平成 31年 2月1日 発行　第 132号

せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

2月

今月は5件の協賛を頂きました✨
1口3000円の協賛金で、約120人の
スラムの子供達が食事を摂ることができます！

受付だより

みなさん、こんにちは。この冬は暖冬の傾向だそうですが、寒い事に違いはなく、それももう少しの辛抱ですね。二十四節気の一番目「立春」、冬は終わりを告げ春がスタートする区切りの日となりますが、2月はまだ真冬の感、夜明けの時間が日ごと早くなってきたと実感し頼りない陽ざしさえも有難い頃合いです。

毎年2月は私たちにとって特別な月です。当院が開院して程なく始まった「ハローアルソン・フィリピン医療ボランティア活動」。フィリピンは熱帯雨林気候に属しているため雨季と乾季があります。雨の心配をしなくていい乾季の2月に医療奉仕活動と支援物資の配布を行います。今年は2月7日～10日の4日間に現地活動を行います。

今年も、沢山のご協力を頂きありがとうございます。みなさんから頂いた募金、タオル・ハブラシ・固形石けんなど、この活動を心待ちにしている多くの人々に届けて参ります。

インフルエンザが猛威を振るっています。うがい・手洗いが大切なことはみなさんご存知ですよね、さらにハミガキにもその効果があることが謳われています。ハミガキでお口の中を清潔に保つと、虫歯・歯周病・インフルエンザの予防につながります。毎日のハミガキは当院おススメの柔らかいハブラシ「プロスペックコンパクトスリム」で健やかな日々を手に入れましょう。歯科検診を併せて行って下さいね。

（歯科コンシェルジェ　菊地正子）



ボランティア活動ご無事をお祈りいたしております　No.186 らーら　No.187
AKD68　No.189　麺屋たか　No.190　(医)弘徳会　No.191

2月7日～10日
ハローアルソン・フィリピン医療ボランティア
現地活動に行ってきます☆

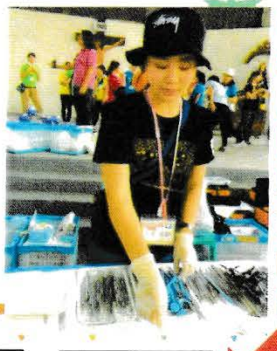
今年も現地活動の季節がやってきました！

今年の参加者は総勢136名を超える団体となり、栃木支部からは、黒磯南高校から北牧桃果（2年）・野口史織（1年）厚崎中学校から関口慶慈（2年）が参加し、今年の活動を行います！

さて、今年の現地活動ではどんな場所でどんな人達に出会えるのか今から楽しみで仕方ありません♪中高生の、4日間の成長も楽しみつつ現地に向かう全員で頑張ってきます★







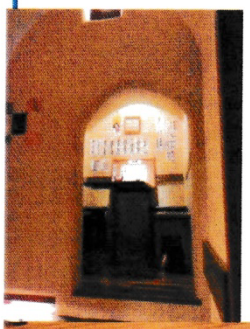
新聞周りの口で囲まれた空欄には、フィリピンボランティア活動における協賛者名が記名されます。私たちのこの活動は、みなさんの善意（募金）のみで全ての運営をまかなっているのが現状です。物資輸送費や現地活動費は多額の資金を必要としています。そこで、会社名やサークル、個人名、イニシャルなど、どんな名称でもかまいません。3000円の協賛をして下さる方を募集しています。尚、協賛金は全額ボランティア活動に寄付されます。詳しくは、スタッフまでお尋ね下さい。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

