

ひたすら日々感謝です

No. 252

佐野もみの木

No. 253

祝20周年いつもありがとうございます

No. 254

今日は3件のお礼を
頂きました

ありがとうございます



せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

受付だより



みなさん、こんにちは。ひんやりと感じる日も増えてきましたね。目に映る景色も秋の彩を帯びてきました。日中は気温が上がっても早まる夕暮れにつれ、日が落ちれば途端に風は冷たく、旺盛に聞こえていた虫たちの合唱も独唱に変わっています。

行楽の秋です。秋の景勝地、秋のごちそう、基本的感染症対策を行いながら秋ならではの楽しみましょう。新型コロナウイルスの第7波も波形は下がってきました。コロナと共にある社会活動も徐々に慣れてきたのでしょうか。しかしコロナは手強い。新たな変異株、大波小波にあとどれくらいのもれる事か、特効薬の登場が待たれます。

食欲の秋。種モミから丹精され育った稲が収穫の時を迎え食卓に上がる時、“新米”の響きはごちそうの域に達していませんか。けれども昨今私たちがお米を食べる量が減り続けているのは淋しいかぎりです。多くを輸入に頼る小麦粉の値上がりで家計を直撃している今、国内で生産されるお米をもっと食べる機会が増えるといいですね。秋といえばサンマも外せませんが、こちらの事情も深刻です。かつてのようなお手頃な値段では手に入らないごちそうになりつつあり、季節感がまた一つ失われてしまいそうです。

人生百年時代、健康である事、自分の歯で食事が出来る事の素晴らしは言うまでもありません。大切な歯を守るために毎日のハミガキがとて大切で。当院おススメの「プロスペックコンパクトスリム」は柔らかくかつ毛束の多いハブラシで虫歯・歯周病の原因となる歯垢の除去に優れています。定期的な歯科検診も併せてお口の健康を保ちましょう。

(歯科コンシエリエ 菊地 正子)



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、インシャルなど、どんな名称でもかまいません。30000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致します。

「梨は虫歯に

なりにくい!」?

秋の味覚といえばサンマ、さつまいも、栗など沢山ありますが、その中の一つである梨。甘くてシャリシャリとした食感がお好きな方は多いと思います。梨は中国原産と言われるバラ科の果物で、日本では弥生時代のころから食べられていたとされています。

梨はほとんどが水分ですが、実は優れた栄養素が詰まっています。アスパラギン酸、カリウム、食物繊維、ポリフェノール、クエン酸などの他に「ソルビトール」という甘味のある成分が含まれています。

ソルビトールは、キシリトールやマルチトールなどと同じ「糖アルコール」という甘味炭水化物の仲間です。自然界では梨の他にりんごや野菜などにも含まれています。この糖アルコールは摂取



いゝ歯の学校



しても虫歯になりにくいのです。なぜなら、虫歯菌は餌となる糖を使って歯垢を作り、歯を溶かして酸を出すという作業をしますが、その糖がソルビトールだとうまく作用しないからです。さらに、甘みが強いので、唾液も出やすくなり口腔内を綺麗にしてくれる役割(自浄作用)があります。その他にも、疲労回復、むくみ改善、整腸作用にも効果があります。栄養豊富な梨を食べて、健康な日々をお過ごしください。

柿木は梨の収穫量
全国3位



柿木の梨、ちやうど美味いハート♡

(歯科衛生士 藤田 友希子)



ジュダムール	スタジオM-ジュダII	ピラフ&レモン	T・O	湯田孝次	ひまわり鍋掛	のびっこくらぶ	本当にお世話おかけします
歯肉みがきに感謝	2020フィリピンボランティア活動無事のお帰りを祈っております				Nika Nika IV	ブルーポピィ	完治、感謝感謝
(医)弘徳会	ひたすら日々感謝です	和多志	7957&8767	えりちゃん大好き!	トニーズC224	トニーズ224	那須拓陽高校陸上部



ボランティア インフォメーション



歯とふるストーリー♡

私達の医院には全国各地から、毎日のように郵送や宅急便などで、物資が届いております。今月も、皆様から頂いた物資についてご紹介したいと思います。



東京都
木庭様

ハロアでも
おなじみの

東京都世田谷にある、いまに歯科
今西先生からのご紹介で物資を送って
下さった木庭さん

たくさんのお類を頂きました♡

ご協力ありがとうございます😊



新しいスタッフの ご紹介



名前: 藤田 プリンセス
Fujita Princess

〈プリンセスは本名がかわいい♡〉

愛称: せ、ちゃん

〈スタッフの皆で決めました!!〉

出身国: フィリピン

〈私達の第2の故郷!〉

みなさん こんにちは!!
わたしは セちゃんです
よろしく おねがいします。

にほんごは べんきょうちゅう
はなれかけて ください。



10/27(木) 黒磯小学校にて 講演会を行いました☆

「ハローアレイ・フィピン医療ボランティア」
の活動についての講演を行いました☆

コロナ禍もあり、最近では講演会も少なくなつて
いましたが、久しぶりに子供達の顔を見ながら
楽しく講演を行うことができました!!!

