

日本ディサースリア臨床研究会 副事務局長・財務部長・北信越支部長
 下越病院 リハビリテーション課
阿部尚子

このたび、巻頭言を書かせていただくにあたり、日頃より本研究会にお力添えをいただいております会員の皆様、関係者の方々に心より感謝申し上げます。本号も早いもので5巻目となりました。これまでに刊行された5巻を振り返ってみますと、基礎研究から臨床研究までさまざまな報告がみられ、この5年間で少しずつディサースリアに関するデータが蓄積し始めていると思います。しかし、ディサースリアに関するエビデンスを確立するにはまだまだ論文数が足りないように感じます。みなさん論文は書いていますか。「論文を書こう！」。これは本号の特集Iのテーマでもあり、私自身の課題でもあります。「なんとか学会発表はできたが、論文が書けない」というセラピストは多いのではないのでしょうか。確かに学会発表と論文作成では必要とされる能力や費やす時間など、大きな違いがあり、論文を書くには①技術、②時間、③モチベーションが必要です。「書き方がわからない」と悩んでいる方はぜひ、本号の特集I「論文を書こう！」を熟読してください。非常にわかりやすくまとめられていますので、特集を読むと何から始めたらいかが、どう進めたらいいかがわかり、「書いてみよう！」という気持ちになるかと思います。書き方がわかると次の問題は時間です。初めて論文を書いてみようと思う臨床経験5～15年くらいの方は子育て世代でもあり、多忙な日々を送っていることと思います。仕事のある日はできるだけ早く帰宅できるよう、全力で臨床を行い、帰宅後は大急ぎで夕食・入浴などを行い、少しでも早く子供が寝られるよう仕事以上に慌ただしく動き、子供が寝付くまでは一息つく暇もありません。休日はできるだけ子供との時間を作りたいと思うと、まとまった時間は取れず、論文を書く時間は子供が寝ている時間のみです。私自身も子育て真っ最中ですが、夜は子供を寝付かせている間に眠ってしまうので、論文を書くときは早朝に起きてパソコンに向かいます。まとまった時間は取れませんが、毎日少しずつ進めることもできます。そして、寝不足の日々を乗り越え、論文を完成させるために一番必要なものはモチベーションです。これが一番難しいと思います。ベテランの研究者の方は「研究生活は好奇心を追い求める人生であり、ロマンにあふれている」、「研究とは知的冒険だ」、などとおっしゃり、研究そのものを楽しんでいらっしゃるように感じます。しかし、初めて論文を書こうとする人は、まだまだ研究を楽しむところまでたどり着けていないことが多く、研究の魅力のみでモチベーションをあげることが難しいことも少なくありません。「モチベーションのあげ方」をインターネットで検索するとたくさん方法が出てきますが、それを読んでいるだけではなかなかモチベーションはあがりません。モチベーションのあげ方は人によってもさまざまで、私自身もまだまだ模索中ですが、「モチベーションの高い人と一緒にいること」がいまの私にとってはモチベーションをあげる一番簡単な方法のような気がします。本研究会の活動に参加させていただいていると会長の西尾正輝先生をはじめ、モチベーションが非常に高い方々と一緒にすることが多く、これまで多くの刺激を受け、支えていただきました。論文を書くことは臨床データの蓄積という意味で社会的に重要な役割を果たすとともに、書いたセラピストにとっても臨床を文章にまとめることで臨床の振り返りができ、臨床技術を磨く良い機会となります。まずは「書きあげること」を目標に症例報告や短報から始めるのも良いと思います。簡単な作業ではありませんが、ぜひ多くの会員の皆さんに論文を書くことに挑戦していただき、本誌に投稿していただけたら幸いです。一緒にディサースリアに関するエビデンスを作っていきましょう。