Nika III　今日一日元気な歯　コーヌス　もみの木　サロン・ド・シモン　アマクウク　受賞記念　LABO＝BURST　歯は命の源　噛める喜びを希望に

新コーナー!! 私達の町の募金箱設置店様 No.5

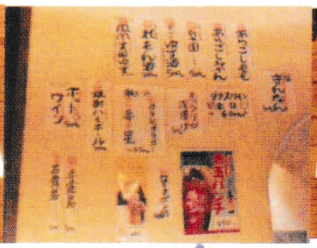
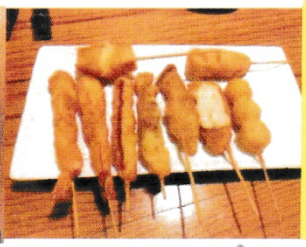
『酒処　takemi』

第5弾は、『takemi』さんについてご紹介させていただきます!!
takemiさんは串揚げが有名です！先日、お店にお邪魔させていただきました♪薄い衣がさくさくと音をたて、揚げたての串揚げは熱々でとてもおいしいく、数種類あるお塩の中から自分好みの味でいただけるのも最高です☆



takemiさんは、なんと言ってもお酒の種類が豊富です！県内の地酒や、果実酒が多く毎回違うのを注文したくなります！皆さんも是非行ってみてください！

院長からの得情報！
「かまくら風の個室はデートにも女子会にもオススメです★
串揚げは全く胃もたれせず美味しい！でも、玄関には気をつけて！（笑）」

〒325－0026
那須塩原市上厚崎579－3
TEL: 0287－63－6183

17:30～23:00(L.O.22:30)
定休日:月曜日

禁煙への近道

「生まれてくる赤ちゃんの為に」

息子がお世話になっているサッカーチームの監督は大の子供好きです。ピッチでは大きな声で選手に喝を入れてくれますが、幼いお孫さんを抱いている時は別人のような表情になります。近々もう一人お孫さんが産まれるそうで、お腹の大きいお嫁さんを優しく気遣っていました。そのお嫁さんは喫煙者ではありませんが、今回は妊婦さんのお話です。

日本人は、目に見えない、理解しきれない、「体に悪そうなもの」を嫌う傾向があるそうです。放射能や遺伝子組み換え作物などに加え「妊娠中のタバコは赤ちゃんに悪い」というイメージは一般的に定着しています。妊娠を期に禁煙を始める女性はとても多いのですが、出産後にまたタバコを始めてしまうお母さんもとても多いのです。それは、自分のお腹の中は様子がわからないので恐怖感が強く、産後は安全を過信してしまうからなのだそうです。

では、お母さんの禁煙のタイムリミットはいつなのでしょうか。妊娠に気が付いてからの禁煙ではすでに胎児形成の細胞分裂や器官形成は始まった後になってしまいます。とはいえ、禁煙の開始に遅すぎるということはありません。そのまま喫煙を継続するよりも、これ以上ニコチンを体内に入れないことのほうが重要です。

タバコによる影響は、妊娠初期では流産、着床異常からの前置胎盤など。中期から出産期では早産、前期破水、発育遅延など。新生児、乳児期では乳幼児突然死症候群など。小児期では行動障害、注意欠陥、多動性障害などが挙げられます。

つわりや体調の変化でタバコを受け付けなくなる妊婦も多いようですが、妊娠中は薬物療法や代替療法は安全性の面から原則使用できません。家族の協力と理解、そしてもちろん受動喫煙を防ぐための禁煙が必要です。妊娠は喫煙者にとって、タバコのない健康的な生活環境を手に入れるための最も良い「きっかけ」ではないでしょうか。

（歯科助手　大森ちひろ）

ひまわり先生　心の処方箋

「インフルエンザ」

今年のインフルエンザ流行は新年を迎えると同時にピークになり日本全体にインフルエンザ警報がでています。新聞でも、いろいろな学校で学級閉鎖、学年閉鎖、学校閉鎖という記事を目にすることが多くなってきました。薬局に来るインフルエンザ患者さんも増えてきています。

今月も、インフルエンザについてお話させて頂きます。

インフルエンザってどんな病気？

インフルエンザは、突然の38℃以上の「高熱」や、関節痛、筋肉痛、頭痛などの他、全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れるのが特徴です。