いつもたくさんのお物資のご協力を頂いております☆
黒磯小学校の皆さんありがとうございます♡



新型コロナウイルスの終息を願って	キカンシャ・トーマス	防水工事のプロテック	せきぐち歯科に来た安心感	クミコ	楓と颯
2019 ボランティア活動にI	生姜大好き人間	感謝の心:Ka	感謝の心:Fu	2019 ボランティア活動にII	2019 ボランティア活動にIII
君島さん今までありがとうございます	ゲスの極みメガネ	高校生頑張れ	(株)ダイコー建設	Real Outlet	貸別荘 丸山
ネットラジオ放送局 Nasu-Wave	株式会社 山一建設	AKD70	吉原 誠	梨菜四年生	青木食堂
				マララさんの功績	紅千世

頭文字K

なみログ~フィリピン情報局~

「フィリピンオオコウモリ」

今回はフィリピンオオコウモリについて紹介します。コウモリと言えば、暗い洞窟の中でひっそりと息をひそめて逆さになっているというイメージがあり、ホラー映画に出てくるような古い屋敷や、トレジャーハンターが入った洞窟の中から飛び出してくるような、不気味な印象を抱いている方も多いのではないのでしょうか。

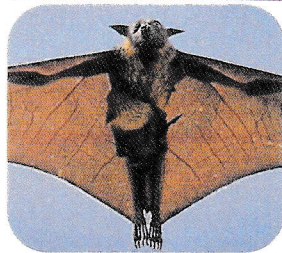
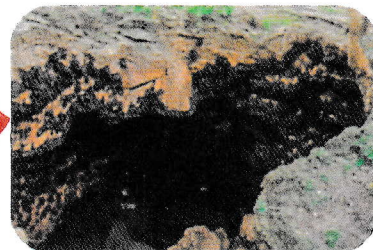
フィリピンオオコウモリの正式名称は「Giant golden-crowned flying fox(金の王冠を持つ空飛ぶキツネ)」と言います。その名の通り、顔から首にかけて小金色に輝く毛で覆われています。フィリピンでも滅多に見ることは出来ない絶滅危惧種であり、羽を広げると2メートル近くの大きさで、花の蜜や果物といった植物性のものを主食にしています。このフィリピンオオコウモリは、フィリピン・ダバオ島のマイトウムとミンダナオの熱帯雨林に生息しています。また、フィリピンで最も有名なコウモリの観光地は「モンフォート・バット自然保護区」です。フィリピンオオコウモリを見ることは難しいかもしれませんが、機会があれば是非、見に行ってみてください。しかし、コウモリは色々なウイルスを保有している可能性があるの

で、触れる際には注意してください。

また、コウモリは不思議な歯を持っています。空を飛びますが、鳥の仲間ではありません。哺乳類動物の仲間で、くちばしではなく30本の歯を持っています。中南米にはチスイコウモリという、動物の生き血を食べ物にしている変わったコウモリもいます。牛や馬などの動物が寝ているときに忍び寄って、鋭い前歯で動物の皮膚に傷をつけ、舌でなめて血を吸い取ります。臼歯は働かなくてもいいので退化してしまっているそうです。

この洞窟には
230匹の

コウモリがいます... 怖!



小金色のマナーがキラキラ
ますか??

すごい翼ですね!

(受付 山口 来海)



「歯の名称」

側切歯、第一小臼歯、第二大臼歯等、名前を聞いてどの歯のことを言っているかわかりますか?

