

レストラン宝島

院長の母

No.286、No.287の協賛、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。過酷な暑さは幾分おさまり、気持ちも体も一段落できたでしょうか。まだしばらくは夏の延長、熱中症対策は引き続き行ってください。

新型コロナウイルス感染症が五類に移行し、コロナ前とほぼ変わらない日常が戻って久しく、コロナ禍の制限された鬱々とした重苦しい日々の記憶が薄れて、コロナ禍で得た教訓さえも無かったような錯覚を覚えます。感染者が増えると思うのだと思いつつ、新型コロナウイルスは変容し続け常に近くにあるものだと再認識して正しく恐れて正しく備えましょう。

夏の疲れでバテ気味や免疫力が下がっていると、普段ならやり過ぎる細菌やウイルス系の疾患に罹りやすくなってしまう。夜は随分過ごしやすくなりましたが、エアコンも上手に取り入れ、質の良い睡眠でしっかりと休養をとり、旬の食材を積極的に取り入れたバランスの良い食事は塩分控えめで、下がった免疫力を高めていきましょう。

むし歯や歯周病も普段から口の中に存在する細菌が原因の疾患です。ハミガキが不十分だったり疎かだったりすると、磨き残された食べカスをエサにむし歯菌・歯周病菌が活発に活動してむし歯・歯周病は進行してしまいます。そうならないような毎日の食後のハミガキが大切で、しっかりと磨くためには柔らかくコシがあるハブラシが適しています。そこで当院では「プロスペックコンパクトスリム」をおススメしています。定期的な歯科検診もあわせてお口の健康も守りましょう。

(歯科コンシエルジェ 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。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致します。

いゝ歯の学校



「見えない雑菌に注意ですよ!」

毎日使っている歯ブラシの交換時期について意識されていますか?

歯ブラシの毛先が広がってしまったり、毛先が広がってしまっても、1ヶ月以上も使用している歯ブラシは、ブラシのコシがなくなりしっかりと磨くことができません。歯ブラシの交換は約1ヶ月を目安に行うことをお勧めします。そして歯ブラシには、耳や鼻、のどに影響をきたすブドウ球菌やカビの一種であるカンジダ菌などの雑菌が繁殖します。長期間、同じ歯ブラシで磨いていると、このような雑菌をお口の中に入れていくことになる。また、しっかりと歯ブラシでプラークを落とせなければ、虫歯や歯周病になるばかりでなく、かぜやインフルエンザ、そしてコロナウイルスなどの感染症にも

(歯科衛生士 菊地久美子)



そろそろ新しくはと!



罹患しやすくなります。その歯ブラシで歯肉や粘膜に傷をつければ口内炎を作る原因にもなり、様々な弊害が起こりえるのです。

お口は健康の源です。口腔内のコントロールができていれば病気の予防にも繋がります。

これらの雑菌から自分の身を守るためには、歯を磨いた後はしっかりと歯ブラシを洗い、よく乾燥させること、そしてきちんと1ヶ月を目安に定期的に新しい清潔な歯ブラシに交換しましょう。

MEGAドンキホーテ	怪盗ちーちゃん	つけ麺 竹風	SHOJI	頭文字K	奈葉・星矢	あずさ・唯	笑顔
ジャン・多美	那須バギーパーク	わか乃	人見	くまさか珠算塾	萌・元・風	チャッピー	浜のカモメ



パワフル衛生士のわ・歯・歯教室



「スポーツ歯科医学」

この夏、沢山の興奮と感動をもらったパリ五輪ですが、この代表選手に歯科検診が義務づけられているのはご存知でしたか？歯科検診が導入されたのは、1988年のソウル五輪からで、これがマスコミを通じて広く報道されたことをきっかけに1990年「スポーツ歯学研究会」が発足しスポーツと歯学の関わりについて研究されてきました。

