

ひくまの

Hamamatsu University School of Medicine
Library Bulletin

Dec, 2009

<http://www2.hama-med.ac.jp/w3a/toshokan/homepage.html>

目 次

- ・人の話を「聴く」ということ 地域看護学 教授 巽 あさみ …………… 1
- ・二次資料の使い方 電子ジャーナル文献へのアクセス方法 …………… 3
- ・2010年外国雑誌・電子ジャーナル講読予定について …………… 6
- ・本学教官著作寄贈図書のお知らせ …………… 8
- ・お薦め図書 平成21年度学生用推薦図書リストより紹介 …………… 8
- ・視聴覚室を改修しました …………… 8

人の話を「聴く」ということ

地域看護学 教授 巽 あさみ

「人の話を聴く」ということは、私の研究テーマの1つである「職場のメンタルヘルス」において、最近注目されている人間関係改善の対策として、特に重要視されるようになってきている。

「話をきく」と言う場合の「きく」の書き方に「聞く」と「聴く」があるが、この場合の表記の使い分けについて各種辞書等を参照すると、

- ①「日本国語大辞典」(小学館)：【聞】(ブン・モン)音を耳で感じ取る。自然に耳に入ってくる。聞いて知る。【聴】(チョウ)聞こうとして聞く。注意してよく聞く。「聴聞」「傾聴」。
- ②「広辞苑」(岩波書店)：広く一般には「聞」を使い、注意深く耳を傾ける場合に「聴」を使う。
- ③「類語国語辞典」(角川書店)：「聞く」は、音や声を耳に感じ認める意、「聴く」は、聞こえるものの内容を理解しようと思って進んできく意である。(豊島)

このような意味の違いがあり、

- ④「最新版 毎日新聞用語集」(毎日新聞社)は使い分けを以下のように示している。
 - =聞く〔一般用語〕意見・考え・要求を聞く、うわさを聞く、聞き捨て、聞き流す、聞き逃す、聞く耳持たぬ、話し声を聞く、物音を聞く、盗み聞き
 - =聴く〔特殊用語。身を入れてきく〕聴く(音楽・講義・国民の声などを聴く、聴き入る)

〔注〕 「聞」「聴」は、きく態度によって使い分ける。どちらでもよいときにはなるべく「聞」を使う〕とある。⑤ 記者ハンドブック第10版（共同通信社）もほぼ同様である。

このように、ただ単に「きく」場合は一般に「聞く」を使い、注意深く（身を入れて）、あるいは進んで耳を傾ける場合には「聴く」を使う。この二つの「きく」という言葉の違いは、「聞く」は声や音が聞こえてくるといった受動的なきき方であり、一方「聴く」は声を待つ、きこうと注意深く聴くといった能動的なきき方であると言えよう。

私はメンタルヘルス対策に関する研究活動の中で、一般社会人向けに「積極的傾聴訓練」の研修会を実施している。その中で特に取り入れているのは、「発見的体験学習法」（三島徳雄ら）を用いたアクティブリスニングの方法である。つまり、上記の能動的（アクティブ）な聴き方についての研修であるといえる。

厚生労働省は、平成12年に職場のメンタルヘルス対策の進め方（指針）を、平成18年には「労働者の心の健康の保持増進のための指針（メンタルヘルス指針）」を示し、各事業者（企業等）に対して、メンタルヘルスケアの推進を求めている。事業者は指針に準じてメンタルヘルス研修を実施する。そのような一般社会人向けのメンタルヘルス研修の講師を長年務めてきて思うことは、当然のことであるが、研修を実施しさえすれば何か効果が挙がるというものではない、ということである。受講者自身が研修内容を自分のこととして受け止め、それを実施できるように、具体的で実践可能な研修を実施することが重要である。私が実施している研修の中では「発見的体験学習法によるアクティブリスニング」の傾聴訓練は、「聴き方」や「聴く態度」にかなり改善効果があり、三島らの既報文献によりその有効性は示されている。また我々の研究グループの最近行った2時間30分という短時間研修でも充分効果があることが検証された。これまでの報告の多くは研修会実施前後でのアンケート調査などにおいて、効果を実証するものであるが、研修実施中に起こってくる受講者の心理的变化についても特筆すべきものがある。

