円（10%税込）
対応環境　Windows11・Office2024, 2021
予告 MDHQによる「Web調査委託サービス」開始予定!!
・MDHQによる食事調査の委託サービスを2026年内より開始予定です。
・サービスの詳しい内容・料金等については当社HPにてご案内いたします。

近刊案内
教育・保育
アジアにおける美術と教育―近代美術の四層構造と教育―　福田隆眞 著　A5 164頁 2200円
新刊教科書
小学校音楽科教育法―表現と鑑賞を結ぶ授業づくり―　駒久美子・味府美香・木下和彦・寺内大輔 編著　B5 160頁 2530円
教職ライブラリ　教育相談　小泉晋一・鈴木聡志 編著　B5 160頁 2530円
教職ライブラリ　はじめて学ぶ教育・学校心理学―児童生徒を理解するための基礎理論―　本田恵子 編著　B5 160頁 2530円
改訂教科書
コンパス　保育・教育カリキュラム論　三宅茂夫 編著　B5 152頁 2310円
コンパス　乳児保育〔第2版〕　咲間まり子 編著　B5 144頁 2200円
子どもの食と栄養〔第6版〕　小川雄二 編著　B5 192頁 2640円
福祉
福祉ライブラリシリーズ　各巻A5判
改訂 福祉法学　菅原好秀 編著　A5 280頁 3300円
権利擁護と法〔第2版〕　菅原好秀 著　A5 328頁 3960円
リスクマネジメントと福祉　菅原好秀 著　A5 208頁 2750円
司法と福祉〔第2版〕―対象者主体の支援のために―　菅原好秀 著　A5 336頁 3960円
観光・その他
観光行動の科学―持続可能な観光地づくりに向けて―　古屋秀樹・岡本直久 全相鎮 編著　A5 184頁 2420円
入門 レジャー・リゾート産業　黒羽義典 著　A5 144頁 2090円
旅の自由をひらくユニバーサルツーリズム―アクセシブルな観光戦略―　白井昭彦 著　A5 136頁 2090円
介護現場DX―人×AIのプロが語る現場のデジタル化への取り組み―　柳沼亮一・オラキオ他 共著　B5 144頁 予価 2530円
結婚を読み解くブライダル論―文化・社会・産業―　国奥真奈美 著　B5 144頁 予価 1980円
（令和8年9月～令和9年1月刊行予定。予価、頁数等は変更する場合がございます。）
近刊案内
Nブックス　食品衛生学2027/2028　金井美恵子・穐山浩 編著　B5 208頁 予価未定　フルカラー
Nブックス　栄養教育論　吉岡有紀子・猿倉薫子 編著　B5 256頁 予価 3410円　新デザイン
五訂 フードスペシャリスト論　日本フードスペシャリスト協会 編　A5 208頁 予価 2200円
四訂 食品の安全性　日本フードスペシャリスト協会 編　A5 216頁 予価 2420円
五訂 食品の消費と流通　日本フードスペシャリスト協会 編　A5 200頁 予価未定
ジュニアアスリートのためのスポーツ栄養実践ガイド　菅洋子・渡邊元美・齋藤恭香 共著　B5 120頁 予価 1980円
（令和8年9月～令和9年1月刊行予定。予価、頁数等は変更する場合がございます。）

「調理するちから」とは？

江原絢子

イギリスの歴史学者フェリペ・フェルナンデス＝アルメストは、電子レンジが社会を変え、家庭料理は消える運命にあるようだと述べ、別の箇所では、食品業界の発展の流れは画一的で安全な食品へと向かっていき、伝統的な料理で大切にされた喜び、個性、文化的独自性は、こうした特徴にとって変わったと記している。

日本も同じ変化をたどっているのであろうか。ここでは、明治・大正期の子どもたちが経験した家庭料理に関する事例から考えてみたい。

母が紡績工場に勤める大阪の三人きょうだいの長女は、数え十歳の頃にはご飯炊きを手伝った。釜といおつを洗い、釜についたご飯をザルで陽に干すと、母がそれを炒り砂糖で固めておやつを作ってくれた。十四、五歳になると、正月の煮しめや黒豆、棒だらなどを母から習い、やがて任されるようになった。彼女は、「娘が数え十二、三歳になると、親は、ものの炊き方から漬物のつけ方まで教えはじめたものです」と語っている。また、長野の例では、男児たちが、父も一緒に甘柿の皮をむいて食べ続ける様子が描かれている。皮をむいているうちに次第に食べることより、細く、薄く、長くむくことが目的となり、皮むき競争となったという。それは渋柿の皮むきにも効果を発揮し、男児たちも母親などと一緒に皮むきに参加して腕自慢をしたと回想している。

同家の男児は、夕飯後、うりを漬ける準備をしている母に呼ばれた。仕事はうりの芯を除くことである。ハマグリの貝殻を使い種の箇所を一気に除くには、多少の慣れが必要だった。作業が済むと、そのうりを仮漬けする母の仕事を見守っていたと回想している。

