



第57号 (年4回発行) 編集発行 弘前学院大学 前報委員 印刷所 (有)小野印刷所

「からだ」と「こころ」の健康



学長 吉岡 利忠

私たちの日常生活や仕事をす... 環境は著しく変化し、近代化は毎日の生活を楽にしかも便利に変えました。重い物を運んだりスコップやツルハシなどを使う工事は全て機械任せ、汗を流しながら行う筋肉(身体・からだ)労働は少なくなりました。その代わりに体をあまり動かさ

ず頭を使う仕事、いわゆる頭脳労働が増えてきました。多くの時間をパソコンの操作などで費やし体をあまり動かさずに机に座っていることが多くなりました。さて、弘前学院大学の礼拝堂では毎週木曜日の午前に礼拝(どなたでも参加可能)があります。その中で宗教主任、教会関係者、大学教員らによる約20分間の説教や奨励があります。2年程前に筋肉労働や頭脳労働の「疲労」について述べたことがありますが。疲労(つかれ)は

今日、大きさに言う神経をすり減らして毎日をごしていき... 疲れて表現すると精神的疲労の方が肉体的疲労(身体的疲労)を上回っていることになり... 肩、腰などの痛みや重苦しさなどの局所的な疲労を訴える人たちが多くなっています。すべてストレスが原因と言ってもよいでしょう。頭、大脳、頭脳という固い表現は、もっと柔らかい「こころ」という意味合いで使われることも多く、「からだ」、「こころ」そして「ストレス」は互いに同等な関係にあります。精神性疲労(こころの疲労)は精神的ストレスを引き起こし、これによって「こころの病」を患っている人たちも少なくありません。ヨガとか気功、座禅、瞑想、お祈りもそうですが精神を鍛えたり気分を落ち着かせたりする方法は、こころの健康法の一つとして盛んに行われています。これらは精神的ストレスの多い現代社会をうまく乗り切るための賢い方法でしょう。スポーツ選手が引退するとき、「体力と気力がもうなくなつて」と言うコメントをよく聞きます。「からだ」と「こころ」のバランスの崩れがこれ以上選手生活をやって行けないということですね。「からだ」と「こころ」は連動しているのです。「からだ」を動かすことは、ストレスを解消し「こころ」を良い状態にすることになります。ストレスがどれだけたまっているかを自分で調べる方法があり、インターネットで簡単に検索できます。ある調査では、適度な運動やからだを動かすことがストレス解消法のもっとも有効な手段であると報告されています。睡眠や休息もストレス解消には必要ですが、長時間の睡眠、飲酒、ごろ寝をしながらテレビ鑑賞などはかえってマイナスに働きます。運動・スポーツの持つ楽しさ、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

り切るための賢い方法でしょう。スポーツ選手が引退するとき、「体力と気力がもうなくなつて」と言うコメントをよく聞きます。「からだ」と「こころ」のバランスの崩れがこれ以上選手生活をやって行けないということですね。「からだ」と「こころ」は連動しているのです。「からだ」を動かすことは、ストレスを解消し「こころ」を良い状態にすることになります。ストレスがどれだけたまっているかを自分で調べる方法があり、インターネットで簡単に検索できます。ある調査では、適度な運動やからだを動かすことがストレス解消法のもっとも有効な手段であると報告されています。睡眠や休息もストレス解消には必要ですが、長時間の睡眠、飲酒、ごろ寝をしながらテレビ鑑賞などはかえってマイナスに働きます。運動・スポーツの持つ楽しさ、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

き、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

き、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

き、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

き、気分爽快、孤独感の解消、達成感、筋肉や神経のリラクゼーションなどが効果的に働

本多庸一とキリスト教(28)

学校法人弘前学院 理事長・学院長 阿保 邦弘



メソジスト三派合同

一九〇七(明治四〇)年五月二十二日、メソジスト三派合同総会が青山学院講堂で開催された。このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

このメソジスト派とは何か。この派は元来十八世紀イギリス

産業革命のさなか、当時の社会情勢のひずみに生じた社会の暗黒面に伝道すべく生まれたものである。この派初代の指導者ウェスレー兄弟やホイットフィールドたちは、オックスフォード大学内で厳しい規律ある生活を守っていた。彼らはメソジスト三派であり、それぞれ独自の海外伝道を展開していったのである。