この研修方法は、5人前後の小グループで役割練習を行う。一般のロールプレイと異なり、最初に傾聴訓練方法の詳細な説明を敢えてせず、役割練習と振り返りを通して聴き方を発見していく方法である。話し手1人、聴き手2人（聴き手1および聴き手2）、オブザーバー1人でグループを構成し、15分間、2回の役割練習を行う。練習において聴き手が守る3条件は、質問ばかりしないこと、話を勝手に変えないこと、アドバイスをしないことである。話し手は、「最近印象に残っていること、まだ解決されていない問題」等について話し、聴き手1が主に聴く。聴き手1が困った場合は聴き手2に代わることができる。話し手に15分間話し続けてもらうように聴き手が頑張る。役割練習後にグループ全員で振り返りを行う。この振り返りが特に重要である。1回目の役割練習と振り返りを行った後の2回目の役割練習では傾聴能力が飛躍的に向上することが多い。

ある事業所での研修では、参加した役員のひとりが話し手の役割終了時に、「こんなに真剣に話を聴いてもらったことはない」と感激して涙するなど、講師側が驚くようなことがたびたび起こる。また、実際にこの研修を管理職が受講したあと、その部下があまりのうけ入れのよい管理職の変化に驚き「いったい何かあったのか」と事業所保健師に確認しにきた例もある。また聴き手側も「職場でも実践できそう」、「やってみたい」「傾聴というのはこういうようなことなのか」など、実体験による理解度の高さがあげられている。参加者がお互いに一般の受講者同士であるにも関わらず、カウンセラーが実施する傾聴の技術とほぼ同等と推測できるほどの傾聴の効果がみられていた。またわれわれの研究では、研修会後の傾聴の実践・継続性についても良い効果が得られており、自ら傾聴方法を発見していくやり方の中で、実体験で得られたスキルは、現場での実践につながりやすいと考えられる。

先に掲げた3条件を守り、よい聴き方を考えることで人の話を聴く（能動的に最後まで）ということは、相手を認めること、相手の可能性を信じて大事にするということに繋がることが理解されていく。さらに聴くことの重要性を理解することで話すことの重要性の理解へとつながることが考えられ、お互いを思いやることができるようになり、人間関係がよくなることが期待できる。

シリーズ 二次資料の使い方

電子ジャーナル文献へのアクセス方法

最近、特に電子ジャーナル資料が多くなり、その情報も多岐に亘り、文献そのものを探しても見つかった文献が有料であったり、無料であったり複雑になっています。今回は、電子ジャーナル等の文献への主なアクセス方法についてご紹介します。

主なアクセス方法は次のとおりです。

1. 図書館の蔵書検索 (OPAC) をみる
2. 図書館のホームページの電子ジャーナルリストから探す
3. 各データベースの検索結果からリンクをたどる方法
4. 雑誌出版社のホームページから探す
5. オープンアクセスや機関リポジトリなどのリンク集をみる
6. Google などの検索エンジンを使ってみる

図書館の蔵書検索 (OPAC) をみる

図書館のホームページの電子ジャーナルリストから探す

リンクにあるジャーナルは

図書館購入のため無料

図書館で契約している電子ジャーナル Science Direct (Elsevier)全誌

Nature Group, Science, ProQuest 収載誌 など

例) 「Nature medicine」の雑誌に載っている論文を探す

図1



図書館ホームページの蔵書検索からアクセス

図書館で電子ジャーナルを購入しているのか、いないのか検索してみる

(図1)

図書館の電子ジャーナルリストからアクセス

ジャーナルのアルファベット順リストから雑誌を選択 (図2)



図2

**PubMed, Web of Science, EBM などデータベース
の検索結果からのリンク**

購入のものと同契約外のものがある
ため有料と無料のものがある。また
契約に関わらずフリーのものもある。

キーワードによる検索結果の画面から……Pubmed 検索結果から (図3)

