No.152 ありがとうございます♪
5がつ
平成 29年 5月1日 発行 第 111号

せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

ラヴェンダーミント

152件目の協賛を頂くことができました♥

受付だより

みなさんこんにちは。爽やかな季節が廻ってきましたね。木立には葉が茂り、閑散としていた雑木林は緑を取り戻してその密度を上げていきます。代かきを終えて、田植えを待つばかりの水田にあらわれた水鏡に映る風景に、しばし清々しい心持を覚えます。春夏秋冬の折々で出くわすその季節ならではのしるしはほんの些細な出来事でも、季節を実感する大事な通過点になります。

ところでみなさん、ゴールデンウイークは楽しく過ごされたでしょうか。連休を利用して旅行にお出かけになった方も多い事でしょう。そこで私達からのお願いです。宿泊の際はマイハブラシを持参して、使用しなかったホテルや旅館のハブラシは、フィリピン医療を支える会の活動に寄付をしていただけないでしょうか。この会が支援を行うスラムで暮らす人たちは、貧しく困窮しています。満足な食事すら出来ない中、高価なハブラシを買う余裕はなく、虫歯は大きく進行し抜歯を行うしか術はないのです。一本でも多くのハブラシを継続的に届けられるよう、みなさんのご協力をお願い致します。

ハミガキが虫歯や歯周病の予防に欠かせませんが、より効果的に行うために「プロスペックコンパクトスリム」をお選びください。柔らかく毛束の多い形態が歯面はもちろん、歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目にしっかり作用します。そしてプラークを根こそぎ取ると意識してみがいて下さい。お口の健康を守るため定期検診も併せて行ってくださいね。

（歯科コンシェルジェ　菊地正子）

きれいな歯並び123！

新聞周りの口で囲まれた空欄には、フィリピンボランティア活動における協賛者名が記名されます。私たちのこの活動は、みなさんの善意（募金）のみで全ての運営をまかなっているのが現状です。物資輸送費や現地活動費は多額の資金を必要としています。そこで、会社名やサークル、個人名、イニシャルなど、どんな名称でもかまいません。3000円の協賛をして下さる方を募集しています。尚、協賛金は全額ボランティア活動に寄付されます。詳しくは、スタッフまでお尋ね下さい。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

『歯科矯正っていつからあったんだろう？』

私の子供の頃は「矯正治療」というと、金属の装置をつけて治療している口元が目立っていましたが、この頃では透明の装置（ブラケット）や、白いワイヤーなども増え、治療しているのがあまり目立たなくなってきました。そして、少しでも歯並びが気になると思ったら歯科医院で相談したり、また最近では学校の歯科検診でも歯並びに関する項目があったりと、矯正治療」に対する関心が年々高まっています。では、この歯並びを治す矯正治療はいつからあったのでしょうか？

矯正治療とは、歯や顎を移動することで不正な噛み合わせを改善するために研究や分析、そして治療を行なう学問から生まれた治療です。また、『歯科矯正学』の定義には首から上の成長や発育の研究も含まれています。そのため不正な噛み合わせの治療だけでなく、子供の成長における顎骨から頭蓋までの発育も研究の対象でした。

古代ギリシャ時代のあるローマの医師が正しい位置に生えてこない永久歯を「指で押すように」と言ったのが歯並びを言及する始まりで、また別の医師が歯並びや噛み合わせと顔や顎の奇形の関係性について研究していたそうです。

そのことから「歯科矯正学」という学問が生まれたようで現代のように実際に装置を用いて歯並びを治す治療が始まったのは西暦1700年頃と言われています。その後、色々な方法が生み出され現代に至ったそうです。

矯正治療の歴史を調べてみて紀元前の昔から、歯並びを治す…ということが可能だとわかっていたというのはとても意外でした。歯並びによって、治療のスタート時期、方法、期間は様々です。気になることがありましたら是非、ご相談ください。

（歯科衛生士　小柳かおり）

子育て歯っぴースマイル☆

「子供の歯ぎしり」

お子さんがよく歯ぎしりをする、という声を聞くことがあります。

子供の歯ぎしりの原因としてまず考えられるのが、噛み合わせです。何らかの理由でズレが出てしまった噛み合わせを自己修復しようとして、歯ぎしりが起こると言われています。特に、歯が生え変わる時期は、歯ぎしりが起きることがあり、成長とともに症状が改善されるケースが多くあります。噛み合わせによる歯ぎしりは、夜間だけではなく昼間も表れることがありますが、睡眠中だけに起こるということであれば、ストレスが原因となっている可能性があります。睡眠時の歯ぎしりが続くようなら、子供のまわりの生活環境や交友関係などを経過観察する必要があります。