歯の健康はスポーツパフォーマンスにとって大事なことで、日本代表選手もオリンピックへの出場前には、内科・整形外科と併せて歯科検診を受けています。野球選手・サッカー選手などのスポーツ選手や、柔道・レスリングなどの格闘技選手、プロゴルファーなどトップアスリートと呼ばれる人々も、多忙な時間の中、歯科検診を欠かしません。

体の運動機能と、歯・歯周組織・噛み合わせというのは、大きく関連しています。力を入れる際には歯を食いしばりますし、体幹バランスをとるためには噛み合わせのバランスが大事です。また、スポーツをしていると衝撃などから歯にダメージが加わることも少な

くありません。

スポーツ歯科医学は、スポーツをする人々が、スポーツ中に外傷を予防したり、口腔の健康管理を行いやすくしたり、より良いパフォーマンスができるようにしたり、ということを追求める分野です。

また、歯や顎の外傷予防や力を発揮する目的で使用されるものにマウスガードがあります。弾力性のある柔らかい材料から出来ており、通常上の歯に装着します。マウスガードには、理想的な位置に顎を固定しやすくなったり、ずれている咬み合わせを矯正したりする効果があります。具体的な効果がどれくらいあるかについては不明ですが、筋力やスポーツパフォーマンスをアップさせたいという場合には、試してみても良いかもしれませんね。当院でもマウスガードの作製を承っていますので、気になる方はご相談下さい。



(歯科衛生士 黒川 淳子)



子育て歯っぴースマイル★



「口腔機能発達不全症」とは

“口腔機能発達不全症”とは、「食べる機能」「話す機能」「その他の機能(呼吸など)」が十分に発達していないか、正常に機能獲得ができていない状態で、明らかな食べる機能(摂食機能)の障害の原因疾患がなく、専門的なサポートが必要な状態のことをいいます。

日本では、小学生で虫歯にかかったことがある児童は約45%で、年々減少してきていますが、上手く噛めない、発音(構音)がおかしい、口呼吸をする、いびきをかくなど、口の機能に何らかの問題を持っている子どもが増えています。口腔機能発達不全症のまま成長すると、呼吸の悪化による学習や運動能力低下や容姿などに影響が出たりするだけでなく、成人してからの健康リスクや、高齢期の歯の欠損や健康リスクが高まるといった悪影響があります。生まれつきの疾患もなく口腔器官のそのものに異常があるわけではないのに、うまく機能していない場合、その原因として、子どもが成長していく中で獲得して

いく運動機能が影響していると考えられています。

身体は中枢→末梢、粗大運動(身体を大きく使う動作)→微細運動(細かい動きにあたる動作)の順番で発達していきます。運動機能の発達には段階があがっていくように、ひとつずつ積み重ねられ徐々に獲得される機能が増えていきます。口唇閉鎖、舌運動など口腔の運動機能は微細運動に含まれ、正しい咀嚼運動や構音動作を獲得するには体幹をしっかり安定させるなど粗大運動を獲得していくことが口腔の運動機能発達の土台となります。口腔機能は全身の運動機能と相互に影響しあいながら発達し、顎・顔面や口腔の成長にも影響を及ぼしますので、全身を使った遊びや運動をしたり、正しい姿勢で過ごす時間を増やしたりといった粗大運動の獲得・機能の強化をし、筋肉を育て、身体の上にある首や顎、顔の成長や機能発達を促すことが「口腔機能発達不全症」の予防には大切です。

(歯科衛生士 小柳かおり)



ヒロちゃん	Y.エハラ	グリーンパール那須	みっちゃま717	カットハウスなみき	CIELO BLU	ガンパロウ日本!	ウリウリ
エヌ・DL	世界が豊かに	HK	ひまわり薬局	アジア食堂 籠	MANATO	ロクサロライダース	アーベストフーズMT
カルテNO.6731	コーヌス	サロンド・シモン	さくら	もみの木	LABO-BURST	青木食堂	ひまわり鍋掛