【前歯】正中から数えて3番目までの歯を総称して前歯といいます。主に物を噛み切る時に活躍します。

【中切歯】正中から数えて1本目の歯です。食べ物を噛み切る際に活躍します。

【側切歯】正中から数えて2本目の歯です。中切歯より小さく、中切歯同様食べ物を噛み切るのに役立ちます。

【犬歯】正中から数えて3本目の歯です。糸切り歯と呼ばれることもあり、他の歯に比べて先が尖っています。

【臼歯】正中から数えて4番目以降の歯を総称して臼歯といいます。食べ物をかみ砕くのに役立ちます。

【第一小臼歯】正中から数えて4本目の歯です。最近では歯ぎしりやくいしばりから歯を守ったりする大切な歯との見解もあります。

【第二小臼歯】正中から数えて5本目の歯です。第一小臼歯同様の働きがあります。

【第一大臼歯】正中から数えて6本目の歯です。5〜6

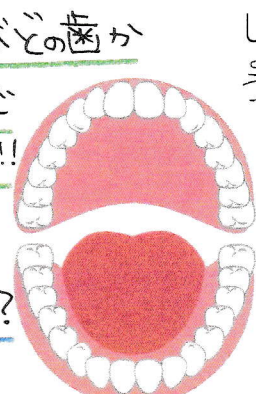
パワフル衛生士のわ・歯・歯教室

歳頃に生えてくるので6歳臼歯と呼ばれることもあります。永久歯の中で一番大きく、噛む力が強いのが特徴です。

【第二大臼歯】正中から数えて7本目の歯です。12歳頃に生えてくるので12歳臼歯と呼ばれることもあります。

【第三大臼歯・親知らず】正中から数えて8本目の歯です。智歯とも言われ、しっかりと磨けていないと周りの歯ぐきが腫れて痛くなる智歯周囲炎という状態になることもあります。

このように、どの歯にも大切な働きがあり、一本も失って良い歯はありません。毎日の歯磨きで歯を守りましょう。



どれがどの歯か
確認してみよう!!
全て
あはれかな?

(歯科衛生士
北島 紗希)



超高齢社会に向けて 「お悩み相談室」

「私、コロナ感染!前編」

先月号のハロアル新聞はお休みさせて頂きました。大変申し訳ございません。なぜなら、8月下旬、新型コロナウイルスに感染してしまったからです。私がコロナに感染した経路がはつきりしており、認知症介護に関係していることから、今回経緯を記載しようと思いました。

まず、私が勤務しているグループホームで、スタッフ1名コロナに感染し、そのスタッフは10日間の自宅療養となりました。その翌日、95歳になる女性入居者1名の感染が確認されたのです。以前から面会はパーテーション越しで行っており、検温やマスク着用等の対策を徹底していたことから、彼女はスタッフから感染したのだと考えます。私は、想定内の出来事とはいえ、とても動揺したのを覚えています。それから間もなく保健所から連絡があり、案の定このまま施設で療養するよう指示されました。分かつてはい

ましたが、基礎疾患がある高齢者でも重症化しない限り入院は出来ないのです。そこで私は決心したのです。自分の感染も覚悟して彼女と一緒に隔離して専従介護しよう。美談にするつもりは全くありませんが、他の入居者やスタッフに感染拡大させないためにはこの方法しか思い浮かびませんでした。彼女の部屋は一番奥にあり、たまたま隣の部屋が空いていたので私はその部屋で寝泊りしコロナに感染した彼女の介護にあたりました。部屋に入る際は防護服やフェイスシールドを着用し食事の提供や後片付け、ポータブルトイレの介助、検温・酸素飽和度のチェック等、最低限必要な介護を実施しました。彼女は自分の身に起こっている状況を理解することができず、何度説明しようが無駄に終わりました。「なんで部屋から出れないの?出して!」と私の制止を何度も振り切ろうとしたり、完全防護着の私を見て「なんでそんな格好をしているの?」と、彼女のストレスと不信感は相当な感じでした。夜間私は、隣の部屋に居ましたが、彼女の部屋の扉が開く音が聞こえる度に対応したのでした。説明が無駄に終わることを知りながら何回も何回も。

専従介護してから3日後の早朝、私は体に違和感があり、やはり覚悟していた事が起きたのだらうと確信しました。背中筋肉痛のような痛みがあり、咳も出はじめて検温したところ37.9度あったのです。その日の午前中にPCR検査を受け結果は陽性でした。陽性の結果を聞いたら普通がつかりするものですが、私の場合ホッとする気持ちになれた自分がいたのです。なぜなら、これで防護服を着用しないで接することが出来て、介護がスムーズになると考えたからです。これでいつもの信頼関係を取り戻せる...。