図書館購入の電子ジャーナルはそのまま全文が閲覧可能

ここをクリック

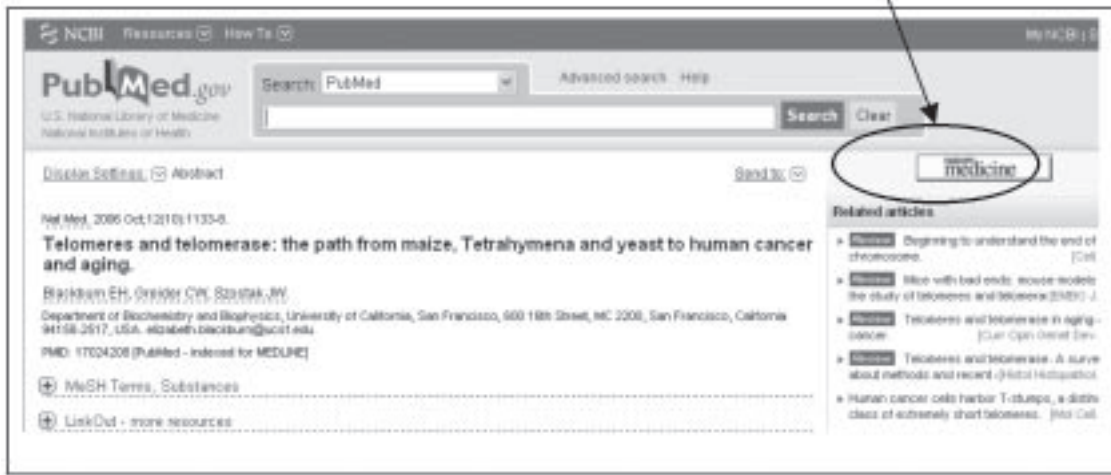
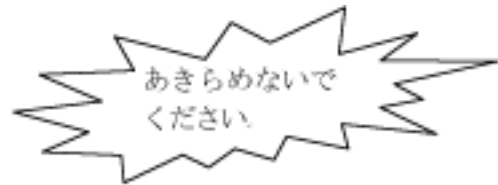


図3

出版社が提供するものと異なり、PubMed Central, HighWire Press のようにあらかじめ機関が作成している
フリーの電子ジャーナルは、最新のものから発行1年後閲覧が可能

- 蔵書検索にない
- 電子ジャーナルリストにない
- PubMed にない . . . でも



**出版社のホームページから雑誌のArchive Issue
をたどる**

有料な雑誌でも、場合によっては無料の
文献もある

もともと契約外の有料な雑誌でも、一定期間が過ぎると無料提供される場合があります。

例) 「Journal of American Geriatrics Society」は購入雑誌ではないが2008年のものは閲覧可能 (図4)

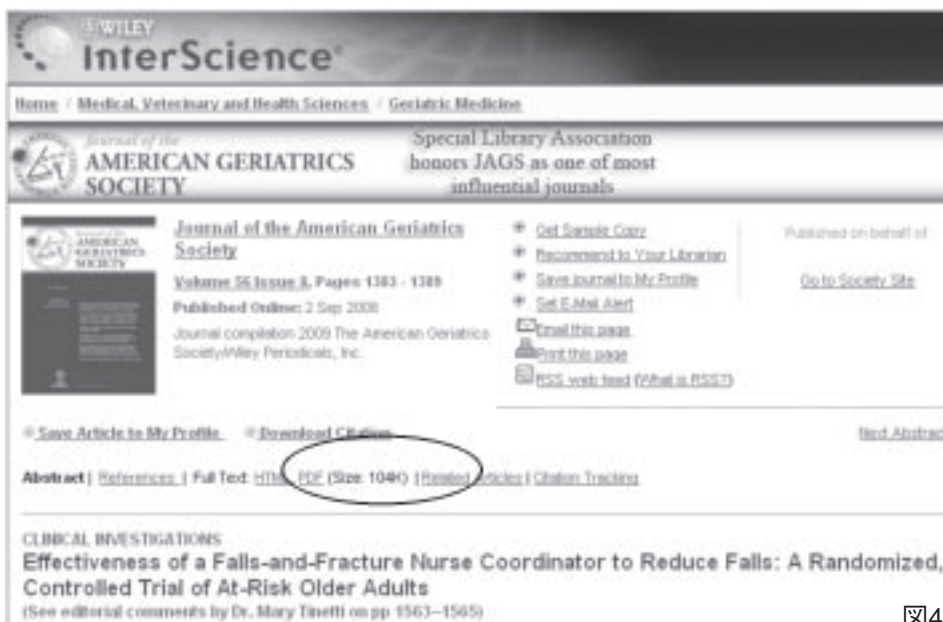


図4

オープンアクセスや機関リポジトリなどのコンテンツを
みる

すべてが無料閲覧可能
収録数が増えている

主なオープンアクセスとリポジトリのサイト

- Free Medical Journals <http://www.freemedicaljournals.com/>
約 1400 タイトルが収録
- HighWire Press <http://highwire.stanford.edu/>
約 1300 タイトルが収録 スタンフォード大学図書館が作成提供
- PubMed Central <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/>
約 800 タイトル収録
U.S. National Institutes of Health (NIH) が作成提供
- BioMed Central <http://www.biomedcentral.com/>
約 200 タイトル収録 BioMed Central 社提供
- DOAJ Directry of Open Access Jouranls <http://www.doaj.org/>
約 4400 タイトルが収録 医学のほか全分野にわたる
- PLoS Public Library of Science <http://www.plos.org/>
PloS biology をはじめ7タイトル発行
- 世界のリポジトリ <http://roar.eprints.org/index.php>