インフルエンザウイルスは、どうやって感染するの？

インフルエンザウイルスは、呼吸とともに鼻や喉から体内に侵入し、喉や気管支、肺で急激に増殖していきます。感染した患者さんの咳、くしゃみなどに含まれるインフルエンザウイルスを吸い込むことによって感染します。

注意！ハイリスク群とは？

インフルエンザウイルスに感染すると重症化するリスクの高い人たちのことを「ハイリスク群」といいます。本人だけでなく周囲の方々も感染しないように、または感染させないように配慮することも重要です。

乳幼児・高齢者・腎機能障害・慢性呼吸器疾患・慢性心疾患などの方は特に注意が必要です。

もし、インフルエンザにかかってしまったら？

インフルエンザウイルスに感染すると、約1～3日の潜伏期間後、インフルエンザを発症します。約1～3日で、突然の38℃以上の「高熱」や全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて咳、喉の痛み、鼻水などの「呼吸器症状」が現れ、腰痛や吐き気などの「消化器症状」を訴えることもあります。通常は、10日前後で症状が落ち着き、治癒します。

☆早めに医療機関を受診☆

インフルエンザウイルスは増殖スピードが速く症状が急速に進行します。具合が悪くなったら単なるかぜと考えず、早めに医療機関を受診しましょう。体内のウイルスの増殖を防ぐ「抗インフルエンザウイルス薬」の服用が有効です。発症後すぐに服用、使用を開始すると、発症期間が1～2日短縮され症状が徐々に改善します。熱が下がってもしばらくウイルスは体内に残っているので、解熱後3日間は自宅で療養しましょう。

（ひまわり薬局薬剤師　白井博文）



楽しい歯話♪

「恵方巻きと豆」

2月と言えば節分。この日は豆まきをして鬼をはらったり、恵方巻きや福豆を食べる方も多いと思います。恵方を向いて、黙って恵方巻きを1本丸かじり：。途中で口から離してしまったり、喋ってしまうと福が逃げてしまうとも言われますが、これはなかなか大変ですよね。　そして、食べる福豆の数は、年の数だけ食べる場合と、数え年の数を食べる場合、　年の数だけの場合は、年齢と同じ数の福を身体に取り入れ、数え年の場合は、「来年もまた健康でありますように…」という願いが込められていると言われます。

そして、その豆まきに使われる「畑の肉」と呼ばれている大豆。畑の肉と呼ばれる理由は、大豆には肉に匹敵するほどのたんぱく質が含まれているからです。たんぱく質は、歯の土台を作ってくれ、歯の栄養素となるカルシウムの吸収もよくなります。一通りまき終わったら、そんな話をしながら、一緒にポリポリ大豆の煎り豆を食べてみるのはいかがでしょうか。

恵方巻きも、年々食べる数が増えていく豆も、いくつになっても自分の歯でおいしく噛んで食べられるように、しっかりとお口の中のケアも忘れずに！





（歯科衛生士　北島紗希）



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！

せきぐち歯科に新しい仲間が増えました★

新しいスタッフが4名仲間入りしました！
ご存じの方もいらっしゃるかと思いますが、皆様とたくさんのお話しができるように、
今回は新しいスタッフを紹介させていただきます♪
総スタッフ数12名となりました！
個性的で賑やかな私達ですがよろしくお願いいたします☆



歯科助手　堀切まゆみ
私の趣味は音楽を聴くこと、お出掛けすること、寝ること、食べることです。特に、家族と出かけることが好きです。いつか家族旅行に行きたいです。
仕事面では、機敏に行動できるように毎日頑張りたいです。笑顔で元気よく患者さんとお話をしていきたいです。

歯科衛生士　斉木幸子
３０年ぶりに生まれ育った那須塩原市に戻って来ました。年をとってはいますが、初心に返って先輩方に沢山指導して頂き、勉強したいと思います。
そして、「一生しっかり咬めて美味しく食事が出来るように」そのサポートをしていきたいです。どうぞ宜しくお願い致します。