※長文のため後編は次号に掲載させて頂きます。

(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。

～お知らせ～
休診等はカレンダーをチェックして下さい

1日(土)～5日(水) フィリピン 現地視察のため 副院長の診察
22日(土)・29日(土) 午前中のみ診察
28日(金)・29日(土) 副院長の診察

ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

今月のカレンダー

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



「楽しく食べよう！」

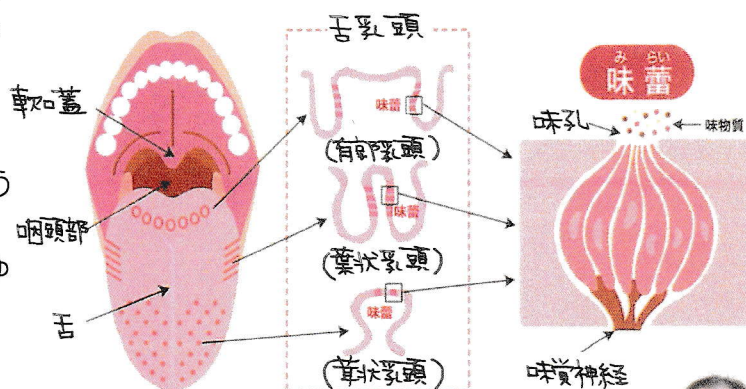
食べることは生きるために必要なことであると同時に、大きな楽しみの一つでもあります。食べることの楽しみとは、**視覚・嗅覚・聴覚・触覚・味覚**の五感で感じる楽しさです。まず食べ物を口に入れる前に、「おいそう」と感じるのは、**視覚と嗅覚**によるものです。つまり、目と鼻で楽しんでいるのです。口に入れてからは、咀嚼することで**触覚**による舌触りや歯ごたえ、そして**味覚や嗅覚**による味わい、さらに「ポリポリ」「カリカリ」といった噛む音を**聴覚**で楽しむことができます。

歯には、「**歯根膜**(しこんまく)」といって、歯ごたえを判別するセンサーがあります。舌や口腔粘膜にも触感を感じるセンサーがありますが、歯根膜は部位により感度が異なります。特に噛み切る役目をする前歯の歯根膜は敏感で、硬さ・柔らかさ・噛みごたえなどの触感は、前歯で噛んだときにより一層楽しむことができます。

また味は、主に舌にある「**味蕾**(みらい)」という器官で感じます。味蕾が多く存在する**有郭乳頭**(ゆうかくにゅうとう)や**葉状乳頭**(ようじょうにゅうとう)は、舌の奥のほう(奥歯の近く)に分布しています。そのため、奥歯でしっかりよく噛むと、唾液に溶けた成分が乳頭の奥の方にある味蕾を刺激するので、味わいが増し、持続的に味を感じることができます。

「歯が抜けて入れ歯にすると、何を食べてもあまりおいしくない」という話をよく聞きますが、それは噛む機能が本来の30%くらいしか回復しない為です。歯根膜は歯の根の周りを取り巻く薄い膜ですから、歯が抜けると歯根膜もなくなり、触感が鈍ります。また、奥歯が抜けると十分に噛むことができないので、味蕾への刺激も減ってしまいます。

つまり、いつまでもおいしく食べるためには、「**自分の歯でよく噛むこと**」が最も大切と言う事です。その為にも日頃のケアと定期的なメンテナンスをしっかりと行いましょう。



(歯科衛生士 黒川淳子)



〈イグアスの滝〉



ここの絶景
一度は見てみたい
ですよ☆

(歯科助手 堀切 まゆみ)



ブラジルの観光第一位
ブラジルの観光地のイグアスの滝を紹介いたします。
イグアスの滝とは、ブラジルとアルゼンチンの国境となる川(イグアス川)にある巨大な滝のことです。滝の80%がアルゼンチン側、残り20%がブラジル側にあります。ナイアガラの滝(アメリカ・カナダ)、ビクトリアの滝(ジンバブエ・ザンビア)と並び世界三大瀑布の1つとされています。特徴は、そのスケールの大きさ。最大落差は約80mとビクトリアの滝には少し及びませんが、滝幅がなんと約4km! 滝の本数は世界一で、季節によつて差はありますが、毎秒65,000トンという水量を放出していると言われています。
イグアスの滝をブラジルから楽しめるのは全体を見ることができるところです。歩いて行くと、ところどころに展望スポットがあり、多様な角度から滝を楽しむことができます。それほど広くなく、歩いているところには急なアップダウンが少ないので長い距離を歩くことが苦手な場合はブラジル側がおすすめです。