これら三派は、本國でこそそれぞれ歴史的背景も違っていて合同することなど夢にも考えられなかった。しかし、我が国において三派分立の意味がなく、三派の合同は早くから考えられていた。その手始めとして

一九〇六(明治三十九)年四月二十一日付けの「護教」第七六九号に本多は「メソジスト三派合同について諸兄弟に呈する書」と題する主張を発表し、合同論の経過、その主張の理由、問題点を述べ同意を訴えている。こうして本多の動きはいよいよ積極的となった。高木王

一九〇六(明治三十九)年四月二十一日付けの「護教」第七六九号に本多は「メソジスト三派合同について諸兄弟に呈する書」と題する主張を発表し、合同論の経過、その主張の理由、問題点を述べ同意を訴えている。こうして本多の動きはいよいよ積極的となった。高木王

一九〇六(明治三十九)年四月二十一日付けの「護教」第七六九号に本多は「メソジスト三派合同について諸兄弟に呈する書」と題する主張を発表し、合同論の経過、その主張の理由、問題点を述べ同意を訴えている。こうして本多の動きはいよいよ積極的となった。高木王

一九〇六(明治三十九)年四月二十一日付けの「護教」第七六九号に本多は「メソジスト三派合同について諸兄弟に呈する書」と題する主張を発表し、合同論の経過、その主張の理由、問題点を述べ同意を訴えている。こうして本多の動きはいよいよ積極的となった。高木王

一九〇六(明治三十九)年四月二十一日付けの「護教」第七六九号に本多は「メソジスト三派合同について諸兄弟に呈する書」と題する主張を発表し、合同論の経過、その主張の理由、問題点を述べ同意を訴えている。こうして本多の動きはいよいよ積極的となった。高木王



弟(左)、ウェスレー(中)、ホイットフィールド(右)

お知らせ

クリスマス礼拝 クリスマス音楽の夕べ

◆クリスマス礼拝 12月11日(木) 16時より ◆クリスマス音楽の夕べ 12月11日(木) 18時30分より 場所: 弘前学院大学 礼拝堂 入場無料(整理券配布)

高、音楽会については、本学まで問い合わせ下さい。ソプラノ独唱・パイプオルガン・ハンドベル演奏を予定しています。



二〇一四年度

一年生の特待生授与者

二〇一四(平成二六)年度の弘前学院大学特待生(一年生)に、十月二十八日(火)十二時より賞状の授与が行われた。今年度の授与者は次の方々です。文学部一年 笹花 哲平

(岩手県立盛岡第四高校) 社会福祉学部一年 三上 晴佳 (弘前高校) 看護学部一年 藤田 隼輔 (三沢高校)

研究紹介⑦

地域伝承の研究



文学部 准教授 入江 英弥

私は、民俗学と伝承文学を専門としています。これまで二つの研究に取り組んできました。

一つは、日本の行事の研究です。県史や市史といった自治体史の調査に参加し、祭礼や民俗芸能を実際に調査して現状について記録を行っています。

もう一つは、地域伝承の研究です。伝説がその土地にいかにかつて入れられ、伝えられてきたのかを究明しています。

ある「二つ目小僧と道祖神」を取り上げて、地元からの視点で研究を進めています。

また、『遠野物語』の研究も続けてきました。明治四三年(一九一〇)に発行された柳田国男の『遠野物語』は、日本の民俗学の出発点となった書物です。

近年では、怪異の側面から読み解こうとする動きがありま

中に長い垂れ髪の女が森の小屋の女をそと覗いたとか、深夜に女の叫び声があったとか、不可思議な話が見られるのです。

そのために、東日本大震災後、注目を集めています。私は本年七月

に開催された本学国語国文学会夏季大会において『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して発表し、この話の考察を行いました。

『遠野物語』第99話に鎌田先生がその紹介記事を書かれています。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して発表し、この話の考察を行いました。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して発表し、この話の考察を行いました。

国語国文学会夏季大会と地域総合文化研究所講演会報告

2014年7月12日(土)本学礼拝堂にて、国語国文学会夏季大会と地域総合文化研究所講演会が合同開催された。

はじめに、入江英弥准教授が『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

柳田国男『遠野物語』第99話に明治29年の三陸大津波を背景に、生き残った夫が津波で亡くなった妻と遭遇するといった内容の話である。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