子供の歯ぎしりは、基本的には大きな問題となることはありません。上記の通り、乳歯が抜けて永久歯が生えてくる年頃に、無意識に歯の噛み合わせの調整のために行っていることが多いからです。しかしひどい歯ぎしりが続くと、まれに神経が強い圧力に耐え切れず神経の炎症や壊死が起こり、歯ぐきが腫れたり強い痛みが出る事があるのでその場合は早急な治療が必要となります。

気になる症状がある場合はスタッフまでお声かけ下さい！

（歯科衛生士　北島紗希）

ひまわり先生　心の処方箋

「グレープフルーツは薬にどんな影響を与えますか？」

A．内服薬の中には、消化管や肝臓に存在するCYP3A4 という薬物代謝酵素により、一部代謝を受け血液中に移行して全身に作用するものがあります。

CYP3A4 の多くは肝臓に存在しますが、グレープフツーツジュースに含まれる「フラノクマリン類」という成分は、消化管に存在するCYP3A4 の働きを阻害します。それによりグレープフルーツジュースを飲むと代謝を受けない分、血液中に移行する薬物濃度が上り、薬の作用が強く出ることがあります。フラノクマリン類によって阻害されたCYP3A4 は、回復に約３～４日かかると言われています。そのためグレープフルーツジュースは同じ期間、薬に影響を与えると考えられています。

Q．グレープフルーツ以外の柑橘類も影響がありますか？　ジュースでなければいいの？

A．グレープフルーツ以外の柑橘類では、スウィーティーやザボン(ブンタン)、バンペイユ、ダイダイなどにもフラノクマリン類が含まれています。一方で、温州みかんやバレンシアオレンジ、レモン、カボスなどはフラノクマリン類を含まず、CYP3A4を阻害する作用がほとんどないことが分かっています。

また果汁（ジュース）だけでなく、果皮や果肉にも含まれています。

そのため、マーマレードなども影響があります。

Q．グレープフルーツジュースと相性が悪いのはどんな薬ですか？

A．一般的に知られているものに、「降圧薬のカルシウム拮抗薬」があります。

他には以下の表に示したものになります。

（商品名は一部掲載）

	成分名	商品名
カルシウム拮抗剤（降圧剤）	ニフェジピン、アムロジピンなど	アダラート、ノルバスク、アムロジンなど
高脂血症治療薬	アトルバスタチン、シンバスタチンなど	リピトール リポバスなど
睡眠薬	トリアゾラムなど	ハルシオン
免疫抑制薬	シクロスポリン、タクロリムスなど	ネオーラル、プログラフなど
抗血小板薬	シロスタゾールなど	プレタール、シロスタゾールなど
抗不整脈薬	ベラパミルなど	ワソランなど

「柑橘系の果物が好きだけど、一切食べてはいけないの？」と

患者さんからよく質問を受けますが、食べてよい果物もあります。

柑橘類は種類が沢山あるので、薬に影響がないものを薬剤師に確認し、美味しく食べましょう。

（ひまわり薬局薬剤師　白井博文）

わか乃　A・T　ご活動の愛と勇気に　もみの木　くまさか珠算塾　萌・元・凪　かおる　チャッピー　祝（新）せきぐち医院

楽しい歯話♪

「化石は語る」

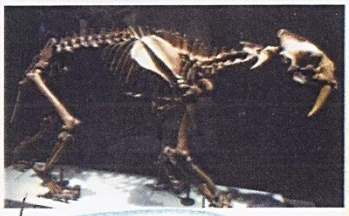
この春から、国立科学博物館で大英自然史博物館展が開催され、最古の鳥類「始祖鳥」や巨大な飛べない絶滅鳥の「モア」や皮膚がゾウより硬い１５００kgの「オオナマケモノ」の化石や骨や動物の標本などの展示がされています。その報道を見ていて衝撃的だったのが「サーベルタイガー」の長い牙でした。

