

# Shiga Health Report

からだ & こころ の相談は保健管理センターへ

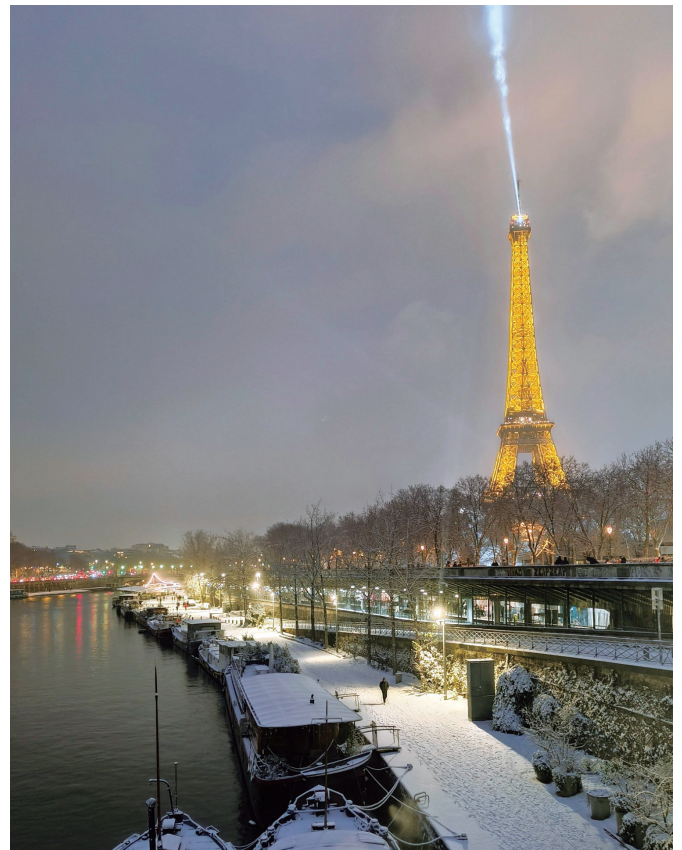
## パリ大学滞在記

滋賀大学保健管理センター 教授 久保田泰考

お陰様で気がつけば滋賀大学保健管理センター勤務も20年を越えまして…「やるなら今しかねえ」とばかりに昨年10月よりサバティカル期間をいただき、フランス共和国はパリ・シテ大学の精神分析・医学・社会研究センターに招聘教授として滞在する機会を得ました。現在は精神分析のトレーニングを受けながら、研究会に出たり、院生さんの博論審査会をのぞいたり、はたまた病院での症例プレゼンテーションに参加したりと、意外と(?)忙しい日々を送っています。この年末年始はドカ雪でどうなることかと思いましたが、その後は一転して日本より暖かい陽気が珍しく続いている今日この頃です(写真1)。

さて、滞在先のセンターの名前にもある、「精神分析」とはどんなものなのでしょう。フロイトというウイーンで開業していた脳神経内科医が始めた、こころの治療の技法なのですよね、と答えられた方は、いい線を行ってます。はて、ユングや、少し前にある精神科医が書いた紹介本がベストセラーになったアドラーとは違うのだけ(2人ともフロイトの弟子でした)、いやあれはもう古くて、今は認知行動療法と脳科学の時代ではないのか(その割に全世界的にうつ病患者さんは増えるばかりですが)、などなど連想は取り止めもなく広がります。話をシンプルにすれば、それは「自由連想」という手順を用いた実践なのだ、ということになります。わたしたちが知らないと思っていたはずのところで、あれ実は知っていたんじゃないか、と気づくようなこと—無意識—を精神分析は探究します。その際に「ここに浮かんだことをそのまま話してください」という手順、まさにただそれにしか頼らないという点で、精神分析はその他多くの実践、「科学的」な認知行動療法から催眠療法、占いに至るまでのそれとは明瞭に区別されます。

催眠、精神分析、無意識…というと怪しげに聞こえるなと眉をひそめる方もあるかもしれませんが、わたしたちの社会には、どこの国でもそれぞれ古くから、無意識—知らないはずなのに知っているような知—について接近しよう