当時の生活から百年以上も経つ今、これらの例から学べることはないように思えるかもしれない。しかし、私は、自分の経験と重なり様々なことを考えた。

その一つは、手伝いを通して同じ体験を繰り返していることである。それは、子どもたちの技能を確かなものにした。それに加え、五感を刺激するその作業を通し、知恵を生み出し、喜びや自信にもつながったと思われるし、「生きるちから」ともなった。

また、親の多くが子どもを一人前にすることをもっとも重要な役目としており、年齢に合せて様々な訓練を課している。そこでは、子どもが飽きないように、時々楽しみを与えながら導いていることに留意したい。

さらに、子どもが作った干飯で母親がおやつを作ったことや皮むきを楽しい遊びにした父親の存在、自分が手伝ったうりが、母親の手で漬物として完成していく様子をじっと眺める姿などから、親子のあたたかな信頼関係も伝わってくる。

電子レンジの登場や便利な加工食品により家庭での調理の必要性は低下し、伝統的な料理や調理方法は、今後も新しい形に変化すると思われるが、個人の喜び、満足感、自信につながる「調理するちから」の魅力は絶やすことなく継承していきたい。

（東京家政学院大学名誉教授）

「和而不同」「融通無碍」の精神で紡ぐ臨床

白波瀬元道

現在、国内の言語聴覚士（ST）の有資格者数は四万四千人を超え、その約七割が医療機関に勤務している。介護保険施設や療育・教育の現場で活動するSTも増えてきた。STは、主に、話す・聴く・食べる、といった生活に直結する機能を支えるリハビリテーション専門職である。私がSTとして歩み始めて二十年余りが経った。振り返れば、私の臨床の軸を形づくったのは、技術や知識以上に、多くの患者との出会いだった。本稿を借りて、STの重要な役割の一つである摂食嚥下リハビリテーションについて触れたい。

新人時代の冬、忘れられない出会いがあった。一般内科病棟に入院していた肝臓がん終末期の患者で、重い嚥下障害があった。その方の願いは「どうしてもメロンが食べたい」というものだった。誤嚥のリスクは極めて高かったが、ご家族を交えた入念な話し合いをし、医師、看護師、そして先輩STの強力なサポートのもと、形態を調整したメロンを一口、召し上がっていただいた。患者とその妻は、言葉にならないほどの喜びを表情に浮かべられた。

ところが、そのわずか一時間後、「亡くなった」という知らせが届いた。私は血の気が引く思いだった。「自分が殺してしまったのではないか」という激しい動悸と、ご家族から責められるのではないかという恐怖で、生きた心地がしなかった。

しかし、駆けつけた六名のご親族は、私のもとへ歩み寄り、涙ながらに感謝を伝え、代わる代わる握手をしてくださった。「最期に大好きなものを食べることができて、本当によかった」その言葉に触れたとき、私は〝嚥下〟という機能がもつ怖さと、それによってもたらされるかけがえのない幸福を、心に深く刻み込んだ。

この経験は、医療倫理における「四原則」を地で行くものだった。

・自律尊重の原則：本人の「食べたい」という意志を尊重すること
・無危害の原則：誤嚥などの危害を最小限に抑えること
・善行の原則：喜びを提供し、QOL（生活の質）を向上させること
・正義の原則：限りある医療資源の中で適切なケアを提供すること

特に「無危害」と「善行」は、臨床においてしばしば対立する。リスクをゼロにするために「食べさせない」という選択は無危害かもしれないが、同時に自律尊重や善行を放棄することにもなりかねない。摂食嚥下リハビリテーションでは、多くの職種が協働してかかわることが肝要であり、この葛藤から逃げることなく、常に謙虚に学び続ける必要がある。この他にも多くの経験を経て、現在の私が大切にしている言葉がある。「和而不同」と「融通無碍」だ。

「和而不同」とは、多職種や周囲と調和を保ちながらも、専門職としての信念という軸を失わないこと。「融通無碍」とは、一つの考えや規則に固執せず、状況に応じて自由自在に対応することだ。専門的な「軸」をもちつつも、その方の人生にとって何が最善かを多職種とともに考え抜き、柔軟に形を変えて支援する。この二つの言葉のバランスこそが、私が理想とするSTの在り方だ。

リハビリテーションの現場にある者は、患者の想いに伴走し、研鑽を止めない一人の人間としての姿だ。これからも、あのとき握りしめていただいた手の温もりを忘れず、食べる喜びを通じて、患者とその周りの方々の幸せに寄与できるよう、真摯に臨床に向き合っていきたい。

（医療法人社団永生会法人本部リハビリ統括部）

観光というレンズを通して見る私たちの行動

古屋秀樹

二〇二五年の訪日外国人旅行者数は過去最高を記録し、その消費額は日本人の国内旅行消費の約三分の一に相当します。一方で、旅行者が殺到し、住民の生活環境や自然環境に影響を及ぼすオーバーツーリズムも懸念されています。これほどまでに人々を惹きつけ、時に社会問題まで引き起こす「観光」とは、一体どのような行動なのでしょうか。