化石となって残るのは、歯や骨ですが、この化石を調べることで色々な事実を知る事が出来ます。化石となった歯からは、草食性であったか肉食性であったかというような基本的なことは比較的簡単にわかるそうです。

歯の摩耗状態をチェックすることで、始祖鳥が昆虫や海岸に打ち上げられた動物の遺骸を食していたことも推定されています。肉食性の恐竜が歯ぎしりしていたことも、歯の減り具合で判明しているそうです。狂暴な肉食恐竜ティラノサウルスは、その極端に小さな前肢で歯の掃除をしていたこともわかっています。

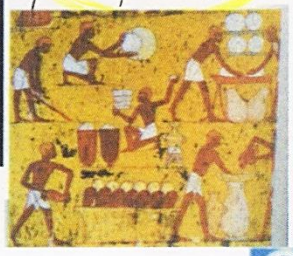
もちろん化石で残された歯の状態から生活様式や生態の観察ができるのは人間の場合でも同じ。古代エジプト人のミイラの歯が極端に摩耗していることから、その原因は彼らが日常食べていたパンに砂の粒が多く含まれていたことが明らかになりました。

想像を越えた遥か昔のことですが、様々な事実が解明され現代の私達に教えてくれています。正に「化石は語る」ですね。



サーベルタイガーの化石

パン作りの絵



（歯科衛生士　黒川淳子）

禁煙への近道

「禁煙で四肢切断を回避！」

タバコを吸うことによって引き起こされる病気と言えば「ＣＯＰＤ」です。慢性閉塞性肺疾患のことで、喫煙による有害物質の影響で慢性的に肺に炎症が起き、呼吸困難や酸素不足などの症状が現れる病気です。タバコは口から煙を吸い込むわけですから、当然肺には多大な悪影響をもたらします。

ところが、いわゆる「タバコ病」と言われているのはＣＯＰＤだけではありません。タバコが発症に非常に強く関係し、症状を悪化させるもう一つのタバコ病「バージャー病」をご存知ですか？

バージャー病は、「閉塞性血栓血管炎」という病気で、難病指定されています。全国で約一万人の患者さんがおり、その９割が２０～４０代の男性で、ほとんどが喫煙経験者だそうです。主に手足の血管に炎症が起こりそこに血栓ができ、詰まってしまいます。指先や手足全体が青白く冷たくなり、慢性化すると皮膚が赤紫色になります。初期は歩くと足が痛み、安静にすると痛みが引くということを繰り返します。症状が進むとじっとしていても自発的に痛むようになり、ついには組織が死んでしまい、最悪の場合患部を切断…となってしまうのだそうです。

この病気、詳しい原因やメカニズムはまだわかっていませんが、タバコがカギを握っていることだけはハッキリしています。予防の方法は禁煙のみ。発症したら最初の治療は禁煙、受動喫煙対策。タバコはこんなにも深刻な病の原因にもなるのですね。

右手薬指などが白くなる色してきています。

（常滑市民病院ＨＰより）

（歯科助手　大森ちひろ）

晴仁くん＆明莉ちゃん　訪問看護ステーション那須　2017ボランティア活動に　S＆S　感謝　No.1575　東原M・K
浜のカモメ　ハロアル新聞愛読者　Y・えはら　みっちゃん　愛　人見　東証歯研　三鈴堂　黒磯陸上クラブ

MEGA　ドンキホーテ　マリオ　K・K　怪盗ちーちゃん　プリティーウーマン　アジア食堂　龍　たえちゃん　ヒロちゃん

容子の歯なまるレシピ

皆さんこんにちは。今月は今が旬のアスパラガスを使ったレシピをご紹介します。
患者さんのHさんがアスパラを生産しており、沢山のアスパラを頂きました。ありがとうございます。

アスパラ効能

アスパラの代表成分と言えるのが「アスパラギン酸」です。旨み成分としても知られていますが、エネルギー源として最も利用されているアミノ酸の一つです。栄養ドリンクなどにも配合されていますので、栄養ドリンクを購入される時は是非チェックしてみてください。

アスパラハムロール揚げ

材料

アスパラガス	4本
ロースハム	4枚
餃子の皮	8枚
サラダ油	適量
塩	適量

作り方

1. 餃子の皮は半分に切る。アスパラとハムをそれぞれ4等分に切る。
2. 餃子の皮にハムとアスパラを乗せ、きつく巻き、最後の巻き終わりに水をつけとめる。
3. 少しの油で、揚げ焼きする。
4. 塩をつけてお召しあがりください。