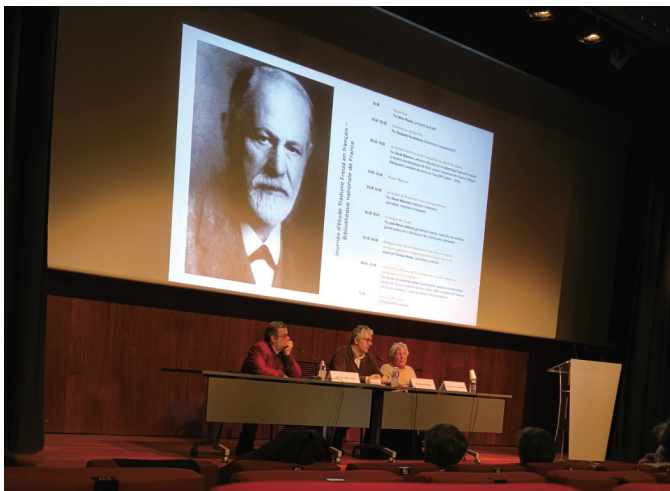
(写真1)

とする実践が根付いていました。宗教的な伝統にもそれは含まれますし、もっと民俗学的な伝承でも、夢枕にご先祖様が立ってお告げをしたとか、修行僧が山の中でカミ(仏でなくて)に出会ったとか、様々に語られてきたわけです。あるいは高い壺を買えば救われるという「マコトのお母様」の唱えるカルトは、我が国最初の女性総理をはじめ、政治家のセンス一方にも大人気であることはお隣の国の公判資料からバレてしまいましたから、やはり「無意識と社会」について、改めて研究を行うことは重要だということになりましょうか。



(写真2)

場所はセーヌ川沿いのパリ6区の外れにあるフランソワ・ミッテラン図書館というたいそう立派なところですよ(写真2)。観光ガイドなどで見る航空写真では、超モダンな格好のいい建築ですが、現地に行ってみると、広大な敷地の四隅に本を開いて立てた様子に見立てたガラス張りのビルがそそり立ち、しかし図書室本体はビルに囲まれた半地下の日本風庭園のそのまた地下にあるという、何考えてこんなもん建てたんだと呆れるような設計になっています。地下鉄の駅から入口にたどり着くまでが遠すぎて、すっかり疲れ切ってしまいましたが、ようやくたどり着いた会場はこんな様子でした(写真3)。



(写真3)

講演会のテーマは、フランスでのフロイトの著作の翻訳100年を振り返る、というものでありました(<https://www.bnf.fr/fr/agenda/traduire-freud-en-francais>)。日本人のわたしからすると意外でしたが、フランス人にとってやはり外国語としてのドイツ語は難しい言葉であり、苦労は尽きないのだが、もちろん繰り返し読むことによる価値もまた尽きないといった議論がなされ

そういう物騒なことになりそうな話はいいからもっとバリの話をしろという声が聞こえてきそうですので、話題を変えましょう。ちょうど先週末は講演会があるよと、受け入れ先大学の名誉教授の先生から聞いて、のこのこ出掛けてきました。会

ていました。著名なドイツ文学者ジャン＝ピエール・ルフェーブルが、ヘルダーリン、ヘーゲル、マルクスらの著作の翻訳に続いてフロイトの翻訳に取り組むことになった経緯を話されたり、精神分析の歴史研究でも著名な精神分析家エリザベート・ルディネスコが、フランス精神分析が占領下でナチスに接近せずに済んだのは、ナポレオンの血を引くフランス最初の女性精神分析家マリー・ボナパルトによる判断が大きいのではないか、と指摘されたことなどが印象に残ります。