Google などの検索エンジンを使ってみる

全文にたどりつけば Good

論文のタイトルそのものを Google に入力して検索すると、文献そのものにたどりつくことができる場合があります。

PubMed では abstract で終わってしまった文献が、Google で論題を検索するとヒットし、文献がそのまま表示される場合があります。

例) Polarization of tumor-associated neutrophil phenotype by TGF-beta: "N1" versus "N2" TAN Cancer Cell
16 巻 3 号 September 2009 p183-194

上記の論文のタイトルをそのまま Google に入力した検索結果 (図 5)

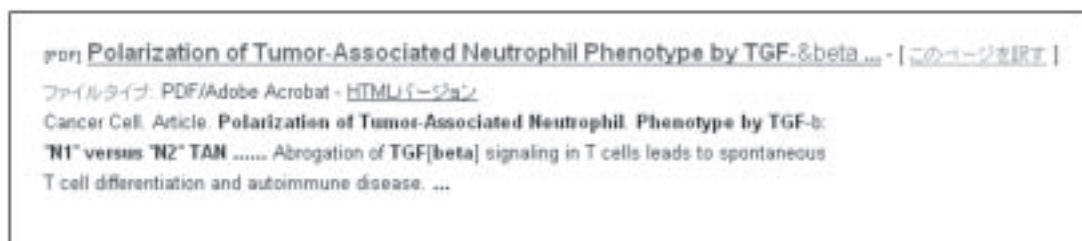


図5

このように検索エンジンを使うと、購入雑誌やPubMedにリンクがなくても著者の所属する機関のリポジトリなどに誘導され、文献にたどりつける場合があります。

検索から容易に文献に辿り着けるリンクリゾルバの導入も望まれますが、文献へのアクセスは上記のようにいろいろな方法があるのでアプローチしてみてください。

(情報サービス係)

【2010年外国雑誌・電子ジャーナルの購読予定について】

「大学全体として教育研究のため附属図書館が備えるべき基本となる学術雑誌」についてアンケート調査に基づき検討を行い、選定しましたのでお知らせします。

電子ジャーナルパッケージ

ScienceDirect (Elsevier社 約2,040タイトル)

ProQuest Health and Medical Complete (医学・看護分野 約1,100タイトル)

冊子体

The American journal of clinical nutrition

American journal of epidemiology

American journal of pathology

American journal of physiology

The American journal of psychiatry

American journal of public health

American journal of respiratory and critical care medicine

Analytical chemistry

Annals of internal medicine

Annals of the rheumatic diseases

Archives of general psychiatry

Archives of internal medicine

Archives of neurology

Blood : journal of hematology

BMJ : British medical journal

Brain : a journal of neurology

Cardiovascular research

Cell

Cerebral cortex

Diabetes : journal of the American Diabetes Association

Diabetes care

Endocrine reviews

Endocrinology

Epidemiologic reviews

European heart journal : journal of the European Society of Cardiology

The FASEB journal : official publication of the Federation of American Societies for Experimental Biology

Genes & development

Genome research

Gut

Human molecular genetics

JAMA : the journal of the American Medical Association

Journal of bone and mineral research : the official journal of the American Society for Bone and Mineral Research

The Journal of clinical endocrinology & metabolism

The journal of clinical investigation

Journal of clinical oncology : official journal of the American Society of Clinical Oncology

Journal of experimental medicine

Journal of immunology

Journal of infectious diseases

The Journal of neuroscience : the official journal of the Society for Neuroscience

The Journal of the American Society of Nephrology

Journal of the National Cancer Institute

Journal of virology

Microbiology and molecular biology reviews : MMBR

Molecular and cellular biology

Molecular endocrinology

New England journal of medicine

Nucleic acids research

Pharmacological reviews
 Physiological reviews
 Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America
 Psychological review
 Radiology : a monthly journal devoted to clinical radiology and allied sciences
 Thorax