餃子の皮のパリパリ感とアスパラのやわらかさがよくあって、とても美味しいです。
簡単ですし、冷めてもOKなのでお弁当にもよいと思います。是非お試しくださいね。
※巻けばいいので餃子の皮1枚でもいいと思いますし、ハムの大きさなど決まりはないのでお好きな大きさで作ってくださいね。（笑）チーズなど足しても美味しいかと思います。

院長評価　味→★　手軽さ→★　コスト→★
スタッフ評価　味→★★★　手軽さ→★★★　コスト→★★★

～☆院長コメント☆～
「冷えた餃子の皮の中に油が入り込んで食感はグニャグニャです。私がアスパラなら一刻も早く逃げ出したいです。作ったら直ぐに食べるのをオススメします！！」

（歯科助手　平山　容子）

歯っとして…Q！

「小児用シロップにはご用心！」

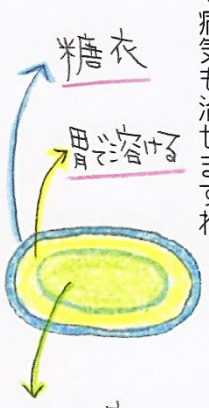
この冬、風邪やインフルエンザなどに罹り、薬を服用した方は沢山いることでしょう。我が家の娘も、もれなくその中の一人です。

薬局で薬をもらう時、薬剤師さんは飲み方や使い方などをとても丁寧に説明してくださいます。先日も説明を受けていたら小児用シロップは虫歯のリスクがあるという事を聞きました。それはどういう事か…。

錠剤・散剤・顆粒剤・シロップ剤などには医薬品添加物として、白糖が使用されているからです。錠剤は主として糖衣として、散剤や顆粒剤、シロップの場合は甘味剤として、服用性向上の為に用いられているのです。

確かに子供のシロップ剤はとても甘いし、錠剤も口当たりよくするっと飲める物もあります。更に、小児用シロップの中には、清涼飲料水の2～5倍のショ糖（スクロース）が含まれています。

病気の子供に薬を飲ませないわけにはいきません。「お薬飲めた！」と無邪気に喜ぶ子供の笑顔を見るとホッとしますが、虫歯の心配もついてきます。そのためにも、薬を飲んでから歯磨きをしましょう。一日の最後は歯磨きで終わるという習慣ができていれば安心して病気も治せますね。

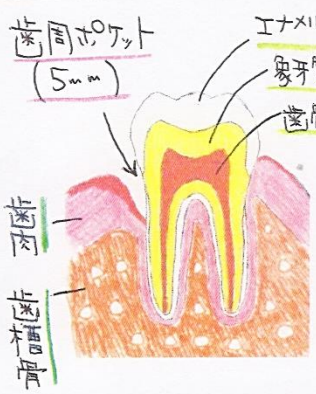


（歯科衛生士　藤田友希子）

佐野もみの木　優しいハワイの風　豊かさの本当の意味　感謝・Nika　紅秀峰　ご無事を祈念いたしております　仲良し三人組
奈菜・星矢　和風貸別荘まるやま　あずさ・唯　SHOJI　ジャン・多美　那須バギーパーク　（有）須藤物産　頭文字K

い～歯の学校

「知って驚き！問題です。」



この図は健康な歯茎の断面図です。歯周病の検査を行うとき、針のような細長い器具を用いて歯と歯茎の境目の深さを測ります。健康な方であっても1～2㎜位の歯周ポケットは存在します。ここにプラークが付くと歯周病菌は毒素を出し、歯茎に炎症が起き出血を伴う「潰瘍」の状態になります。

では仮に、全ての歯の歯周ポケットが5㎜だったとします。そうすると潰瘍の面積はどのくらいになると思いますか？

①診察券ほどの大きさ
②成人の手のひら
③タブレット

答えは：②成人の手のひらで面積はおよそ70㎠です。歯周病に罹患している方はそれほど大きな傷がお口の中にある、と言うことになるのです。そんな大きなケガをしたままお風呂に入れますか？痛くて入ることは出来ないと思います。