ご存知のとおり、「たゆたえども沈まず Fluctuat nec mergitur」というのが戦乱を生き抜いてきたパリの標語であります。さて今日の世界情勢をふりかえれば、すぐにも、いやもう既に第三次世界大戦突入ではないかとささやかれ、イスラエルは暴走したまんま、グリーンランド侵襲か、イラン空爆かともう勘弁してくださいという話ばかり、いい加減にしたらのウクライナ支援では、我が国だけでなくヨーロッパ諸国もすっかり金欠で、こっそりロシアから石油買ってたのがトランプ親分にバレてと踏んだり蹴ったり状況ですが…きつとどこかの誰かさんが兵器売って儲ける限り戦争は続くのでしょし、人類の歴史が教えるところの愚かさ加減は、いつも変わらずわたしたちの未来を形作ることになるのでしょ。もちろん逃げる先があれば、特にお若い皆さんは日本以外にでも逃げるべきだと思いますが、まあしかし実際、もはや起きるべきことを見とどけるしかないのかもしれない。

最後にフロイトの印象深いエピソードを紹介したいと思います。

"Si fractus illabatur orbis, impavidum ferient ruinae."

もし天が粉碎されて落ちてきたら、その破片が恐れを知らぬ者を打ちのめすだろう (ホラティウスOdes, Book 3, Ode 3, lines 7-8)

『これは"何が起ころうと受け入れよう"という意味です。或いは俗な言い方をすれば、"辛くても頑張ろうぜ"ということでしょうか』

Diary of my analysis with Sigmund Freud, Smiley Blanton, 1971

フロイトは、精神分析を受けるためにわざわざ訪ねてきた若いアメリカ人の精神科医に、ホラティウスを引用してそう語ったのですが、それは最後までウィーンで診療を続けた彼が、ガス室送りになる寸前に間髪ナポレオンの手配でロンドンへ亡命する、その直前のことでした。

# 保健管理センターとはこんなところ

## 健康診断

定期及び臨時の健康診断を実施し、健康管理上問題があると思われる場合には、精密検査を指示し、異常の早期発見、疾病に対する適切な治療の指導を行います。また、必要に応じて、他の医療機関へ紹介します。

- ① 定期健康診断：全学生を対象に実施（4月）
- ② 特殊健康診断：化学薬品を取り扱っている者に実施（4月・10月）
- ③ 臨時健康診断：駅伝・マラソン大会の前や運動部の対外試合前の健診
- ④ 留学生特別健康診断：全外国人留学生を対象に実施（10月）

## 応急処置

けがや頭痛、腹痛、発熱などに対して応急処置を行います。

また、気分の悪いときなどに休養するベッドもあります。

## からだの相談

専任医師及び学校医（内科、精神科、整形外科）が相談に応じています。からだに異常を感じたり不安を感じたりした場合には、助言・指導を行い、正しい判断をして適切な治療が受けられるように援助します。又、必要な時は医療機関へ紹介します。→ [次ページ参照](#)

## こころの相談

精神科医や臨床心理士がカウンセリングを行っています。相談内容については、秘密が堅く守られますので、どんな相談でも一人で悩まずに気軽に連絡してください。家族・友人・指導教員からの相談にも応じています。

相談は原則として予約制です。

→ [次ページ参照](#)

## 健康推進活動

- ◆ 滋賀大学健康セミナー（一般の方も対象に講演会を企画しています）
- ◆ 保健管理センターのホームページに掲載
  - 「健康な大学生活をおくるために」（新入生のための健康アドバイス本）
  - SHR（春と秋に発行）
  - SHRmini（その時々の特トピックスや知ってほしい情報を不定期でお知らせします）
  - 感染症ハンドブック
  - マンガでわかる！大学生のVPDブック
- ◆ リーフレット（保健管理センターに設置しています）
  - 禁煙の日オフィシャルブックレット 等

## 測定できる項目

★自己測定可能

- ★身長 ★体重 ★握力
- ★体組成（脂肪量・筋肉量など）
- ★体温 ★血圧 ★視力
- ★血中酸素飽和度
- ★簡易貧血検査（ヘモグロビン推定値）
- 血糖値 ●心電図
- 尿（蛋白・糖・潜血）
- 超音波画像診断装置

## 健康診断結果報告書発行

健康診断の結果は、証明書自動発行機または証明書発行サービスから「健康診断結果報告書」で確認できるので、必ず受け取って下さい。結果についての相談は保健管理センターで受けられます。

## 健康診断証明書発行

就職・進学・奨学金の申請等に必要「健康診断証明書」は定期健康診断を全項目受けた者のみ5月上旬より証明書自動発行機または証明書発行サービスで受領できます。発行されない時は再検査が必要なので保健管理センターで確認してください。

