

編集後記

4月1日、新しい元号『令和』が発表されました。今回は生前退位であったため、これまで以上にその元号に注目が集まったのではないのでしょうか。令和の由来は万葉集の「初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫す」から引用されたとのこと。一方、現在の『平成』の語源は、中国の古典「内平外成（内平かに外成る）」、「地平天成（地平かに天成る）」から引用され、「国の内外、天地とも平和が達成される」という意味のようです。昨年、天皇陛下85歳の誕生日に「平成が戦争のない時代として終わろうとしていることに、心から安堵しています」と記者会見で述べられたように、平成の時代は、日本はおおむね平和でした。しかし、平成7年の阪神・淡路大震災、平成23年の東日本大震災など多くの自然災害も起こりましたし、社会構造もこの30年で大きく変化しました。次の令和は、首相の談話のように「人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つ」時代になるのでしょうか。

さて、今回の特集は、志波直人先生ご企画の『宇宙医学から学ぶロコモ予防』です。整形外科に宇宙？と思いました。興味深く拝読させて頂きました。微小重力環境という極限環境におかれると、宇宙飛行士の身体には様々な変化が起こります。骨量は骨粗鬆症の約10倍の早さで減少し、重力から解放され身長は1週間で4～7cmも伸びるようです。腰痛は負荷によ

り生じるものとばかり思っておりましたが、宇宙飛行2日目にはspace adaptation back painが生じ、その後、椎間板ヘルニアの発生頻度も増加するようです。宇宙医学研究における平衡機能科学の観点からは、加齢に伴う姿勢制御機能の低下に対しては60歳頃からのためぬ努力が必要とのこと。そして、平衡バランス機能維持（転倒予防）のためには、楽しむ程度のウォーキングではなく、過負荷に値する頭部・頸部運動と、筋力を含めた下肢運動が必要とのこと。やはり人間、何歳になっても刺激を与え続けないとどんどん衰えていくのでしょうか。

ところで世間では盛んに働き方改革が叫ばれています。当大学附属病院でも働き方改革ワーキンググループが立ち上げられました。職員全体の仕事内容や環境を見直し、負担軽減のための様々な方策が打ち出されております。私自身も若手が帰宅しやすいように、自宅でできる仕事は持ち帰り、早めに大学を離れるようにしております。昭和の時代、教授室の電気が消えるのを確認してから（通常は日をまたいでから）帰宅しておりました。きっと令和世代の若手には理解できないのではないのでしょうか。働き方改革が本来の方向に進み、労働生産性の高い職場になればいいのですが、権利だけ求められたら大変です。微小重力環境で刺激が無くなり、心身共に弱っていかないかどうか心配です。（石橋恭之）

「整形・災害外科」第62巻 第6号（5月号） 2019年5月1日発行（毎月1回1日発行） 定価（本体2,500円＋税） 年間購読料金 定価（本体39,400円＋税） 〔年間13冊（臨時増刊号、増大号を含む）の誌代〕 〔年間予約購読者に限り送料無料〕	発行所 金原出版株式会社 発行者 福村直樹 〒113-0034 東京都文京区湯島2-31-14 TEL 03 (3811) 7165〔編集室直通〕 TEL 03 (3811) 7184〔営業部直通〕 FAX 03 (3813) 0288 http://www.kanehara-shuppan.co.jp 振替口座 00130-1-191269 印刷所 三報社印刷株式会社 広告申込先 日本医学広告社 TEL 03 (5226) 2791
--	---

・本誌に掲載する著作物の複製権、翻訳・翻案権、上映権、譲渡権、公衆送信権（送信可能化権を含む）、貸与権、二次的著作物への利用に関する原著者の権利は、金原出版株式会社が保有します。

・**JCOPY** <出版者著作権管理機構 委託出版物>

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は、そのつど事前に、出版者著作権管理機構（電話 03-5244-5088、FAX 03-5244-5089、e-mail: info@jcopy.or.jp）の許諾を得てください。