歯周病は外からも見えにくく、徐々に進行していくことが多い為、初期では痛みや異変を感じにくく自身が歯周病だと分からないままになってしまうことが多い病気です。

歯周病の予防・改善に1番大切なことはプラークコントロールです。そして定期的な通院での早期発見・早期治療が予防・改善のカギになっていきます。

歯周病であることはお口の中だけでなく、全身の健康に影響することが分かってきています。正しいブラッシングで健康なお口と身体を目指しましょう！

（歯科衛生士　池田琴美）

パワフル衛生士のわ・歯・歯教室

『歯医者の歴史』

先日、患者さんから「歯医者っていつからあるの？」と…、歯医者さんの歴史が知りたいと言われました。そこで私なりに調べてみました。

歯で一番に悩ませれるのは「虫歯」。この虫歯の概念は紀元前20世紀前半という大昔に確立されていました。そして、この虫歯の原因は歯の中に虫がいて歯を喰っている「歯虫」だと18世紀頃まで考えられていたのです。この当時歯医者の存在はなく、古代の住人バビロニア人は、虫歯になるとアヌ神と呼ばれる神に「歯虫祓い」と呼ばれる祈祷を捧げ、その後にヒヨスの実と呼ばれる実を焼きそれを噛み、そのヒヨスの実の神経を麻痺させる効果を使い痛みをしのいでいたようです。後に18世紀に入り虫歯の原因は、虫歯菌が出す酸が原因ということが判明し歯ブラシの重要性が再確認されたということです。

さて、日本では701年に施工された大宝律令の医療制度の中に耳目口歯科として歯医者の存在が確立。室町時代に歯医者は口歯咽喉科となりさらに安土桃山時代には口歯科とし、また一般過程の医師を経て口中医として確立されました。江戸時代になると入れ歯を作る口中入れ歯師と専門教育を受けて抜歯や口の中の治療を行う口中医とそれぞれの地位があったようです。抜歯については、麻酔などありませんので、お酒で感覚を麻痺させた上で抜くこともあったようですが、激しい痛みを伴う拷問だったようです。現在では全く考えられないことです。

歴史を遡ると、今の私達はいかに恵まれて、いかに幸せかと思います。この恵まれた環境を大切に、治療が必要であれば受診を、悪くさせない為にはしっかり歯を、そして歯肉を磨くことです。

〈歯虫〉

（歯科衛生士　菊地久美子）

萌乃の技工のお歯なし

「歯科技工士とは」

久しぶりに会った親戚や友人に「今、どんな仕事をしているの？」と聞かれ、『歯科技工士だよ』と答えると多くの人によく不思議そうな顔をされます。

みなさんは、歯科技工士とは何か知っていますか？

今回は、歯科技工士がどのような職業かをお話したいと思います。

歯科技工士とは、歯科医師の指示書を元に、義歯（入れ歯）や補綴物（差し歯・銀歯）、矯正装置などの製作や加工、修理を行う職業です。

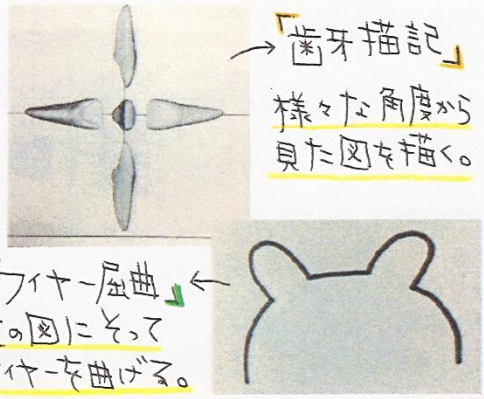
歯科技工士になるためには、高校卒業後、専門学校に進学し、2年以上学び必要な知識と技術を習得し、国家試験を受け、合格すると歯科技工士になることが出来ます。国家試験では、筆記試験の他に「歯型彫刻（石膏を歯の形に削ること）」や「歯牙描記」、「ワイヤー屈曲」がありました。