「虫の歯って？」

18世紀後半までは、むし歯の原因は「歯の虫」であると考えられていました。これは、歯の中の神経を虫と勘違いしたためとも言われています。しかし、その虫にはカルシウムを作る細胞がないため、基本歯はありません。口の近くにハサミのような構造があり、獲物をはさんだり、食いちぎったりする機能があります。カマキリやアリなどを想像するとわかりやすいかと思います。

しかし、昆虫ではないですが、私たちのなじみのあるカタツムリには歯があります。正確には「歯舌（しぜつ）」と呼ばれ、舌の上にびっしりと並んだヤスリ状の小さな歯で、おろし金のようなつくりをしています。1列に80本並んだ歯が150列あり、全部で12,000本あるという説もあります。カタツムリは、この歯舌で野菜や葉っぱ、コケ、コンクリートなど、さまざまなものを削りとって食べます。コンクリートに

はカルシウムが含まれているため、隠れ家である殻を作るために食べることもあります。また、口の入り口には「顎板（がくばん）」という硬い歯が1つあり、食べ物を擦り取ります。カタツムリの歯は何度も生まれ変わります。

何度も生まれ変わる歯は羨ましいですね。しかし、人間の永久歯は一度失ったら二度と生えてきません。しっかりむし歯、歯周病を予防しましょう！



（歯科衛生士 北島 紗希）



「更年期とドライマウス」

ホルモンバランスの乱れが原因で起こる更年期障害と口腔内は、一見無関係のように思いますが、実は深い関わりがあります。唾液を分泌する唾液腺という器官は女性ホルモンの影響を受けます。エストロゲンが減少することで、唾液が分泌されにくくなります。

ドライマウスは唾液が減少して起こる症状で、ネバつきや乾燥を伴います。日本には約800万人ものドライマウス患者がいると言われていますが、その多くは更年期以降の女性です。

ドライマウスになってしまうと口腔内が乾燥した状態が続く、歯だけでなく舌にも汚れが溜まります。舌が汚れば口臭が発生し、唾液が減少すれば細菌が繁殖し、その結果虫歯になります。更に、歯周病菌の中には女性ホルモンを栄養源として増殖するものがあります。そのため男性よりも女性のほうが歯周病になりやすいことが分かっています。

更年期のトラブルの多くはドライマウスという唾液の減少によるものですが、特に歯周病は全身疾患に繋がる可能性があることも明らかになっていますので注意が必要です。

おすすめの酸っぱい食べ物・飲み物



梅干し



酢の物



マリネ



レモン水



かんきつ類

唾液の分泌が少ないと自覚している方は、酸味のある食べ物や飲み物を口にしてから食事をするをお勧めします。



ドライマウスが気になる方は、ぜひ、試してみてください！

（歯科衛生士 藤田友希子）



歯は命の源	噛める喜びを希望に	フィリピンの子供に笑顔を	adidas KURO	Y・S	三鈴堂
本当にお世話おかけします	歯磨きの大切さ	ハロアル新聞愛読者	小さな感謝の習慣	マララさんの功績	受賞記念
元気でいってらっしゃい	紅千世	マミとチュン	元気にファイト 熊坂珠算塾	もみの木	エコの森

有美子の健康

歯いっしょどーぞー

「夏から秋へのシフト」

9月に入ると、暑かった夏から少しずつ気温が落ち着いてきます。耐えられないような暑さも実質的に2ヶ月あまりですが「早く秋になってほしいな」と思いながらここ数年過ごしているような気がします。暦の上では8月8日頃からもう秋ですが、体感としては夏真っ只中ですね。ただ、ふとした時に「秋」を感じると、なんとなく物悲しいようなさみしいような感覚になるのは私だけでしょうか？

漢方の考え方の根幹に「陰陽論」というものがあります。昼と夜、男と女、寒さと暑さなど。「すべてのものには相反する二面性がある」という考え方で、反発するのではなくお互い作用し合う（影響を与え合う）存在という意味だそう。そして、漢方の考え方では、秋は「陰」に入る季節。（さみしいような感覚になるのはそのせい：？）夜が長くなることで、本来は睡眠時間がやや長くなる傾向にあるとされていて、自然の法則に合わせて体を休めると、体や心のバランスも整い易くなるとされています。