電子ジャーナル (Cell Press)

American journal of human genetics
 Cancer Cell
 Cell Metabolism
 Chemistry & Biology
 Current biology
 Developmental Cell
 Immunity
 Molecular cell
 Neuron
 Structure

電子ジャーナル (Wiley, その他)

Annals of neurology
 Arthritis & rheumatism
 Cancer
 European journal of immunology
 Hepatology
 Immunological reviews
 International journal of nursing practice
 International nursing review
 Journal of advanced nursing
 Journal of clinical nursing
 Journal of neurochemistry
 Journal of pathology
 The Journal of physiology
 Journal of thrombosis and haemostasis
 Nursing in critical care
 Obesity reviews
 Stem cells
 Cancer research
 Clinical cancer research
 Development
 Diabetologia
 The journal of biological chemistry
 The journal of cell biology
 Journal of cell science
 Molecular biology of the cell

電子ジャーナル (Lippincott Williams & Wilkins)

Annals of surgery
 Arteriosclerosis, Thrombosis, and Vascular Biology
 Cancer Nursing
 Circulation
 Circulation Research
 Critical Care Medicine
 Hypertension
 Neurology
 Nursing Research
 Stroke

電子ジャーナル (Nature)

British Journal of Cancer
 Clinical Pharmacology & Therapeutics
 EMBO Set
 Journal of Cerebral Blood Flow & Metabolism
 Journal of Investigative Dermatology
 Kidney International
 Molecular Psychiatry
 Nature
 Nature Biotechnology
 Nature Cell Biology
 Nature Genetics
 Nature Immunology
 Nature Medicine
 Nature Neuroscience
 Nature Reviews Cancer
 Nature Reviews Drug Discovery
 Nature Reviews Genetics
 Nature Reviews Immunology
 Nature Reviews Microbiology
 Nature Reviews Molecular Cell Biology
 Nature Reviews Neuroscience
 Nature Structural & Molecular Biology

電子ジャーナル (AAAS)

Science

本学教員著作寄贈図書 (受入順、敬称略)

平成21年度に本学教員から寄贈のあった図書は次のとおりです。
ご寄贈ありがとうございました。

- 2009年4月～11月
1. 『The Pragmatics of Modals in Shakespeare』
著者：中安 美奈子
出版社：Peter Lang
寄贈者：総合人間科学講座（英語）中安 美奈子
 2. 『動脈硬化／血栓性疾患ハンドブック』
著者：後藤 信哉編；浦野 哲盟共著
出版社：医歯薬出版
寄贈者：生理学第二講座 浦野 哲盟

☆ 著作物をご寄贈ください。

先生方におかれましては自著作物等を出版されました際にはぜひ図書館にご寄贈ください。
広く利用させていただきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

おすすめ図書 平成21年度学生用推薦図書リストより紹介

クマムシ?! — 小さな怪物 — 鈴木 忠 著 (岩波科学ライブラリー)

乾燥すると樽型に変身！ 真空、高温、高圧、放射線にも耐え、レンジでチンしても平気？120年間水なしでも生き続ける？不死身伝説の正体は・・・それは体長1mm以下の微小な生物・クマムシ。分類学上、緩歩動物門の中に位置づけられるらしい。本書はクマムシについて日本語で書かれた一般向けの初めての本である。

著者は以前、本学で糖脂質に関する研究に従事されていたとのこと。クマムシって何に始まり、乾眠クマムシの宇宙空間での研究構想まで、生物研究の楽しさを教えてくれる。まったくの文系人である私でさえ懐かしい顕微鏡を入手し、クマムシと会ってみたいと思うのですから、皆様、勉学・研究の合間にいかがでしょうか。

視聴覚室を改修しました

より効率的に、より多くの方に活用していただくために以下のことにご協力ください。

1. 視聴覚機器を利用される方を最優先。（貸切）
※ 騒音防止のため利用時はドアを閉める。
※ 事前に予約申し込みが必要。
2. 上記時間以外いつでもどなたでも利用可能。
個人またはグループでどうぞ。
※ 常時ドアは閉めない。
3. お互い譲り合いの精神で、気持ちよく。
※ 必要以上のスペースを確保しない。
※ 荷物をおいたまま空席にしない。

施設設備： { 50インチ大型プラズマディスプレイ
(パソコン接続可能)
ブルーレイ対応DVDレコーダー
VHSビデオ
無線LAN

