

関東良陵だより

東北大学関東良陵同窓会 春季総会・懇親会のお知らせ

コロナ禍のために中止しておりました同窓会総会・懇親会を下記の通り今年是对面で開催いたします。

今回は、総会と女性医師部会を同時に開催いたします。そのため、総会に引き続いてお二人の講師に講演をお願いしております。金生由紀子先生(昭和59年卒)には発達障害についてお話しいただきます。発達障害が疑われる小学生は12人に一人はいるというところで、重要な社会的問題です。続いて、朝日新聞を含めた多くのメディアで睡眠に関して発信されている内山真先生(昭和55年卒)からは、健康と直結する睡眠のお話を伺います。お二人のご講演の抄録は次面でご紹介しております。

今回の総会のため、外国特派員協会(いわゆる外国人記者クラブ)の会場を用意しました。講演の後の懇親会のお食事では、外国人特派員が納得する味をお楽しみいただけます。実は、2019年7月6日に女性医師部会をこの会場で開催しております(写真)。この時は、29名の参加があり、グルメ揃いの女性医師の皆様にも楽しんでいただけた実績があります。同じ会場で2020年6月の総会・懇親会を開催する予定で準備を進めていましたが、コロナ禍により中止を余儀なくされました。今回は、3年ぶりのお約束を果たしたいと考えております。

懇親会では、お食事とお飲み物に加えて同窓の皆様との世代間の交流をお楽しみいただきたいと思っております。そのために、卒業年にこだわらず、すべての参加者に1分間のスピーチをお願いして懇親を深めたいと思います。

コロナに対する対策は十分にとりたいと考えて

おりますので、ぜひ多数の皆様とお会いできることを楽しみにしております。

東北大学良陵同窓会 関東連合会・会長

飯野 正光(昭和51年卒)



女性医師部会 2019年7月6日

総会・懇親会プログラム
期日：令和5年7月15日(土)
会場：外国特派員協会
千代田区丸の内3-2-3
丸の内二重橋ビル5階
電話：03-3211-3161
千代田線二重橋前駅B5
出口直結
受付開始：午後4時より
総会：午後4時30分
会長挨拶・事務局長報告など
特別講演：午後4時45分より
「発達障害」金生 由紀子先生(東京大学大学院医学系研究科・准教授)
「睡眠の常識と非常識」内山 真先生(東京足立病院・院長)
懇親会：午後6時15分開宴会費・・・1万円
出席申込：同封の振替用紙を用いて会費とともにお申込み下さい。
(年会費納入のお願い 令和5年度会費のご納入も第4面に記載要領にてお願いいたします。)

『特別公演』

睡眠の常識と非常識

東京足立病院院長 日本大学客員
教授 東邦大学客員教授 内山 真
(昭和55年卒)



近年、睡眠の重要性がしばしばメディアで取り上げられています。しかし、睡眠に関する情報には、不正確な解釈や連想に基づくものが多く含まれています。ここでは、睡眠の常識と非常識について取り上げてみます。

夜更かしが成長ホルモン分泌を低下させ、女性の肌荒れや子供の低身長を招くという話があります。皮膚の修復や身体の成長を促す成長ホルモンは睡眠前半の深いノンレム睡眠期に分泌されます。しかし、夜更かしがこの分泌を乱し、肌荒れや身長に影響するという根拠は薄く、肌の問題は加齢や紫外線暴露、身長は遺伝的素因に大きく影響されます。こうした「脅し」は、記事としては最も書きやすいとのことですね。

昔の人は、現代人と異なり牧歌的な暮らしの中でゆったりと眠っていたとしばしば語られます。しかし、昔の農村では、夜間に畑を荒らし、家畜を襲う動物から生活を守るため、ゆったり眠っていることが困難でした。眠って休息を

取るという考え方は産業革命後に日中の連続労働が課せられるようになって広まったことが最近の歴史学研究から明らかになってきています。昔の人の牧歌的暮らしというのは、現代人による想像の産物だということがわかります。

ナポリオンは3時間睡眠、アインシュタインは9時間睡眠など睡眠に関する伝説があります。短時間睡眠や長時間睡眠で成功したという人の本も多々あります。睡眠を短くしたら人生が充実する、長く寝ていた方が良い発想が得られると思う方がいるのかもしれない。しかし、これらは証拠を欠いた自慢話や説話です。睡眠時間と健康に関しては疫学研究が進んだので、認知症との関連を含め紹介します。

略歴	2020年 現職
1973年 神奈川県立光陵高校卒業	1992~1993年 へファタ神経学病院睡眠障害研究施設(ドイツ) 長期在外出張
1980年 東北大学医学部卒業、東京医科大学精神神経科	2001年度 「睡眠に関する保健指導マニュアル」 検討委員 幹事
1986年 東京都多摩老人医療センター(現多摩北部医療センター) 精神科	2013年度 厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針 2014」 検討委員会座長
1991年 国立精神・神経センター精神保健研究所精神生理室長・部長	2017~2021年 日本睡眠学会理事長
2006年 日本大学医学部精神医学系主任教授	