受付　増子千春
新しく受付に入社しました、増子と申します！医療の世界は全くの未経験のため分からないことや知らない言葉も多く、戸惑う日々を送っています…。
今はまだ目の前のことで精いっぱいですが、少しでも皆さんのお役に立てるよう努力して余裕を持って、丁寧な対応を目指していきたいと思いますので、よろしくお願いします！
ちなみに趣味はカラオケに行くことです！一番のストレス発散になります！

歯科助手　北浦知里
はじめまして。この度1月から歯科助手として働くことになりました北浦知里です。
初めての歯医者さんでのお仕事で、なかなかうまくいかないことも多いですが、一つ一つ頑張っていきたいと思います。また関西出身ということで文化の違い？があるかもしれませんが、どうぞ宜しくお願い致します。
これから趣味にしていこうと思っているのが筋トレです！全身引き締め＋ヒップアップを目指して日々スクワットに勤しみます！！！



猫バンバン　光舞隊　ハッピー　KEIKO　歯肉磨きに感謝　NO.6717　感謝の心　(祝)初孫誕生　魔女の宅急便
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

ジュダムール　スタジオMージュダII　ピラフ&レモン　T・O　湯田孝次　のびっこくらぶ　本当にお世話おかけします

い～歯の学校

「歯の痛みと副鼻腔炎（蓄膿症）の関係」

まだまだ風邪の季節が続きますが、「風邪で鼻水が止まらない！なんだか奥歯まで痛くなってきた！」といった経験はありませんか？歯が痛いので歯科に受診したら虫歯ではなくて、「原因は副鼻腔炎（蓄膿症）です。」と言われた方もいらっしゃると思います。今回は副鼻腔炎（蓄膿症）によって起こる症状についてお話しします。

副鼻腔とは、上顎と頬、鼻に囲まれた空洞です。風邪などによって、この副鼻腔に炎症や感染した状態を「副鼻腔炎」一般的に「蓄膿症」と呼んでいます。副鼻腔炎には歯が原因で起こる「歯性上顎洞炎」と鼻づまりなど鼻が原因で起こる「鼻性上顎洞炎」があります。

副鼻腔の中でも上顎洞は上顎の歯に近く、副鼻腔炎になると上顎の奥歯が痛くなることが多くあります。それは上顎の奥歯の根は副鼻腔に入り込んでいることが多く副鼻腔炎になると炎症が根の先から伝わり上顎の奥歯に痛みを感じるからです。また他にも次の症状が出ることもあります。

＊何もしなくてもズキズキする

副鼻腔炎によって根の先や神経が圧迫されたりして激痛が出ることがあります

＊咬み合わせた時に痛む

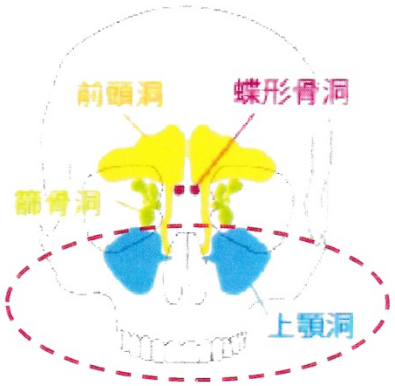
副鼻腔炎によって根の周りの歯根膜に炎症が広がり咬んだ時に痛い感じがします

＊歯が浮いた感じがする

副鼻腔炎によって根の先に圧力が加わり、歯が押し出されるように浮いた感じがします

副鼻腔炎が歯の痛みの原因になっているのか、さらにその副鼻腔炎の原因が歯なのか、鼻なのかを診断するためにCT検査を行う必要があります。

強い痛みを伴うことが多く、自身で歯の痛みなのか、副鼻腔が痛いのか判断しにくい場合もあります。しっかりと診断し確実に原因を取り除くことが重要です。このような症状を感じた際にはご相談下さい。