近年の異常なほどの夏の暑さで自律神経が狂いがちだった方、食欲も落ちて体力が落ちてしまった方も、これから少しずつ気温が下がってくる9月、栄養のある旬なものを食べて「秋」を存分に感じましょう。そして「心身を整える」「気を整える」充実した時間を過ごせるといいですね。



（歯科助手 渡邊有美子）



新緑町緑の家	三鈴堂 2回目	nasunicafe joynas		アマクウク	マリオ	ご活動の愛と勇気に		愛
チューリップ	朋遊館	湯田孝次	かおる	梨菜	たえちゃん	仲良し夫婦	祥吾	

「イヤイヤ期」

私は1歳7ヶ月の娘がいて、1歳半頃から「イヤ」と言う発言、寝転んで泣いたり、ほとんどのことは1人でやりたいことが多くなってきました。

これはイヤイヤ期かなと思いはじめましたのでイヤイヤ期について調べました。

イヤイヤ期とは、子供が成長する過程で自己主張が激しくなる2歳前後の時期です。

ママやパパからの声掛けに対して自分の意にそぐわないと「イヤ！」と拒否するため、イヤイヤ期と呼ばれるようになってきます。

イヤイヤ期は子どもの成長過程で訪れる時期なので、始まる時期についても個人差があります。一般的には一歳半頃から始まると言われていますが、早い子供では生後6ヶ月頃からイヤイヤ期が見えることもあります。

2歳にピークを迎える子供が多いことから「魔の2歳児」とい言葉も有名です。イヤイヤ期は多くの場合3歳頃には落ち着いてくることが多いようです。

これは、3歳頃に言葉が発達し「なぜ嫌なのか」「自分はどうしたいのか」など子どもが言葉を上手く使って感情を伝えられるようになるからだと考えられます。

自分の主張を言葉で伝えることができる時期が、イヤイヤ期の終わりが見え始める時期だと言えるでしょう。



（歯科助手 堀切まゆみ）



T・O	吉原誠	100回噛む	高校生頑張り	名前未記入	AKD65	和風貸別荘まるやま	榮
ミッキーとムーミン	K・K	NO.1023	晴仁くん&明莉ちゃん	三鈴堂 3回目	2017 ボランティア活動に		
訪問看護ステーション那須	四姉妹	No. 899	君島さん今までありがとうございます		感謝		

写真愛好家・一男	感謝A・T	chaco's family	みんなの那須ポータルサイト	今年もお世話になりました。	キウイ大好き人間
ブルーポパイ	御縁に感謝	エステサロン プリティ	梨菜3年生	仁菜ちゃん&明ちゃん	清子
今年も大変お世話になりました	AKD69	歯肉みがきに感謝	ボランティア活動ご無事をお祈りしております	NikaNikaN	ブルーポパイ
クミコ	完治、感謝感謝	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	生姜大好き人間	防水工事のプロテック
					心

ボランティア インフォメーション

歯あとふるストーリー

1人からでも大丈夫!!

ご協力よろしくお願いします!



未使用の
ハブラシ



金罎筆とノート
使いかけでも



OK!!

固形石けん

未使用の
タオル

2月のボランティア活動に
必要です! 特に石けんと
タオルが不足しています。



2024 ハロアルTシャツ 追加販売!

大好評につき、"M・L・XL"の3サイズを
追加で販売致します。

数が少ないため、無くなり次第終了となります。

1枚 2000円

ハロアルTシャツ"1枚"で
約60人の子供達が
食事をする事ができます!