有美子の健康 歯いっ！どーぞ！

「栗名月」

満月が綺麗に見ることが出来た先月の9月10日は「十五夜」でした。

そして今月の10月8日の土曜日が「十三夜」です。我が家は、一緒に暮らす義母さんが毎年ススキを飾り、お月見団子を用意してくれます。それが当たり前の事のように思う息子たちは、毎年9月と10月に喜んでお月見団子をほづばっています。義母さんと暮らすまで、恥ずかしなから私は知らなかったのですが「十五夜」と「十三夜」のどちらか一方の月見しかない事は「片見月(かたみつき)」と言い、昔から縁起が良くないと言われるそうです。小さなことですが、そんな些細な事や秋の行事「お月見」を小さな頃から経験出来ている息子たち、「おばあちゃん」に感謝です。

さて、十五夜に続いて今月の十三夜では栗や豆をお供えすることから、「栗名月・豆名月」と呼ばれているのはご存知でしょうか。この時期しかなかなか食べられない「栗」は特別に秋を感じますね。そして栗の栄養などに気が

することもなく食べている気もします。気になったので調べてみました。

実は栗は栄養満点のスーパーフードでした！糖質やアミノ酸の代謝をサポートするビタミンB1を多く含み、白米をメインにしている日本人は積極的に摂りたい栄養素です。渋皮部分に含まれるタンニンがポリフェノールの一種で、抗酸化作用があり、血管が老化によって硬くなる動脈硬化対策にも注目されています。食物繊維の他にもビタミンCが豊富で、5粒も食べれば1日に必要なビタミンCが摂れ、柑橘類のフルーツに負けないくらいに「栗」を食べてみるのもいいかもしれませんね！



(歯科助手 渡辺 有美子)



「歯周病と糖尿病の関係って？」

「糖尿病になると歯周病になりやすい。」「歯周病があると糖尿病が良くならない。」ということは昔から言われています。ニワトリが先か、卵が先かというような論争ですが、いずれも糖尿病と歯周病には密接な関わりがあることは事実です。

ではなぜ、歯肉の炎症である歯周病が糖尿病に関わってくるのかをご存知ですか？出血や膿を出しているような歯周ポケットからは、炎症に関連した化学物質のサイトカインが血管を經由して体中に放出されています。中等度以上の歯周ポケットが口の中全体にある場合、そのポケット表面積の合計は手のひらと同じ程度と考えられています。歯周ポケットの中身は外からは見えませんが、手のひらサイズの出血や膿が治療なしで放置されていると考えると、からだ全体からも無視できない問題であることが理解できると思います。

ポケットから出て血流にのったサイトカインは、体のなかで血糖値を下げるインスリンを効きにくくします。そのため、糖尿病が発症・進行しやすくなります。歯周病と糖尿病の「負のスパイラル」を断ち切るには、糖尿病と歯周病をともにしっかりと治療することです。

患者さん自身のブラッシングによるプラークコントロールをしっかり行い、歯科医院で炎症の原因となっているプラークや歯石を確実に取り除くことです。そうすることで歯肉の炎症をコントロールできればインスリン抵抗性が改善し、血糖コントロールも改善することも研究されています。

また、糖尿病を治療することで歯周病の症状が改善し、歯肉の出血が減ったなどの例も報告されています。歯周病と糖尿病は、どちらも好ましくない生活習慣によって発症する生活習慣病ですが、困ったことにどちらも初期は痛みを伴わないため、自覚症状がないまま放置することで進行してしまいます。歯科での定期検診、健康診断で血糖値のチェックなどをし、早期発見・予防に努めましょう。



(歯科衛生士 小柳 かおり)

院長手記

「子供達からの学び」

9月27日、約3年ぶりに那須塩原市立黒磯小学校に総合学習の一環で6年生36名を対象にボランティア講演をさせていた。

黒磯小学校は数年前から黒磯駅前で開催されている「もったいない市」や「キャンドルナイト」に毎年6年生が参加をし、私たちのボランティアのために歯ブラシやオルなどの呼びかけをしてくれた。しかし、新型コロナウイルスの拡大により様々な催しものが自粛となる中、当時の6年生たちも例外ではなく小学校の楽しい思い出を作ることができなかった。