## その他

- アルコール体質パッチテスト（春学期）
- 胸骨圧迫体験（春学期）
- 貧血検診（10月）
- クラフト会（6・12月）



## こころの病気とは？

大学生の皆さんの年代は、様々なこころの病気がはじまりやすい時期でもあります。こうした病気は、体の病気がいろいろな器官の不調によって起こると同じように、主に脳という極めて複雑な器官の働きのバランスが崩れることによって生じますが、早い時期に治療を受けることで、バランスの崩れを改善することができます。

具体的には、うつ病に対して抗うつ剤を用いるように、薬物治療が一つの選択となります。精神科の薬と言うと、「怖い」と心配をされるかもしれませんが、実際は、抗うつ剤や精神安定剤には、脳の神経細胞が本来持っている働きを強めるか弱めるかのどちらかの作用しかありません。従って、お薬によって何か新しい作用が脳に加わるわけではありませんし、自分の考えが変えられてしまうということもありません。

保健管理センターでは、こうした病気の予防や治療についての精神保健相談を行っています。最近良く眠れない、やる気がでない、授業中に不安で息苦しくなる、食事量のコントロールがうまくいかない、等の相談に対して、適切な医学的判断を行い、治療へとつなげていきます。ご自分のこと以外でも、ご家族や親友の問題についても相談を受け付けます。プライバシーは完全に守られますので、どうぞ安心して相談してください。

## カウンセリングとは？

「カウンセリング」の最もシンプルな定義は、「ある人の話を聴くことで、別の人を助けること」です。とすれば、友達や恋人同士、家族の間でもカウンセリングが成り立ちそうですね。実際、友達に悩みを相談して気持ちになることもあるでしょう。しかし、カウンセラーに話を聞いてもらうことで、はるかに安全でスピーディーに解決を見つけられることも多いのです。カウンセラーは、あなたの秘密を完全に守ってくれます。またカウンセラーと一緒に考えることで客観的で、ニュートラルな判断を下すことが出来ます。もしあなたの抱える悩みが深刻であれば、相談を受けたあなたの親友も同じように悩み、苦しむかもしれませんし、時にはあなたの秘密をまた別のの人に打ち明けてしまうかもしれません。カウンセラーはあなたの話を冷静に聴き、プロフェッショナルな対応を行います。カウンセラーは決してあなたに解決の無理強いをしませんし、あくまで自分のペースで、納得のいく解決を見つけることが出来るように、あなたを援助します。

保健管理センター カウンセリング室では、随時相談を受け付けます。相談内容は、あなたが相談してみたいと思うことであれば、どんなことでも構いません。電話での予約も可能です。

## ♡ からだ & こころの相談は保健管理センターへ

### 予約時にお知らせいただく内容

#### ◆学籍番号・お名前・希望日時

こころの相談の場合:カウンセラーの性別(男性/女性)・実施方法(対面/Zoom)の希望も併せてお知らせください。

	からだの相談	こころの相談
<b>彦根キャンパス</b> <b>保健管理センター</b> ☎ 0749-27-1024 ✉ hoken@biwako.shiga-u.ac.jp	山本医師(内科)…………… 毎週火・木 高村医師(整形外科)…………… 第1金	久保田医師(精神科)… オンラインのみ 橋本カウンセラー…………… 毎週火・金 <small>さいみょうじ</small> 齋明寺カウンセラー…………… 毎週木
<b>大津キャンパス</b> <b>保健管理センター分室</b> ☎ 077-537-7709 ✉ hoken@edu.shiga-u.ac.jp	山本医師(内科)…………… 毎週月・水 北村医師(整形外科)…………… 第1・3金	久保田医師(精神科)… オンラインのみ 橋本カウンセラー…………… 毎週水 <small>いわき</small> 岩城カウンセラー…………… 毎週木

上記の相談日は都合により変更されることがあります。カウンセラーの性別・希望日時・実施方法は、ご希望に添えない場合もございます。ご了承ください。相談内容によっては、インクルーシブ学生支援室に紹介します。