皆さんの愛を届けましょう (受付 大森 七海)



今、私達にできること	いつも感謝です Y・H	ひたすら日々感謝です	佐野もみの木	かすみ草
No.9014	現地活動ありがとうございました	もみの木	6309	清子
橋本光江	ラヴェンダーミント	フィリピン活動報告書読みました	チャコ	悠叶
				2024ボランティア活動ありがとうございました
				☆そらしど☆
				NIKA. II

ゲスの極みメガネ	S&S	NO. 1575	紅秀峰	三鈴堂	東原M. K	佐野もみの木	感謝・Nika
優しいハワイの風	豊かさの本当の意味	トニーズC224	ご無事を祈念いたしております	仲良し三人組	NO.6039		
皆さん、お世話になりました。ミヨ	chaco	Sa ma mi 7897 ×3	チャコ②	レストラン宝島	おふくろ		



プリンセスの齒ロー フィリピン



「BER MONTHS」

「January」「February」「March」・・・、各月の英語ですが、語尾に「BER」が付く月があります。「SeptemBER」、「OctoBER」、「NovemBER」、「DecemBER」の4つの月です。フィリピンの「バー」の付く月は正式なクリスマスシーズンの始まりを意味します。4ヶ月もクリスマス気分を味わい、興奮させ、幸せにしてくれる国はフィリピン以外はありません。

家族の絆と信仰が社会の基盤であるフィリピンでは、クリスマスシーズンを満喫します。ショッピングモールは装飾され、BGMは常にクリスマスソングが流れているため陽気な気分がずっと続きます。「パロル」と呼ばれる伝統的な飾り付けを各家庭で行い、イルミネーションやサンタクロース、トナカイ、そして、フィリピンでは降ることがない雪で作った雪だるまも装飾します。集合住宅などのコミュニティには、伝統的な設備はありませんが、共有エリアを中心に、住民同士で協力して、

緑や赤のクリスマスカラーでクリスマスを彩ります。集合住宅は廊下や共有スペースを装飾し住宅全体の絆を深め、笑顔がずっと満ち溢れています。



(歯科助手 藤田 プリンセス)



人見梨菜(6年生,2024年)	Y.H	三鈴堂幸せ4回目			
溢める喜び68h	現地活動に思いをはせて一	現地活動頑張ってください富	自然薯	生姜大好き人間	滝谷昭勝

超高齢社会に向けて
質問
「80歳の母親がいます。最近『軽度の認知症』の診断を受けたのですが、グループホームのような所での介護をお願いしたい場合、どのような手順で手続きをすれば良いか教えて下さい。また、費用は1ヶ月どの位かかるのでしょうか？」
答え
グループホームへ入居できる方は、要支援2・要介護度1〜5の要介護認定を受けている認知症の方に限ります。この要件をすでに満たしているば、そのまま入居されたらいいと思う。グループホームへ行き入居の申し込みをするだけです。(※現在お住まいの市内にあるグループホームに限りませんが、複数の施設への申し込みも可能です。)

要介護認定を申請すると、後日、市の認定調査員が自宅を訪問して、身体や精神の状態について聞きとり調査をします。認定調査と並行して、かかりつけ医(主治医)の意見書の提出が求められます。
その後、審査結果が自宅に郵送されてきます。申請から結果通知までは約1か月程度かかります。結果が、自立・要支援1でなければ、グループホームへの入居申し込みが可能となります。
なお、特別養護老人ホームへの入居基準は、認知症の有無は関係ありませんが、要介護度3〜5の方に限ります。また、グループホームの1ヶ月の費用ですが、都市と田舎では家賃が違いますのではっきり言えません。私が勤務しているグループホーム(那須塩原市)は1ヶ月の自己負担額が13万円位です。

(栃木県認知症介護指導者 庄司康善)



アートクロスフラワーALICE	貸別荘 丸山	歯は命	五竜登山記念	コンフォートブリッジにして良かった	光舞隊
ツグ工房and.mi	猫パンパン	ハッピー	人見梨菜5歳	KEIKO	歯肉磨きに感謝
				No.6717	感謝の心