栃木県には、このような専門学校が宇都宮市にあり、また宇都宮駅からバスで約20分の場所にあります。

入学料が約2万円、年間の授業料が約43万円（教科書等は別）かかります。私も専門学校に通い勉強に励みました。

しかし、残念なことにこの職業はあまり人気が無く、就労5年以内の離職率が約8割という悲しいデータも出ています。

大変なこともありますが、技工物が上手く出来た時や患者さんに喜んでもらえた時などとてもやりがいや達成感があります。私はこれからもこの職業を続けていきたいです。



（歯科技工士　榎本萌乃）

超高齢社会に向けて　～お悩み相談室～

「お悩み相談　VOL18」

質問

「私の両親（70歳代）は、県外で2人暮らしをしています。父は、母が最近もの忘れをするようになってきているので、認知症に違いないと私に電話をしてきます。母は、断固否定しているようですが、父は認知症を疑っています。母と電話で会話する分には、認知症を疑うおかしな点がみつかりません。

来月のゴールデンウィークに久しぶりに実家に帰省しようと思うのですが、素人でも簡単に認知症かどうかを判断する方法がありますか？」

答え

「長谷川式簡易知能評価スケール（HDS-R）という、認知症であるかどうかを評価する簡易検査があるので試してみてはどうでしょうか？当然この検査法だけで、認知症と決めつけることはできませんが、判断材料のひとつになると考えます。質問項目が9問と少なく、5分～10分程度で実施できます。使い方や内容の詳細は、パソコンで検索すれば出てきます。この簡易検査の最高得点は30点満点であり、20点以下を認知症の疑いがありとされていますのでその場合は専門の医療機関への受診をお勧めします。ちなみに、平均年齢75歳の平均得点ですが、正常な人が24点、認知症軽度の方が19点、中度の方が15点、重度の方が4点というデータが出ています。なお、検査に対するお母様の協力度によっても点数が左右されますので、実施にあたっては十分に説明し、了解を得てから行うようにして下さい。

あとは、帰省中にお父様の話を詳しく聞いたり、お母様の様子をさりげなく観察し、日常生活に支障をきたしている状態であれば認知症の疑いがありますが、全く生活に支障をきたしていないのであれば、単なる年相応のもの忘れと考えて良いと思います。」

（認知症ケア専門士　庄司康善）

h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp ←介護のことでお悩みの方は直接お問い合わせ下さい。

祥吾 | 葉太郎と花 | ご親切に感謝 | チューリップ | 小さな感謝の習慣 | グリーンパール那須 | がんばろう日本！

ボランティア インフォメーション

☆たくさんの書籍を販売しています☆

マニラミーティング 2017

全てが満たされた自分達の生活とはかけ離れた現実を目のあたりにした高校生…彼らは何を感じたのでしょうか。

一冊 ¥500

しもつけの心2017 冬

今を生きる心の季刊誌
スラムの向こう側にそびえる高層ビル。新たな大統領のもと変わっていくフィリピンの情勢とは…

一冊 ¥500

笑朗苗志 ～歯の健康～

ハロアルの会長 林春こ先生が長野で行った講演の内容をまとめたものです♪
笑・朗・苗・志の意味とは？

一冊 ¥500

チョイボラXI ～ハローアルソンによせて～

毎週金曜日にしたざーターFMで放送される『今西拓介のハロアルレディオ』林春こ先生が書いた1年分の原稿をまとめました♪

一冊 ¥500

ボランティア報告集 2017

『与える側だと思っていた自分達が逆に与えてもらっていた。』
参加者が次々に口にするこの言葉の意味がたくさんつまっています！

一冊 ¥500

売上金の全ては
「ハローアルソン・フィリピン医療を支える会」に
寄付させていただきます。
皆様からの温かいご協力を
宜しくお願いいたします。

今月のカレンダー

5月の予定	日	月	火	水	木	金	土
		1 ○/○	2 ○・往	3 休	4 休	5 休	6 休
表示の見方	7 休	8 休	9 休	10 休	11 ○/○	12 ○/○	13 ○/○
○…診療 休…休診 往…往診 講…講演 学…学会 勉…勉強会	14 ○/1	15 ○/○	16 ○・往	17 休	18 ○/○	19 ○/○	20 ○/○
	21 ○/1	22 ○/○	23 ○・往	24 休	25 ○/○	26 ○/○	27 ○/○
○/1…午前のみ	28 ○/1	29 ○/○	30 ○・往	31 休			
<診療時間>			午前 9:30 ～ 13:00 午後 15:00 ～ 19:30 日曜のみ 13:00 まで			<往診日>火曜午後 <休診日>水曜日・祝祭日	