コロナが蔓延する前の「もったいない市」での活動の様子



今回「総合学習」という授業の中で担当の先生から私が長年やってきたボランティアから社会に対して奉仕することの意義、公共のために役立つことへの意欲を話して欲しいと依頼を受けた。正直、私のような未熟で私自身がまだその意義を学び途中の者が子供たちの前で何を話すべきかと悩んだ。

が、私が年間の活動のなかで私自身が変わったように、世界の現実を子供たちが知り、少しでも彼らの未来に貢献できればという思いで有難く引き受けさせてもらった。

教室に入ると6年生36名がメモ用紙を片手に元気よく挨拶をしてくれた。子供たちの元気な声は本当に嬉しい。たった一言の「こんにちは」でこちらまで幸せな気分になる。

1人1人の顔を見ながら話をできるのが講演の醍醐味!!!



私はスライド写真を見せながら生活の中で「もったいない」と思う事を尋ねた。子供たちは積極的に手を上げ「食べ物」や「電気や水道」などと答える。私は改めて今の日本は子供たちさえも生活の中に十分すぎるほどの「もったいない」を感じているのだと感じた。

私はその意見を聞きながら、実は世界には地球上の全ての人達を救う2倍の量の穀物が存在しており、その中で日本では年間に東京ドーム5個分の食料を破棄していることを話した。また、私が以前から訪れていたデンマークではペットボトルのリサイクル（再生利用）よりもリユース（再利用）化が進み、実際に私が持ち帰ったデン

日本の食べ物は

一年間で、612万トンが捨てられる
東京ドーム5杯分の量

1日
お茶碗だと 一人約1杯分捨てている

コンビニエンスストア（お弁当にすると）
1日 1億8000円分 捨てる
36万食 捨てる



デポジット制
リユース

日本の食の現状を知って...



↑ デマークのペットボトルに実際に触れて...

マークで利用されているペットボトルと日本の物を比べながら限りある地球資源について話した。

その中で有り余る食料、安全な水、教育、医療、福祉などの社会的恩恵を受け、爆弾の音に怯えることなく生きられる人々はこの世界にたった10%しかいないことを話した。
そして今79億人が暮らすこの地球で約8人に1人が一日をたった1000円で生活をしなければならぬ極貧層と呼ばれ、貧困のため彼らと同じ子供たちが5秒に1人の割合で死んでいる現実を伝えた。
生徒たちの顔から笑顔が消えた。そして少しづつその目つき、顔つきが変わってきた。

いよいよ写真は私たちが支援をしている
スラムでの活動となり、たった飛行機で4
時間の場所に私たち日本人では考えられな
い劣悪な環境で生きる子供たちの様子が映
し出された。学校に行くこともできず貧し
い家計を助けるために一日中ゴミ山でゴミ
を拾い、たった1本の歯ブラシさえも買え
ず痛みが出ればこめかみをさすり神様に痛
みがなくなるようにと祈るだけの人達の写
真を見せた。

治療はもちろん、薬も買えず
痛みをけしてもやあらげる
ことはできない!



私は子供たちに尋ねた。「君たちにでき
ることは何だろう。」彼らは沢山の意見を
くれた。「歯ブラシを寄付する。」「募金
をする。」「もったいない生活をしな
い。」「どれもこれも本当に素晴らしい回答
だった。」

私は話した。「今、君たちの答えは全て
正しいだろう。しかし、今の君たちが本当
にやらなければならない事。それは『学ぶ
こと』だ。」

子供たちは少し不思議そうな顔している。
「今こうして何不自由なく奇跡的にこの
国に生まれ、お父さん、お母さんの子とし
て素晴らしい環境で学ぶことができる。友

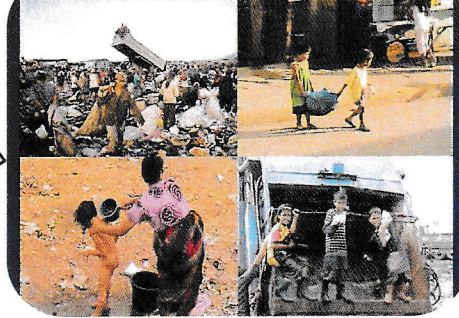
達と語らい、遊び、時には喧嘩し、これか
ら無限の可能性を秘めた「夢」をみること
ができ、そして叶えることもできる。」
「しかし、ウクライナの様子をテレビで見
てもわかるように、世界には鉛筆の代わり
に銃を持ち、学校ではなくゴミ捨て場に行
き、1本の虫歯の歯によつて命を落とす子
供たちが沢山いる。」「そのなかで今君た
ちができることは一生懸命学び、一生懸命
運動し、自分だけの幸せの為に学ぶのでは
なく誰かの幸せのため祈り、願う大人にな
るために『学ぶ』ことだ。」