（歯科衛生士　黒川淳子）



今月のカレンダー

2月の予定	日	月	火	水	木	金	土
						1 ○/○	2 ○/○
表示の見方	3 ○/1	4 ○/○	5 ○・往	6 休	7 ○/○	8 ○/○	9 ○/1
○…診療 休…休診 往…往診 講…講演 学…学会 勉…勉強会	10 休	11 休	12 ○/○	13 休	14 ○/○	15 ○/○	16 ○/○
	17 休	18 ○/○	19 ○/○	20 休	21 ○/○	22 ○/○	23 ○/1
○/1…午前のみ	24 ○/1	25 ○/○	26 ○・往	27 休	28 ○/○		
<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	

～大切なお知らせ～

1月より診療時間が変わりました。

第一・第三日曜日　休診
第二・第四火曜日　一日診療

皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご協力よろしくお願いいたします。

橋本光江　ラヴェンダーミント　チャコ　フィリピン活動報告書読みました　アートクロスフラワー　ALICE　☆そらしど☆　悠叶
ネットラジオ放送局　Nasu－Wave　株式会社　山一建設　AKD65　吉原　誠　梨菜4歳　マララさんの功績　紅千世

パワフル衛生士のわ・歯・歯教室

『導入物』

市内にシネマコンプレックス「那須塩原フォーラム」が出来てからというもの、以前よりも映画を見る機会が増えたという方も多いのではないでしょうか？かくいう私もその一人で、よく利用しています。映画を観に行った際に、予告をみて次はあれを観てみようとか、インターネットで映画のニュースを見て気になるものをピックアップしたりしています。

そこで先日、気になる映画のニュースを見かけました。日本歯科医師会の協力の元に製作された「笑顔の向こうに」という映画が第16回モナコ映画祭で最優秀作品賞を受賞したというものです。

医療をテーマにしたドラマや映画は数多くありますが、歯科医療がテーマのものはほとんど聞いたことがありません。どんな映画なのかと色々検索してみると、人気俳優の高杉真宙さんが主演で歯科技工士を演じておられ患者さんたちが真に求めていることを突きつけられた彼が、見つめた大切なこととは何かと、歯科医療の現場での若者たちの成長を描いたストーリーとなっているようです。このような映画が多くの方の目に触れ、歯科医療従事者を目指す若者が増えたり、歯科の現場や歯の大切さに興味を持ってもらえたら良いなと思います。

因みにこの映画2月15日から全国のイオンシネマでのみの公開だそうで、県内は足利市でしか上映されないのが残念ですね。そして、私ももう長く歯科衛生士という仕事に就いていますが、歯の大切さを伝えるだけではなく、この映画の若者のように患者さんの笑顔のために何ができるのか？を考え日々精進していかなければと、改めて思いました。





（歯科衛生士　小柳かおり）

子育て歯っぴースマイル★

「静かに忍び寄るヘルペスウイルス」

今回は私の娘が感染した「口唇ヘルペス」についてのお話です。

この病気は風邪で発熱した時、疲労、強いストレスや紫外線を受けた時、胃腸が弱っている時などに「単純ヘルペスウイルス」が原因で起こるウイルス感染です。

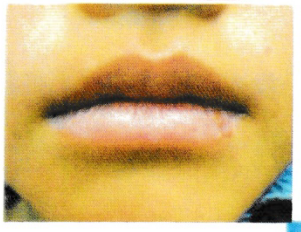
症状は、口唇がピリピリし、赤く腫れていきます。違和感やかゆみ、ほてりを感じます。2～3日後、水膨れができます。その中には沢山のウイルスが存在し、水膨れが破れた患部に触ると感染します。タオルやグラスなどを介しても感染します。最終的には水膨れが乾燥し、かさぶたに変化し、次第に回復へと向かいます。