観光には、日常の行動とは異なる特性があります。通勤や通学は、それを行う時刻や目的地が決まった義務的な移動といえます。それに対して観光は、非義務的活動かつ低頻度な行動です。そのため、旅行者は、目的地の混雑状況や特徴を完全に把握できず、不完全な情報下で主観に頼った意思決定を行わざるを得ないという特性を有します。事前に本やSNSなどで絶景やグルメの情報を入手し、それと同等の経験ができるか不確定な中で自らの目で確認し、答え合わせをしようと訪問するのは、リスクの高い行為といえます。

このような、自由度が高く、非義務的で非日常的な活動である観光行動の分析は、実は私たちの日常行動を深く理解することに直結します。なぜなら、限られた時間やお金をどう配分するか、不完全な情報の中でどうリスクを回避し、最も効用（メリット）が大きい選択をするかという意思決定のプロセスは、日々の経済活動や消費行動の根幹をなすものだからです。

例えば、旅行者が目的地を選ぶプロセスには、単に日常の疲れを癒したいという欲求だけでなく、SNSで他者から羨望されたいという承認欲求や、非日常体験を通じた自己実現欲求といった高次な心理が絡み合っています。さらに、旅行の満足度は単なる体験の善し悪しではなく、事前の期待値と実際の体験のギャップで決まると仮定すると、これらは行動経済学の理論によって説明できます。

現在、観光地が直面するオーバーツーリズム問題の解決においても、この行動心理の理解が応用されています。旅行者の農地への侵入を抑制した事例は、単純に条例で立ち入りを禁止するのではなく、撮影スポットを設定することで「ここで撮るとよい写真が撮れる」と旅行者の心理に働きかけ、自発的に望ましい行動を誘発する行動変容からのアプローチといえます。また、海水浴客によるごみの問題への取組では、資源ごみ以外を有料ごみとし、利用者の工夫でごみ処理費用を抑えることができるといったゲーム感覚を取り入れることで、資源ごみの回収やごみ処理費用の確保ができました。

このように観光行動の分析は、心理学、経済学、社会学など多様な学問分野からのアプローチが必要です。国レベルでは、出国税の引き上げによる税収増加やそれに伴う積極的な施策の展開が期待される中で、エビデンスに基づく観光政策決定や費用対効果の検証が重要視されています。科学に重点を置いた観光へのアプローチが一層期待されるといえるでしょう。

（東洋大学教授）

教科書ご採用検討のための見本が入用でしたらご請求下さい。

芳名・ご住所・学校名・科目名を明記の上、お申込み下さい。**（ご採用見本は教科書のみです）**

当社HPからも見本請求いただけます。

ご勤務先・ご所属等が変わられましたら、当社までお知らせ下さい。なお、ご自宅の住所をご教示頂けましたら、本紙「土筆」をご自宅宛にお送り致します。

tukus@kenpakusha.co.jp（個人情報は厳密に管理致します）

シリーズ監修
内山量史・内山千鶴子
池田泰子・髙野麻美



クリア言語聴覚療法（各巻B5判）

・「言語聴覚療法シリーズ」を全12巻に再編し全面刷新！
・国家試験出題基準、養成所指定規則に準じた最新版
・すっきりと見やすいレイアウトで入門テキストの決定版！

①**言語聴覚障害総論** 内山量史・鈴木真生 編著 248頁 3960円
②**失語症** 大塚裕一・宮本恵美 編著 192頁 3300円
③**高次脳機能障害** 浦野雅世・外山 稔 編著 272頁 4290円
④**言語発達障害** 内山千鶴子・後藤多可志 編著 224頁 3520円
⑤**小児発声発語障害** 佐藤亜紀子・緒方祐子 編著 232頁 3740円
⑥**成人発声発語障害** 椎名英貴・中山剛志 編著 264頁 4180円
⑦**吃音・流暢性障害** 池田泰子・坂田善政 編著 264頁 4180円
⑧**音声障害** 石毛美代子 編著 240頁 3850円
⑨**摂食嚥下障害** 稲本陽子・髙野麻美 編著 248頁 3960円
⑩**聴覚障害** 佐藤紀代子・長谷川純 編著 360頁 5170円
⑪**地域言語聴覚療法** 内山千鶴子・黒川容輔 黒羽真美 編著 192頁 3300円
⑫**言語聴覚療法管理学** 内山量史・髙野麻美 白波瀬元道 編著 208頁 3410円

採用者特典 図表のデジタルデータを提供、講義資料作成に活用できます。

日本人の食事摂取基準（2025年版）対応の最新版

サブスク版スタート!! 通常版 アカデミック版（学生・教員対象）年間7920円 年間3960円

Excelアドイン栄養プラス® Ver 2.0
高田和子・石田裕美・石原淳子・渡邊智子・竹林 純 監修
買い切り版価格 30800円

新機能
○食品画像・料理画像を選択ダイアログに掲載
○食物繊維の分析法に応じた基準値を選択可能
○栄養成分表示用の成分項目プリセット など

「栄養プラス®」オプションソフト
食物摂取頻度調査票FFQ NEXT Ver 2.0
国立がん研究センター 著作 石原淳子・髙地リベカ 監修
買い切り版価格 8800円
・紙媒体、Web回答フォーム、エクセルシートといった、多様な方法で回答収集が可能。