華を盗み取り、その結果、最も良い鎮座地を得るという内容になっていきます。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

生者との「和解」を主題とするなど説かれている。発表者は、まず、この話に表現上の工夫がさまざまに施されている点を指摘し、柳田がこの話を「事実談」にするために意識的に行なった考えられると述べる。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

次に、島山篤教授が「岩木山の神の由来譚の生成―丹後日和の背景―」について講演を行った。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

話柄は厳しい支配・被支配に貫かれた社会にあって、丹後国の山椒太夫によって貴種の安寿姫が責め殺され、その弟の厨子王が苦難の道を通った後に出世し、報復するというものである。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

こでも丹後日和の由来が語られている。このように二つの岩木山権現由来譚の主題は、社会性を帯びて男性的である。また岩木山権現(安寿姫・国安珠姫)の怒りに基づく丹後日和によって、領内の天候不順に発する社会問題を心理的に解消しようとしている。これらのことは、その語り手が藩と連携する公儀の百沢寺や高照神社の聖職者であることに基づいている。

『遠野物語』第99話の「一考察―津波で亡くなった妻との遭遇譚―」と題して研究発表を行った。

談話室

弘前に暮らす生活―

メルヘン・ファンタジー

社会学部 教授 石田 和男



月日が経つのは早いもので、弘前にやってきて6か月ほどになる。日本の中で暮らすのだが意外と驚くことに出くわす。

4月に八百屋に行くとき春の野菜が沢山並んでいた。ふきのとう、タラの芽、木の芽、わらび、山菜ごぼうなど。てんぷらや煮

て食べた。まずは弘前の春を食して堪能させてもらった。

5月になると今度は桜である。土淵川の上流にサイクリングに出かけると山桜がきれいに咲き、遠くに岩木山の雄大な景色が望まれ、ここでは目で春を愛でることになる。

8月に入ると「ねぶた祭り」である。友人たちの勧めもあって、出発する前に待機している

ねぶたを見にでかけた。何十台というねぶたに明かりがつき、様々に工夫をこらした絵が浮かび上がっている。

ねぶたを見にでかけた。何十台というねぶたに明かりがつき、様々に工夫をこらした絵が浮かび上がっている。

9月にはリンゴが町のあちこちに赤、黄色、緑の実を着けていた。自転車を通り過ぎるたびに目を奪われる。夢の世界に迷い込んだ錯覚にとらえられるから不思議だ。

いつになったら現実に戻れるようになるか心配になってきた。

いつになったら現実に戻れるようになるか心配になってきた。

平成二十六年度

九月期学位記授与式挙行

平成二十六年度九月期の学位記授与式が去る九月二十五日(木)午後二時四十五分より本学礼拝堂において挙行されました。

今年度は、文学部日本語・日本文学科一名、看護学部看護学科一名の計二名の卒業と、大学院文学研究科一名の修了者でした。

関係学部・大学院の教職員の臨席のもと、厳粛に式が執り行われました。

本学学科長の司会により、パイオルガンの演奏と讃美歌合唱に始まり、楊尚真宗主任の聖書朗読、祈禱の後、吉岡利忠学長より卒業証書が授与されました。

吉岡学長より卒業生にお祝いと励ましの言葉が述べられ、



和やかに式が行われました。

式終了後には、卒業生一人一人に学長より、また出席された教職員の皆様と握手を交わし、新たな旅立ちをお祝いしました。

前途に神様の祝福がありますようにと祈ります。

書籍紹介

『河内王朝の山海の政―桔梗琴と国栖奏―』

民俗学と古代学から、河内王朝の実像に迫る好著。吉野の国栖奏と淡路の桔梗伝承は、山人と海人の生業の繁栄を呪縛する

出版社：白地社 著者：文学部 島山篤 教授

四十年ぶりのキャンパス

聴講生 齋藤 文夫

30年近く勤めた会社を辞め、高校時代を過ごした弘前に戻って10年余り、始めた仕事も何とかなり、何かをしたいと思っていた所、弘学で社会人対象の講座があると知り、申し込みしました。