一口にヘルペスと言っても、種類によって症状は様々です。1.単純ヘルペスウイルスⅠ型　2.単純ヘルペスウイルスⅡ型　3.水痘・帯状疱疹ウイルスがあります。

口唇ヘルペス、ヘルペス性歯肉口内炎などに罹患した娘は単純ヘルペスウイルスⅠ型です。治療法としては、「抗ウイルス薬」の塗り薬の処方です。歯肉に炎症が出ている場合、痛みで食欲がなくなり、精神的ストレスにより体力や抵抗力が落ちてしまいます。院長の助言もあり、柔らかく煮た野菜スープや具沢山味噌汁を毎日作りました。　痛くても治そうと頑張っている娘の姿はたくましくもあり、可哀そうでもありました。

口唇ヘルペスの再発防止としては、感染者との接触を避ける、日用品の共有をしない、食生活の改善、睡眠時間の確保、紫外線対策などです。気が付かないうちに感染してしまったヘルペスウイルス。日頃から体力をつけ、精神的にも健康な生活を心掛けたいです。







（歯科衛生士　藤田友希子）

歯っとして…Q！

「型取りの材料って！？」

先日、定期的にクリーニングで管理されている患者さんが久しぶりに歯型を採りました。その患者さんは、型どりをするのが苦手で、「2～3秒ほどですぐに固まるように改良できないものかしらね？そうなれば少しは楽になるのに･･･」と、おっしゃっていました。特に嘔吐反射が強い方などには、歯型を採ることはかなり試練のようです。

この歯型を採る材料は、皆さんがお正月に絶対目にする、あるいは召し上がる、ある食べ物の材料と同じなんです。何だか分かりますか？

それは･･･『かまぼこ』です。

かまぼこは、スケソウダラのすり身とアルギン酸でできています。このアルギン酸とは、昆布やワカメの成分で歯型を採る材料としても使われています。

型どりをするのが苦手な方は、これは『かまぼこ』と同じ材料で作られていると思って一時だけ頑張ってみてください。少しは楽になるかもしれません。でも食べてはいけませんよ！



（歯科衛生士　菊地久美子）



超高齢社会に向けて ～お悩み相談室～

「お悩み相談VOL23」

質問がありましたので、お答えします。

質問

「90歳の義母を自宅で介護しています。義母は寝たきり状態で自分で寝返りもうてなく常にベッド上で生活し私や時々来るヘルパーさんの介護を受けている状態です。半年位前から義母の仙骨部に直径3センチ程の床ずれが出来てしまい、かかりつけの病院に受診し、医師や看護師の指示通り2時間毎の体位交換をしているのですが、全く改善されていません。改善するどころか、徐々に悪化している感じです。床ずれを治す方法を教えて下さい。」

答え

床ずれのことを、専門用語で私たちは褥瘡（じょくそう）と呼んでいますが、褥瘡を治すには3つのポイントがあります。

一つは、かかりつけの医師や看護師の言うように2時間毎の体位変換です。仙骨部に褥瘡があるならば、患部が圧迫されないよう右側臥位、左側臥位、交互に体位変換するようにしましょう。

二つ目は、患部の清潔保持です。汚染されている状態で放置しては絶対に良くなりません。多分あなたの義母は、常時紙おむつを使用されていると思うのですが、特に仙骨部は尿に汚染されやすい部位です。まめなオムツ交換と最低1日2回は患部を消毒しガーゼ等で保護することをお勧めします。

三つ目は、十分な栄養を確保することです。栄養が不足していると細胞や皮膚が再生されにくくなります。寝たきり状態の高齢者は食事摂取量が少ない方が多く介護者を悩ませます。食事摂取量が少ない場合は、高カロリーの水分を飲んでいただく等の工夫をして、十分な1日の栄養を確保するようにしましょう。

これらの3つのポイントを実践すれば、1か月程度で改善されると思いますが、それでも治らない場合は、再度かかりつけの病院の受診をお勧めします。



（栃木県認知症介護指導者　庄司康善）



h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp ←介護のことでお悩みの方は、直接庄司さんまでお問い合わせ下さい。

