

Special Essay

図書館とのかかわり

—図書館のおかげで医師になることができた?—

久留米大学医学部精神神経科
内村 直尚

小学校の頃は図書館で休み時間に本を読んだり、借りて家で読んだりしていた。また、医師になってからは症例報告や研究のために図書館へ行き、文献を暗い書庫で探していたが、今はインターネットの普及などにより図書館で文献検索することもなくなった。

ところで、私が図書館とのかかわりで一番思い出に残るのは“勉強の場”としてである。小・中学校の頃は、恥ずかしいことだが家庭学習はほとんどしたことがなかった。ところが高校に入学するとそういうわけにはいかなかった。勉強しないと試験に不合格となり、留年してしまうのである。しかし、私は勉強が嫌いであり、なまけものであり、意志が弱い。そのため自宅で勉強が長続きせず困ってしまった。ある時、友人と一緒に勉強しようと高校の図書館に誘ってくれた。静かな雰囲気の中で皆が勉強に励んでいる姿を見ると、これが刺激となって勉強をすることが出来た。この時から図書館という枠がついた環境の中でのみ自己学習できるようになった。試験前になると授業終了後は高校の図書館へ、休日は久留米市の図書館へ行き勉強し、何とか卒業出来た。大学に入ってからと同様に試験前になると大学の図書館、休日は久留米市の図書館だけでなく、福岡、鳥栖、小郡など渡り歩きながら学習させてもらった。自宅では全くやる気が起きず集中出来ないのである。

国家試験前も卒業試験終了後3ヶ月間、授業はなく自宅で勉強しなくてはいけなかった。当時は、現在のように学習出来る部屋を大学が用意してくれないため、当然のように平日は大学の図書館、休日は久留米市の図書館へ通った。図書館へ行く場合は朝早く行かないと席がとれない。そのため休日も朝早く起きなくてはいけないし、図書館で眠くならないためには夜は早く寝ないといけない。すなわち、規則正しい朝型の生活リズムとなり、午前中が最も集中力が増し能率も上がるようになった。今でこそ睡眠研究を専門として「生活リズムを制するものが国試を制する」など偉そうなことを言っているが、当時はそのような知識は全くなく、図書館でしか勉強出来なかったから自然に朝型となり規則正しい生活リズムを獲得することが出来たのである。いわゆる「ひょうたんから駒」というやつである。

少しオーバーに言えば私は図書館のおかげで医師になることが出来、今があるとも言えるのである。図書館には大変感謝しているし、これからも利用させて頂きたい。