化学予防になればと軽い気持ちで、初日教室に入ったら、大人(社会人)らしき誰もいない。私の子どもより年下の本当の学生ばかり。何たる勘違い、これはマズイと思ったが後の祭。こうなれば仕方がない、目立たないように仕様としました。

それがそのまま自然で行こうと決めました。私が高卒の時ほど決めた。私が高卒の時ほど決めた。私が高卒の時ほど決めた。

それがそのまま自然で行こうと決めました。私が高卒の時ほど決めた。私が高卒の時ほど決めた。

それがそのまま自然で行こうと決めました。私が高卒の時ほど決めた。私が高卒の時ほど決めた。

周手術期病棟での学び

看護学科 四年 程熊 悠里



周手術期とは入院、手術、回復といった患者さんが入院して手術を行い、退院するまでの期間だけでなく、その前後の期間を含めた一連の期間のことです。統合実習では、周手術期において医師や看護師のみならず、栄養士や薬剤師などの多く

の医療従事者がかわるチーム医療に参加し、チームの一員として患者さんに関わりました。現在、在院日数が短縮し術前の説明や訓練、手術と退院に向けた精神面のケアを十分に行うことが難しい現状があります。そこで私はこの統合実習において平均在院日数が16日である病棟で手術を受ける高齢の患者さんとそのご家族に対して、安心して手術に望めるように患者さんの手術についての理解度と身

体的症状を踏まえた効果的な術前指導を学び、理解することを第一の目的としました。また消化器疾患の手術を行うことで、退院後の食生活に変容が生じると考えられますが、このような消化器疾患の手術を行った高齢の患者さんとそのご家族に対して、食事を中心に入院前の生活状況を把握し、退院後に安心して生活できるように個別性を踏まえた退院指導の実践を学ぶことを第二の目的としました。

実習を通して一人の患者さんに対して医師、看護師、栄養士、薬剤師、言語聴覚士などの多く

の職種が関わっていることを学びました。栄養士は食事方法の検討や実施、食事指導を行い、看護師は毎食の食事の摂取状況の把握や援助、医師は医学的な視点からの患者の状態の情報提供など、それぞれの専門分野から患者さんの回復にとってよりよい方法を選択し、実施している事を学ぶことができました。

また、複数の患者さんを受け持つことで、各々の患者さんの病状を把握した上で関わることが患者さんの安全安楽に繋がることを学ぶことができ、将来に繋がる実習をすることができました。

実習を通して、夫婦が両親学級で身につけた正しい知識が、今後の出産や育児の自信につながっていくのだと感じました。

両親学級の運営への参加

看護学科 四年 南部 有沙



私は、看護統合実習で母性看護学を選択し、産科病棟で妊婦・褥婦・新生児への看護ケアの他、大学にて両親学級の運営に参加させていただきました。両親学級とは、初めての出産をひかえているご夫婦が参加し、出産・育児の正しい知識を身につける場です。両親学級の内容は、育児体験・産痛緩和のマッサージと呼吸法・出産に関連したクイズ・父親の妊婦体験です。

先生が主体となり進行され、私は赤ちゃんの抱き方、授乳方法のデモンストレーションと指導を行いました。初めて指導者側の立場で関わるため、指導案を作成し、対象者にとって分かりやすい指導ができるよう取り組みました。先生からのご助言を受けながら、指導の内容や順序、説明に用

いる言葉の選択、教材の配置や見せ方などを工夫し、育児指導に必要な知識や技術を身につけることができました。また、常に父母の理解度の確認をしながら個々の質問に応じることや、妊婦の体調を考慮し、異変が起きた時にすぐに休めるように保健室の環境を整えておくことなども、運営に

あたり必要だと学びました。育児・妊婦体験では、夫婦が互いに協力し合い真剣な表情で取り組んでいました。赤ちゃんの人形に優しく声をかける光景もみられ、まるでおなかの中にいる赤ちゃんに接しているようで、大きな愛情を感じました。父親の妊婦体験では、妊婦体験ジャケットをつけてもらい、階段の昇降やトイレ、座位・立位などを体験してもらったところ