院長手記
「ハローアルソン」

2月7日～10日の4日間、第14回ハローアルソン・フィリピン医療ボランティアが開催されました。

この手記はまだ出発前に書かせていただいておりますので、活動詳細は来月号の「ハロアルボランティア特集」で皆さんにお届けいたします。

私が海外ボランティアを始めたのが15年前、当時は長野県のライオンズクラブが主催する医療ボランティアチームの一、歯科医師として参加をしました。

初めて見る世界の貧困、初めて見るスラムの人たち、そして初めて見たった1本の歯ブラシに困窮する人たちのお口の中。日本とはまるで違う現実に困惑しました。

そして、私と共にこの会を支えてくれる旧友でもあり良き理解者でもある、東京支部　今西祐介先生が初めて出会った患者、当時10歳の男の子「アルソン君」の名前をから「ハローアルソン・フィリピン医療を支える会」を立ち上げました。

初めて参加をした時、器材や継続的治療の問題などから日本では決して抜かず、治せる歯も、痛みをとるためには「抜歯」しか行うことができませんでした。私は今でも現地で初めて抜歯をした時に骨の中から歯を引き抜く、あのミシミシといった手に伝わる、まるで歯が悲鳴をあげているかのような感触を忘れることができません。

そして、帰国後、私は日本で皆さんにお伝えしているように、「歯は命の源」「歯は抜いてはいけない」という思いとは真逆の現地での活動に悩み、涙し、それならば世界一現地の人たちに思いを寄せ、できるだけ日本と同じような治療を目指すことができる「会」を作ろうと、私の師でもありこの会の会長でもある長野県御代田町　林歯科診療所　林春二先生を中心にこの会を作りました。

あれから14年がたちました。当時通訳を入れてもわずか25名程度だった参加者も今年は136名と過去最多となり、3名から始まった高校生たちも今回71名の中高生が全国から参加をしてくれます。

そして皆さんのおかげで毎年数千本の歯ブラシを現地に送ることができました。ご来院のたびに心にとめ、歯ブラシやタオルを持参して下さる方々、地域や会社に呼びかけ沢山のお仲間にお声をかけて下さる方々、そして学校単位で参加をし、今では市内でも沢山の小中学校が年行事として参加をしてくれます。また、黒磯南高校においては9年ほど前から生徒さんたちが現地に参加をしてくれています。

本当にありがとうございます。

皆さんの中には初めてご来院されたとき壁一面に張られているボランティアのポスターや歯ブラシやタオルをはじめ、絵画やカバン、CDまで販売され、時には野菜でさえもボランティア募金になるような歯科医院にさぞ驚かれたことでしょう。

また、出発前になれば高校生等が大きな声で挨拶をしながら研修にくる医院など通常ありません。

しかし、飛行機でたった4時間の場所に私たち日本人とはまるで違う劣悪な環境で生きる子供たちが沢山います。

私は初めてスラムの子供たちに触れ合ったとき、漠然とはありますが、一人の歯科医師として、そして一人の人間として「何か」を感じました。

それはこんな私でも皆さんのおかげで歯科医師として皆さんのお口の健康に携わらせていただいています。そしてボランティアを通じ沢山の人たちの優しさの恩恵を受けています。

そんな中、自分の人生においてはじめて人間として本当の心の在り方や幸せの意味を考えるきっかけを頂きました。

あれから15年。私の力は本当に小さなものですが、皆さんお一人お一人が心を寄せ合い支えてくださるおかげで今年も出発することができます。

宮沢賢治の言葉に、こんな言葉があります。

「この世に不幸がある限り我に幸いなし」

15年前この言葉に出会って以来これが私の金言となりました。

今年も皆さんの思いをしっかりと伝えて参ります。そして帰国後、院内に新たにポスターや新聞を通じ、スラムの子供たちの笑顔をご報告いたします。

どうかお楽しみにしていてくださいね。

そして、今後とも末永いご協力をお願いいたします。