

随 筆

「私の最近の読書歴」

岡江 俊治

私の毎日の楽しみの一つは読書である。書物の選択は職業上必要なものを含めても自分の知的レベルを露わにすることになるが、今回、恥を忍んでご紹介させていただき、若干の所感を添えさせていただく。

現時点でどんな本を読んでいるかをリストアップしてみた。手元にあるのが「EZR でやさしく学ぶ統計学」、「統計処理に使う Excel 2007 活用法」、「エクセル超便利技 - 厳選テクニック 115 連発」である。近々発表する学会の演題においてデータの解析に利用している。少し前に購入したのが「医学統計の基礎のキソ 1, 2, 3」、「医学統計が身につくドリル」、「対話で分かるマルコフ過程と確率統計」等。これらも山積みにして泥縄式に勉強しているところである。医学統計については、30年近く前、まだ大学医局に在籍していた頃、ある悪性腫瘍の放射線治療成績を学会発表した際に少し勉強した程度であり、以後は簡単な市販の統計ソフトを利用し、あるいは医学統計の専門家に丸投げしていたのが実情である。ところが、そういった不勉強が祟って統計を駆使した抗癌剤の治療成績等の講演を聴いても十分に理解できなくなってしまった。質問もできない。今や各学会が編集する診療ガイドラインは EBM(Evidenced-based medicine)に則っており、統計の理解が大前提となっている。そのような事情が動機となって、とにかく基礎から習得しようという意欲が湧いてきた。まさに「鉄は熱いうちに打て」の心境となったのである。

次に挙げられるのは日常診療に関する本である。ざっと並べると「救急レジデントマニュアル」、「肩関節の MRI」、「新胸部画像診断の勘ドコロ」、「Radiology Review Manual」、「所見からせまる脳 MRI」、「臨床放射線腫瘍学」、「放射線治療計画ガイドライン」、「代表的照射野と CT 上のターゲット」となる。放射線科医であるのに「救急レジデントマニュアル」は不思議に思われるかもしれない。当院では毎週 1 回、研修医の救急症例に関する検討会が開催されており、毎週出席しているのが縁で、救急医学のエッセンスだけでも目にふれようと思い、購入したわけである。診断基準と共に、手技、治療薬が記載されているだけなので、疾患や症候群の本質的理解にはならないが、何回か見ているうちに、少

しずつ覚えられるので、それが楽しみとなっている。しかし、いざ救急の場で診療を実践できるかは心もとないが…。「肩関節のMRI」には、私の昔からの趣味である野球の投球理論がイラスト入りで詳細に記載されている。肩から指先の関節運動については、まさに目からうろこが落ちる内容である。その部分は繰り返し読んで楽しんでいる。プロ野球の元投手やピッチングコーチが著者となっている「投球に関する技術書」を何冊か愛読書にしているが、今後その中に含めたいと思っている。他の医学書は知識の確認のつもりであったのが、新しい知見であったり、一度読んだ内容でもすっかり忘れていたり、読むたびに脳への刺激となっている。あまりにも知らないことが多すぎて暗澹たる気持ちになることもある。当たりまえのことだが、必要な知識は繰り返し読んで頭に叩き込むようにするのが学問の王道なのだろう。1回読んだだけで記憶するのは確かに素晴らしいし、最高に効率的な勉強法であろう。しかし、逆にそのような頭脳の持ち主は楽しくなる内容だけでなく、つらい記憶もたえず思い浮かぶために、憂鬱な気分になるのではないだろうか。天才について書かれた本の中に、天才と称えられた人に、抜群の記憶力により過去のつらい思い出が常に目に浮かぶため、うつ病になり短命に終わったという話があった。自分にも、大学受験時代に、必死に暗記を繰り返した時、失敗した記憶がたえず頭に浮かんで苦しかったことがある。ただし、天才とは違って、しばらくするときれいさっぱり忘れてしまったので、うつ状態にならずに済んだ。

超速「7回読み勉強法」というサブタイトルで若手弁護士が書いた自己啓発書がある。書店の店頭でパラパラと斜め読みした限りでは、とても自分にはまねできないと思われた。いくら高速とはいえ、7回繰り返して読むのには相当な根気がいるのではないだろうか。以前に、画像診断の総論が書かれた本のある部分を5回繰り返して読んだが、1カ月後に見直すとすっかり忘れており、がっかりした経験がある。最近では忘れることを悲観せず、すぐに読み直すようにしている。そのように心がけたほうが記憶にも残りやすいことがわかった。

洋書について自分の貧弱な読書歴を披露したい。実は今もって北米放射線学会の会員になっている。学会誌である「Radiology」と「RadioGraphics」が毎月郵送されてくる（ときどき遅配となって2カ月分まとめて郵送されることあり）。ところが、本邦の学会と比較して相当高い会費でありながら、これらの学会誌をじっくりと読むことはほとんどなくなった。せいぜい目次を見て興味のあるものだけを拾い読みする程度となっている。無駄な投資をしているといえる。来年からは廉価な電子版に変更を考えている。他にも日医放からの「JAPANESE JOURNAL OF RADIOLOGY」と核医学会からの「Annals of

「Nuclear Medicine」が郵送されてくるが、これらについても同様である。言い訳として、日頃は放射線治療の業務が主となり、診断関係に割く時間がわずかになったためもある。学生時代は自由となる時間が多く、向学心が強かったこともあってのびのびと洋書に取り組んでいたような気がする。ギャングの生理学、ハーパーの生化学、トーレックの外科診断学、そしてクレンペラーの臨床診断学、等が思い浮かぶ。

最近の趣味の読書の分野はジョギング等の運動や歴史、そして語学関係などである。

自宅近くに公立図書館があるので、休日にはよく利用する。話題の新刊本（小説、政治、登山や旅行等）は多くの人が予約されるので、借りる順番がなかなか回ってこない。仕方なく古い蔵書を読むことになる。趣味の分野では、いろいろ揃っているので行くたびに借りてしまう。ただし語学書は眺めるだけが多い。最近ではイタリア語入門書を借りたが、結局これは少しかじるだけでも大変だなあと悟っただけで終わってしまった。ジョギングなどの運動関係では、上達法については著者の考えがさまざまであり、全く反対の事が書かれていることがある。例えば、走るには腹筋を鍛えるべきだ、あるいは反対に腹筋は使わないから鍛える必要はないというように。医学のように定説がないのがおもしろい。歴史関係は中学生の頃から中国史に興味があった。最近ではロシア、イスラム、ヨーロッパの戦争史に関心がある。

最後に現在の自分に勇気を与えてくれる本があったので、紹介したい。それはハインリヒ・シュリーマンというドイツ人の自叙伝である。数々の古代遺跡を発掘したことで有名であるが、同時に語学修得の天才でもあり、実に15ヶ国語をマスターしたと記している。例えば英語は3カ月、仏語は6カ月で通曉したとある。とにかく音読を反復する、母国語へ翻訳しない、習得中の言語で作文を心がける、等の語学修得のコツをつかんだからは、オランダ語、スペイン語、イタリア語、ポルトガル語、などをいずれも6週間以内で流暢に話し、また書くようになったと自信をもって述べている。実現できたら人生がもっと楽しくなるに違いない。この自伝をそれこそ繰り返し読んで方法論を身につけ、さらには自己流にアレンジして、外国語の修得を実践していきたいと思っている今日この頃である。

以上、拙い文章で私の最近の読書歴をご紹介しましたが、このへんで筆を置きます。

(安城更生病院 副院長 放射線科部長)