～お知らせ～

5/1(木) 大田原ロータリークラブの定例会でボランティア講演を行います。

5/2(金) 院長が非常勤講師を務める東京都太陽衛生専門学校にて今年の新入生へ向けての講義を行ってきます。

みっちゃま717 | カットハウス なみき | CIELO BLU | ウリウリ | No.899 | フィリピンの子供達に笑顔を | つけ麺 竹風

院長手記

「ボランティア　新プロジェクト」

桜の季節も終わり田んぼには気持ち良さそうに5月の爽やかな風に苗が揺れています。

農家の方々はこれからお忙しい時期に入りますが、どうかお体にお気をつけて頑張ってください。

さて、今回の手記では私の新しいボランティアプロジェクトについてご報告させて頂きます。

この度、私は私が所属している「ハローアルソン・フィリピン医療を支える会」とは別に私個人による「R&S PEACE PROJECT」というものを立ち上げました。

これは毎年2月のハローアルソンの活動では行くことのできない地方にある最貧困層地区の子供達や小学校を支援する活動で私たちの長年の友人でもありマニラロータリークラブのリーダー　リッキー氏の“R”と私の“S”の頭文字をとり、私個人として文房具などの支援をしていく活動です。

ここ数年、私達の活動は皆さんのお力によって沢山の物資をご提供して頂けるようになりました。そして、現地参加者も現在では100名を超え、現地スタッフを合わせると200名以上のチームによって二日間の医療奉仕活動を行います。

これは本当に有難いことで私が活動を始めた当初から比べると数倍の規模となりました。

しかし、規模が大きくなるにつれ沢山の人たちへの物資支援と治療は可能になりましたが、その反面様々な制約が発生していることも事実です。

例えば、大型バス2台、中型バス2台からなる移動に生じる時間や狭いスラムの路地に入るための場所の確保、200名のスタッフとそれに伴う数百人を収容する治療会場の確保、そして、これだけの人数の安全を守るためのセキュリティーの問題等。

私達の活動の基本的な考え方は、「求められたものに誠心誠意応える」という事です。そのため今までの活動は全て現地からの要請に応じて行ってまいりましたが、規模が大きくなればやはりいくつかの制約を守らなければならず、その結果活動地区にも限りが出てきてしまいました。

つまり、行動範囲の制約によって更なる貧困層への支援が難しくなってしまったということです。

そんな私個人のジレンマを抱いていたころ、宇都宮市在住のある方から沢山の文房具をご提供して頂ける機会がありました。その方は以前文房具店にお勤めになっていましたがそのお店が閉店された為倉庫内の沢山の文具をわざわざトラックで数回に分けて宇都宮から運んで下さいました。

その数、現在までに　ノート4000冊　コピー用紙700000枚、定規、コンパス分度器、テープ、はさみ等が数百個、そして皆さんから頂いた鉛筆400000本、消しゴム500個。その他沢山の文房具を頂きました。

正に一つの学校を支援するには十分な量です。

私はこの状況と私の思いを現地リーダーのリッキー氏に3年程前から話、彼も同じような思いであったことを知り、少しずつ彼と新たなプロジェクトの概要を考えた末ようやく始動することができました。

そのリッキー氏より先日、支援候補地の写真が送られてきました。それはマニラから車で4時間、そしてそこから徒歩で数時間、砂利道や吊り橋を渡った場所にあるとても貧しい地区でした。その他の詳細はこれからわかってきますが、学校はあるものの文房具類は全くなく、子供達はたった一人の先生の会話から勉強をしているそうです。

私達は毎年異なったスラムを訪れます。その時今までの経験でどうしても感覚として「貧しさの比較」をしてしまいます。昨年はこうだった、いやあの地区の方が貧しかった…。確かに現地のスラムでも様々な生活レベルが存在します。しかし、その考えは正に物質的豊かさに毒された日本人のおごりでありどんな地区でも劣悪な環境で生活をしている人々や、学校に通えず、教育を受けられず、医療にかかる事ができない子供達が沢山います。

そして私達の支援を本当に必要としている人たちが沢山います。

今回ボランティアの神様がこのような機会を私に与えて下さりました。

団体としてできる事。そして団長となって10年が経った今、私は新たな活動に挑戦したいと思いました。

これからも一層「ハローアルソン」の活動と新たなプロジェクトの為に一生懸命頑張ろうと思います。

どうか皆さんの更なるご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。