発達障害

東京大学大学院医学系研究科

こころの発達医学分野

金生 由紀子
(昭和59年卒)



漫画やドラマなどでも発達障害がしばしば取り上げられ、発達障害という言葉が一般に浸透してきましたが、思い描く像は人によって千差万別かと思えます。

発達障害者支援法では発達障害を「脳機能の障害であつてその症状が通常低年齢において発現するものと定義されています。法律の成り立ちから知的障害は含まれないのですが、国際的に使われる診断分類では知的障害も含めて神経発達症群としています。対人コミュニケーションの困難とこだわりや感覚の偏りが特徴的な自閉スペクトラム症(ASD)、不注意や多動性や衝動性が問題になる注意欠如・多動症(ADHD)、知的水準に比べて読む・書く・計算するという学習能力が著しく低い限局性学習症(SLD)が、代表的な発達障害です。

この3疾患に関するスクリーニング尺度を用いて通常学級の児童生徒を評価した文部科学省の調査では、8.8%が該当するとの結果でした。苦痛や生活の支障を来すと発達障害と診断されますが、その水準に達しないものの一定の傾向(発達特性)を持つ人はより多

数かもしれない。発達特性の良さを発揮して活躍している人もいれば、発達特性を誤解されて傷つきを重ねて不適応となっている人もいます。症状または発達特性の程度や年齢や知的水準、さらには家族や学校などの環境との関係の組み合わせによって、様々な状態を示す発達障害をどのように理解してどのように支援するのかが概要とお話しできればと思っております。

学歴	2002年(平成14年)4月 北里大学大学院医療系研究科医療人間科学群発達精神医学・助教授
1978年(昭和53年)3月 神奈川県立湘南高校卒業	2006年(平成18年)1月 東京大学医学部附属病院こころの発達診療部・特任助教授(2007年4月より特任准教授に名称変更)
1984年(昭和59年)3月 職歴	2010年(平成22年)4月 東京大学大学院医学系研究科こころの発達医学分野・准教授
1984年(昭和59年)6月 東京大学医学部附属病院精神神経科・医員(研修医)	2012年(平成24年)4月 東京大学医学部附属病院こころの発達診療部・部長を兼任
1991年(平成3年)4月 東京大学医学部附属病院精神神経科・助手	2022年(令和4年)1月 東京大学医学部附属病院子ども・AYA世代と家族こころのケアセンター・センター長を兼任 現在に至る
1999年(平成11年)11月 Yale Child Study Center・客員研究員	
2001年(平成13年)4月 東京都立北療育医療センター神経科・医員	

リレーエッセー第4回

国立がん研究センター研究所

吉田 健一
(平成17年卒)



同級生の今井光穂先生からご紹介いただきました吉田健一と申します。まずは、このような機会をいただきました飯野先生に感謝申し上げます。

私は東北大学を卒業後、東京築地の聖路加国際病院で研修を行いました。医学部5年生の時に小児科の血液腫瘍グループで臨床実習を行い、がんとう子どもたちの姿に感動し、また指導医の先生にも憧れて小児がんの医療に携わりたいと考え、東北大学の先輩である細谷亮太先生（昭和47年卒）が部長であり、小児がんのトータルケアで有名であった聖路加国際病院小児科を研修先を選びました。小児がんは7割以上の患者さんが治ると言われていま

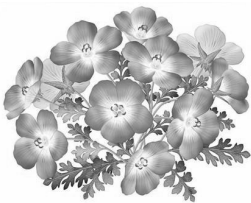
すが、実際の小児がんの診療ではまだまだ治らない症例も多いことを感じ、また、治療しても造血幹細胞移植など強い治療の副作用による晩期合併症も問題であることを痛感し、5年間の研修の後は大学院に進学してがんの研究を行うことにしました。2010年から指導教官の小川誠司先生のもと、当時はまだ研究利用が始まったばかりであった次世代シーケンサーを用いたゲノム解析に取り組み、骨髄異形成症候群におけるRNAスプライシング因子の遺伝子異常の同定などの成果をあげることができました。2018年にがんのゲノム解析で最先端の研究を行なっていたイギリスのケンブリッジ近郊にありますウェルカム・サンガー研究所に留学しました。留学先では正常肺（気管支上皮）細胞における遺伝子異常の研究を行い、喫煙による遺伝子変異の蓄積などを報告することができました。その後、イギリスではコロナ禍で研究することも難しい時期もありましたが、2022年3月に帰国し、現在の勤務先である国立がん研究センター研究所に赴任しました。

着任後は新たにがん進展研究分野を立ち上げ、がんや、がんを発症する以前の正常組織に蓄積しているゲノム異常を研究することで発がんのメカニズムを明らかにし、将来的にはがんの早期発見や予防、私の原点である小児が

