

〈退職記念〉

## 基礎科学紀要に寄せて － 感恩報謝 －

日本医科大学スポーツ科学教室  
武藤三千代

「光陰矢の如し」とはよくいったもので、1980年に日本医科大学保健体育学教室に就職してからもう43年も経ち、そしてこの春にいよいよ退職となります。実は日本医科大学と私の出会いはそれより少し前であり、私が体育系大学生の時でした。大学4年間の担任が日本医大の卒業生である宮島俊名先生でした。大変温和な先生であり、クラスコンパにもよく参加して下さり、やんちゃな学生の話もよく聞いてくださり何でも気さくに話せる先生でした。そして私は体育とともに養護教諭の免許をとるため、看護実習を当時日本医科大学付属第2病院（現武蔵小杉病院）で行いました。さらに、学生時代体操部だったので、日本医大の教職員運動会（当時新丸子校舎グラウンドにて開催）のアトラクションでは体操部一同でジャズ体操の実演披露もしました。このように学生時代から日本医大とは関わりがあったところ、宮島先生より日本医大保健体育学教室（現スポーツ科学教室）への就職を勧められ現在に至ったわけです。学生時代からも含めると人生の3分の2以上を日本医科大学とともに過ごしており、感無量です。今回退職に際しこの執筆の機会をいただきましたので、雑記で恐縮ですがいくつかの思い出を書かせていただきたく存じます。

思い出と言えば、やはり新丸子校舎となります。新丸子校舎はグラウンド、体育館、テニスコート4面、相撲場、弓道場、アーチェリー場、合宿所等々とにかく体育施設が充実していて、特に授業で使用していたグラウンド、体育館、テニスコートの管理は保健体育学教室が行っていたため、就職してすぐはグラウンド整備とテニスコート整備、体育館の管理に明け暮れていました。当時保健体育学教室は今では絶対あり得ないような封建的な社会であって、あの当時においては今のように「イクボス」が存在する世の中になるとはまったく考えられませんで

(2)

した。なので、甚だ不謹慎ではありますが、上司が定年退職された際の清々しさと開放感を今でもはっきりと覚えています。

新丸子校舎では私の研究室（学生曰く通称「武藤部屋」）は体育館にあったので、学生が部活の練習前や練習後などによく来ていろいろとたくさん話しをしました。恋愛と部活の話しがほとんどだったと思います。学生にとっては息抜きの日だったかもしれません。土曜日にも各部がほとんど練習に来ていたし、日曜日にも公式戦や練習試合等があったので、夏季休暇5日と年末年始休暇以外はほとんど毎日新丸子校舎に行っていました。

そんな中で一番の思い出（出来事）は、忘れもしない2005年11月、放課後私の研究室で当時ラグビー部の学生H君とラグビーについて熱く語っていたところ、突然頭部に異変を感じたのです。頭が締め付けられるような圧がかかったような感じでしたが、痛みも無く普通に歩けたので、もしそこでそのまま我慢しいつも通り車で帰宅したら、首都高速道路上で死んでいたと思います。しかし、何とも言えない危機感が湧いてきて、誰かの車ですぐ近くの第2病院へ行こうと考え、H君に「2階で練習しているバスケ部で車持ってる人呼んできて」と頼み、自分も体育館玄関に出たところ、たまたま当時研修医だったT君に出くわし、T君の車でH君とともに病院へ向かいました。病院に着き車椅子に乗せられ救急外来に向かう途中で吐き気がしてきたので、「絶対頭だ」と自覚するとともに、血圧が以上に高く、降圧剤をも吐き、そうこうするうちに頭部CT撮影しCT装置から横たわって出てきたところ、脳外の先生から「先生、クモ膜下出血です」と言われ、「私は死んでしまうの？」と絶望したことをよく覚えています。その後、翌日に意識が戻ったときには頭から管が何本も出ていて、呼吸装置や様々な医療装置が身体に付けられていましたが、「あ、生きてる」と実感しました。脳神経外科の高橋弘先生にオペをしていただき、今でもチタンクリップ2つが私の頭の中にはあります。脳神経外科の先生方始め他科の先生方、看護師さん、ST・PT・OTの皆さん、薬剤師さん、栄養士さん、事務の皆さん等々多くの方々の支えがあって病気を克服することが出来ました。そして毎日病室に顔を出してくれた研修医の方々、学生の皆さんが復帰の大きな励みになりました。さらに基礎科学の皆様が寄り添い励ましてくれ、確かな力となりました。命を救っていただき奇跡的に後遺症もなにもなく、こうして定年退職まで元氣バリバリにエアロビクスの授業ができたのは本当に日本医大の皆様のお陰です。本当に本当にありがとうございます。

さて、12月中旬には無事退院でき、リハビリも順調に進み、翌年4月からは完全復帰することができました。しかも、その4月より学生部副部長を仰せつかり、現在に至っております。当初は病み上がりで自分では大変不安な状況から始まりましたが、当時学生部長であった山本保博先生に励まされ、その後は清水一雄先生、大久保公裕先生、杉原仁先生、そして小川令先生と代々の学生部長の先生方に支えられ、17年間も学生部を務めることができました。学生部での思い出もたくさんあります。オリエンテーション旅行（後にガイダンス旅行）、全校校内体育大会、学内レガッタ、東医体、学園祭（丸子祭、医獣祭）などの学友会関係行事や父母会との懇親会等の楽しかったことや、一方で学生が問題を起こし謝罪に行ったこと等々様々です。常に学生と共に歩んできたように思います。

研究は、体育分野の中でも「体育測定評価」が私の専門領域であり、特に高齢者の体格・体力や運動効果についての研究はまだ日本が高齢者社会に突入する以前から始めていました。武蔵小杉の認知症センターでの活動を通して、川崎市中原区老人クラブ連合の依頼で毎年体力測定を実施したり、小杉1丁目町内会高齢者対象の体操教室等も新丸子校舎体育館で毎月2回行い、地域住民の皆さんとも活発に交流することができました。さらに、高齢者におけるラジオ体操の効果については永年にわたり調査研究を続けており、近年ではメディアや科学雑誌にも取り上げていただけました。また2000年からフィールドとしているカンボジアシムリアップにもほぼ毎年行き、現地の子供たちの体格・体力、生活習慣、健康状態等の調査も継続して行うことができました。しかし高齢者もカンボジアの子どもたちも昨今のコロナ禍で、体力測定を実施することが困難となってしまう、調査を継続できなくなってしまったことは大変無念です。

今でも新丸子校舎の風景が目には浮かびます。写真のように春になると桜が満開になり、福田池の畔でのお花見は最高でした。写真は東門を入ったところから体育館方面と体育館前から学生ホール方面を写したものです。新丸子時代はこの道を一日何往復もしたので、私の人生で一番歩いた（走った？）思い出の場所です。

基礎科学は2014年度から新丸子校舎から武蔵境校舎に移転し、1年生は日本獣医生命科学大学の学生と同じ敷地内で生活しており、合同で運動会や学園祭が行われ、学生にとっては多くの人と知り合うきっかけにもなるし大きな刺激になると思います。コロナ禍でここ3年間はいろいろな機会が減ってしまいましたが、今後に期待したいと思っております。

(4)

最後になりますが、皆様、本当に長い間お世話になりありがとうございました。感恩報謝の念でいっぱいです。日本医科大学そして基礎科学のますますのご発展を心よりお祈り申し上げます。