子供達が自ら
ゴミを拾い、1日
の生計を立てて
いる。

なぜ、学校に通えないのか
ゴミ拾いに行かないといけない



子供たちが親の代わりに働く



「学ぶ」ことは彼らの「夢」

子供が働き、
子供が兄弟の世話
をしている。

私は生徒たちに尋ねた。「豊さとは何だ
ろう。」「彼らはこのあまりにも漠然とした
質問に黙っていた。私は私が17年間ボラ

ンティアをやり続けて自分なりに学んだこ
とを話した。

現地活動中
高校生に話
をする団長。



今日の
黒小での
講演の様子。



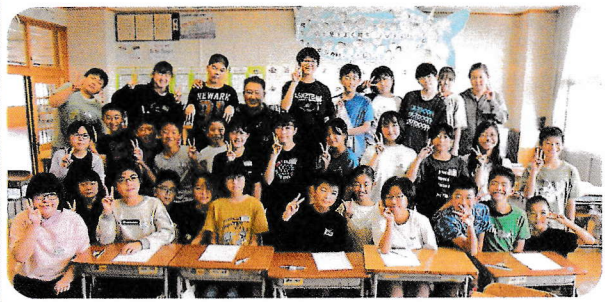
「豊かさとは、決して自分だけの幸せを願
わず、誰かの幸せを自分のことのように感
じられる心だ。」「
「そしてもし、世界中が同じようにお互い
を思えることができたらしきと世界は一つ
になるだろう。」「
「そうは思わない?」
子供たちは皆一斉に首を縦に何度もふつて
くれた。

私は最後に言った。「いつの日か今日の
先生の写真を1枚でも覚えてくれて、何か
を感じたら高校生になった時は非一緒に
フィリピンに行こう。」

そして私がいつも最後に子供たちに送る
言葉を伝えた。

「世界に不幸がある限り我に幸いなし」
(宮沢賢治)

世界に不幸が
ある限り、
我に幸いなし
(宮沢 賢治)



講演後校長室に通され先生方とお話しができた。とても良かったとお褒めを頂いたが、私は素直な気持ちで伝えた。
「私の話を聞く子供たちの澄んだ目が一層私に自分の生き方を見つめ直させます。こちらこそそのような機会を頂き、子供たち以上に私が学ばせて頂きました。」
昇降口をでるとすでに下校の準備だろうか子供たちの笑い声が聞こえる。いまから家族が待つ家楽しくみんな帰るのだろう。
私はそんな彼らの声を聞きながら10月1日から約2年半ぶりに訪れるフィリピンのスラムの子供たちを思い出した。
運命は時に残酷だ。自分ではどうしようもない現実が存在する。しかし、それを運命という言葉で私たちが素通りしてしまつたらいつかこの地球は冷たく寂しい星になってしまう。
私の力は本当に微力だ。しかし黒磯小学校の子供たちのおかげでまた一つ活動への力を頂いた日だった。



ちょこっと裏話

ハロアル
ひびき話

～講演ってどんなことを話しているの?～

今回の院長手記には、講演で
使用したスライドを載せているよ!!



1. フィリピンってどんな国?

ジューン-という有名な果物や
食べ物等の紹介。



2. 支援の必要なん?!

高層ビルが建ち並ぶ繁華街の
すぐそばにあるスラム街について。



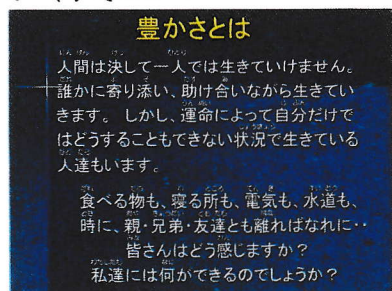
3. スラムに住む人達って?

一日100円で生活をする人々の
日々の生活の様子の紹介



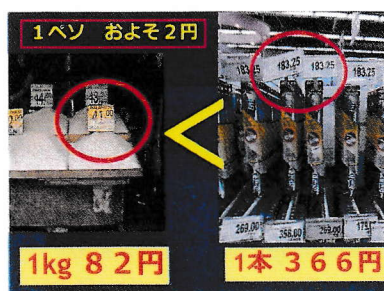
6. 豊かさとは?

人は人では生きていけない。
恵まれた日本で生きる私達
に、今できることは...