んの予後改善に繋がりたいと考えております。また、新しく研究を始める人に研究の面白さを伝え、若い研究者を育てることもできればと考えております。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

略歴

2005年東北大学医学部医学科卒業後、2010年まで聖路加国際病院で初期研修医、小児科研修医。2014年、東京大学大学院医学系研究科博士課程卒業。2014年から京都大学腫瘍生物学講座、特定助教・助教。2018年から日本学術振興会海外特別研究員としてウェルカム・サンガー研究所（英国）に留学。2022年4月より国立がん研究センター研究所がん進展研究分野分野長。



関東長陵同窓会・

女性医師部会から
部会長 飯野 ゆき子

コロナパンデミックの3年間、皆様はどのようにお過ごしだったでしょうか。この間、多数の new normal が生まれ、ポストコロナ時代にも引き継がれてゆくことと思います。

さて女性医師部会は毎年7月第1週土曜日に定例会を開催しております。2019年の定例会は外国人記者クラブで開催し、29名の参加があり大変盛り上がり楽しい会でした。しかしこの3年間は開催を断念しておりました。今回は本同窓会総会が7月15日に開かれるため、総会と合同の定例会とさせていただきます。是非総会にご参加いただき、再び旧交を温めていただければ存じます。総会への多数のご参加を期待しております。また、関東長陵同窓会幹事に新たに2名の女性に加わりました。女性医師の同窓会でのさらなる活躍を期待しております。

仙台の思い出

大河内 信弘 (昭和53年卒)



私が東北大学医学部に入学したのは昭和47年、仙台駅は木造2階建ての大きな駅舎で、路面電車が長町から北仙台まで走っていた。デパートが丸光、藤崎、三越、十字屋と4店舗あり神奈川の田舎から出てきた私にはとても都会に思われた。

大学はというと、当時は昭和43年ころに始まった学生運動が下火になってはきていたが、授業料値上げ(10000円/月の授業が3倍)になるのを阻止することを目的に、川内では講義棟の封鎖がたびたび繰り返され、ヘルメットにゲバ棒を持った学生がうろうろしていた。大学構内が落ち着かないため当然入学式は行われなかった。このゲバ棒にヘルメット姿も1〜2年で消滅した。後に第二外科に入室すると当時棒を振って学生運動の闘士だった先輩が何人かいたが、すでに普通の医者になつていた。

当時の医学部の建物は大部分が木造

で、基礎系の実習は西側の木造校舎。臨床講義は東側の耳鼻科講堂であった。前年度の昭和46年度入学の学生が前述の授業料値上げに反対し試験ポイントをしたため、ほぼ全員が留年、我々昭和47年入学組は同級生が約180人での講義となり、講義に全員が出席すると講義室はぎゅうぎゅう詰りとなり解剖実習は4人で1体だった。そのため出席を取る授業でも代返はおとがめなしで約8割以上の学生は授業に出ず、クラブ活動、バイトやマーシャーンに情熱を注ぎ、試験前にはひたすらノートのコピーしていた。私も卒業できたのは快くコピーをさせてくれたK君のおかげといまでも感謝している。試験の際はすしづめの状態で受けるため見たくなくても、となりや前の学生の答案が見えるので試験をパスするのはさして難しくはなかった。今思うと各科の教授たちも次年度に留年者を出さないようにとかなり甘い採点だったと思う。通常の学年の2倍の同級生がいることもあり、卒業後は基礎の分野に進む人も多く、全国各地に様々な診療科に優秀な友人がいるので、患者の相談をするのにこれまで大変役に立った。

その後約20年間仙台で生活をしたが、仙台は街中に広瀬川が流れ、海に近く、冬は泉ヶ岳で手軽にスキーができ、日帰りで蔵王にも行けるといふ周りを自然に囲まれた田舎の大会社?

とても暮らしやすかった。また北山には禅宗のお寺が並んでいて、時間ができると家族とよく散歩をした。近年では星陵地区も再開発が進み、国立大学では最も多い病床数を持つ附属病院がたち、木造校舎はすべてなくなり星陵地区は全く昔の影は無くなつてしまった。東南の門柱だけなのは少し残念だが、東北大学医学部の更なる発展を期待したい。

略歴

昭和53年卒業

卒後～平成14年まで
東北大学第二外科

平成14年～30年まで
筑波大学消化器外科教授

平成30年～
水戸中央病院院長



東北大学良陵同窓会
関東連合会 東京支部

〒121-0831
東京都足立区舎人 3-11-26
株式会社 同窓会事務局
TEL: 0120-10-9899 (内線 172)
FAX: 0120-10-9184

※本年度(令和5年度)
年会費5千円・総会費
お一人1万円を同封の振
替用紙により、ご納入を
お願い致します。