「おなかの重くて階段辛い」「足元が見えにくくて危ない」「食器洗いが大変そう」との声がありました。このように、妊婦の身体の状態を父親が共感す

ることで、常に妊婦を気遣いサポートすることができ、妊婦の安全はもちろん妊婦の精神的な安定に繋がると学びました。

実習を通して、夫婦が両親学級で身につけた正しい知識が、今後の出産や育児の自信につながっていくのだと感じました。

私はこの教育実習の中で学んだこと、それは授業の方法やテクニックは勿論ありますが、それ以上に教師にとっての生徒の存在の大きさについて知ることができました。これは、普段の机上での学びの中では絶対に気が

つかない、教育実習に行ったらこそ得られたものだと思います。そして、これがきっかけで自分の「教育」に対する考えを更に深めることができました。

精神保健福祉援助実習を終えて

社会福祉学科 四年 相内 香菜



私は、この実習を通して理解が深まったことが二つあります。一つ目は、精神保健福祉士(以下P.S.W.)の役割について

です。わたしは、精神科の病院での認知治療に興味があり、そこに重きを置いて実習させてい

たきました。精神科病院におけるP.S.W.の業務は、退院支援がメインなのですが、ここで問題になるのが退院先です。患者さんの多くは、自宅への退院を希望しますが、入院するに至る背景には、家族が面倒を見きれ

ないケースがほとんどで、自宅に帰ることは難しいのが現状で

の職種が関わっていることを学びました。栄養士は食事方法の検討や実施、食事指導を行い、看護師は毎食の食事の摂取状況の把握や援助、医師は医学的な視点からの患者の状態の情報提供など、それぞれの専門分野から患者さんの回復にとってよりよい方法を選択し、実施している事を学ぶことができました。

また、複数の患者さんを受け持つことで、各々の患者さんの病状を把握した上で関わることが患者さんの安全安楽に繋がることを学ぶことができ、将来に繋がる実習をすることができました。

実習を通して、夫婦が両親学級で身につけた正しい知識が、今後の出産や育児の自信につながっていくのだと感じました。

社会福祉実習を終えて

社会福祉学科 三年 山内 涼平



私は、8月1日から9月5日まで、弘前市の土手町にある「弘前市障害者生活支援センター」で実習をさせて頂きました。センターの業務としては主に、悩みを抱えている利用者への相談支援を行っています。相談方法としては、電話での相談が多く、一日中、電話が鳴り響いている

日もありました。他にも来所相談や訪問相談を行っています。

また、相談内容に応じて必要ない情報提供を行ったり、利用者に関わっている機関や専門職員との連絡調整を行っています。

実習では、センターのイベントや施設見学を通して、多くの利用者者と交流をさせて頂きました。イベントでは料理教室やピアノキッキング、パソコン教室、手話教室に参加させて頂き、活動を通して様々な生活問題について知ることが出来ました。例えば、移動の問題があります。車椅子や電動車椅子の利用者は、段差や急な坂道があると、移動に支障をきたします。また、視覚障

がい者にとっても段差は、非常に危険なものとなり、怪我をする恐れもあります。この他にも様々な生活問題を、利用者から教えて頂き、多くのことを学ばせて頂いたと感じています。

教育実習を終えて

日本語・日本文学科 四年 松江 夏穂



私は5月26日から6月13日までの3週間、母校である五所川原高校で教育実習をさせて頂きました。

実習が始まる前はどんなクラ

図り、良好な関係をたもてるようなお手伝いをするのが、精神科病院における精神保健福祉士の役割なのではないかと思

います。二つ目は、P.S.W.の専門性についてです。支援を行う上では相手を知る必要がありますが、まずは自己について知ることが必要です。自己を知るには、自己の「嫌な部分」と向き合

なければなりませんから、苦し

い過程も伴います。しかし、P.S.W.には常に自己覚知と内省を繰り返していくことが求められ、それがP.S.W.の専門性なのではないかと思

います。二つ目は、P.S.W.の専門性についてです。支援を行う上では相手を知る必要がありますが、まずは自己について知ることが必要です。自己を知るには、自己の「嫌な部分」と向き合

なければなりませんから、苦し

い過程も伴います。しかし、P.S.W.には常に自己覚知と内省を繰り返していくことが求められ、それがP.S.W.の専門性なのではないかと思

います。二つ目は、P.S.W.の専門性についてです。支援を行う上では相手を知る必要がありますが、まずは自己について知ることが必要です。自己を知るには、自己の「嫌な部分」と向き合