5. どうして虫歯になるの?

お米よりもハブラシ本の
値段が高いという事実...

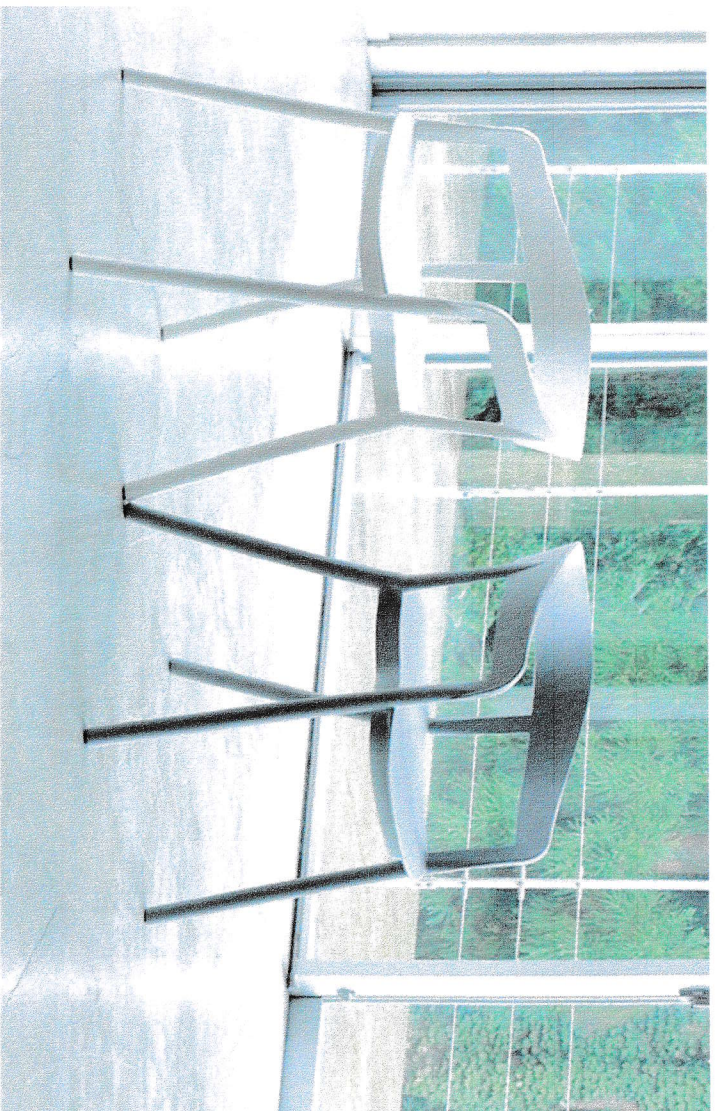


4. どんな事をしているの?

治療を必要としている人達
への医療支援の様子。

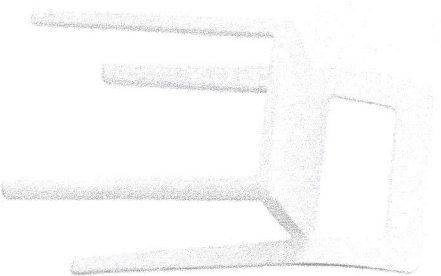


◎限られた時間で子供達が飽きることはないよう、様々な工夫がされています!

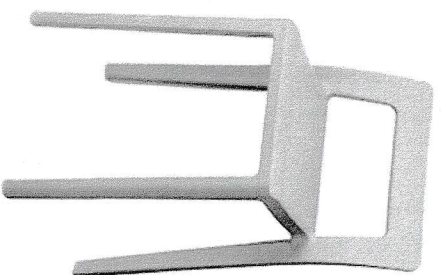


ARM CHAIR

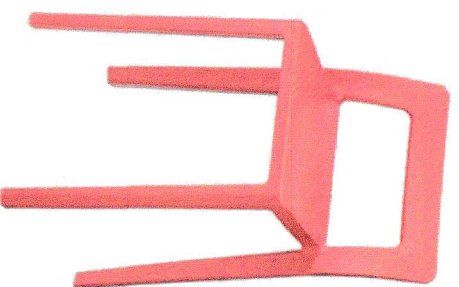
| W57×D51.5×H76×SH46 |



White./ホワイト



Gray./グレイ



Orange./オレンジ



Green./グリーン



選べる4カラー



白・黒・灰色・水色があり、お部屋になじみやすい