もみの木	アルモニューズ音楽教室	(祝)初孫誕生	頑張ってください 大森雪	2019 ボランティア活動に
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	(株)ダイコー建設 M・H
(有)プランニング コボリ	魔女の宅急便	NikaⅢ	今日一日元気な歯!	ボランティア活動ご無事をお祈りいたしております



今月のカレンダー



事務長の歯っけん、トリビア

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

「カミナリの別名、稲妻」

「雷が多い年は豊作になる」と聞いたことはあるでしょうか？
雷には空気中の窒素を土中に送り栄養を豊富にする作用があります。植物を大きく育てるために欠かせない栄養です。つまりは農作物を美味しく育てるのに一役買うのです。
稲妻は「稲」の「妻」と書きます。稲妻が稲をよく実らせる妻のように大事な存在であることに由来していると言われています。

(事務長 渡邊 愛人)



感謝 H	現地活動お疲れさまでした		感謝S・M	ひたすら感謝です.H		もみの木	梨菜4年生
生姜大好き人間	和多志	7957 & 8767	みとん	らーら	AKD68	麺屋たか	(医)弘徳会
じよじよ	壮志入園祝い	噛める喜び	らーら②	えりちゃん大好き!	トニーズ224	A・T	のびっこくらぶ
四つ葉のクローバー	人見梨菜二年生	H・M	E・K	せきぐち歯科に来た安心感		AKD70	楓と颯
No. 12204	丸さん	Happines	チャコ	祝20周年いつもありがとうございます		草っぽ農園	
梨菜1年生	KA+FU感謝	チャー・ミラ・アミの愛	なつぞら	令和それは感謝から		みとん②	6309
皆さん、お世話になりました。ミヨ		現地活動お疲れ様です		アルプホルン	2024ボランティア活動お疲れさまでした		ありがとうございます

院長手記

「指導歯科医講習会」

8月の末、私は「指導歯科医」の資格を取るために母校である長野県松本歯科大学を訪れた。
「指導歯科医」とは平成18年度から新しい歯科医師臨床研修制度が導入され、簡単に言えば卒業後歯科医師となった先生は国が定めた然るべき研修期間およびその指導医のもとで研修を行わなければならない。私は自由な卒業後の進路を選択できたが、より歯科医の質の向上と充実を図るためにこの制度が導入された。
その為私も50歳を期に友人でもあり、一緒にフイリピンでのボランティアを続けていた今、東京いまにし歯科診療所、今西先生と共に資格を取ることにした。
お互い改めて母校を訪れたのは27年ぶりとなる。私は現在息子が在学しているが、私に数回は訪れてはいるが、改めて彼とこの場所に来るのは卒業以来である。
研修は二日間、朝9時から始まり夜9時までの12時間、様々な講義や全国から参加した

れている他の先生方との討論、いや正直大変な二日間であったが、これも後生の育成の為でもある。その上で我々指導する側の責任の大きさを改めて感じた。内容は様々であったが私が最も感じたのは「現代の若者に対する指導の仕方」つまり、「時代に合った合理的な指導」である。
講義をされている先生、また他の先生方も一様に「教える難しさ」を話されていた。私は「指導歯科医」になったころはまず「見て覚える」「怒らせて覚える」「そして自分ですんで覚える」が当たり前の先生、先輩の先生、勤め先の先生、大学、学会、セミナー・。歯科医師免許はあるもの、何もわからず何もできない新人はひたすら努力しかない。しかし、今はその「努力」の形が大きく変わり、一つの問題に対し、「何をどうしたら良いか」を合理的に教え導くことが大切な時代となった。そのため患者さんとの向き合い方、治療方針、治療内容を念頭に置いたチェックリストを用いた指導にあたり、そして

て、研修医はそれが達成できたか、また問題点は何かを更に詳細に分析していく。昔を知る私などはいささか「そんなことまで言わなければならぬのか」と半ば呆れるようなこともあるが、合理的とはまさにこのことでありパソコン一つで世界中のあらゆる情報を手にし、答えを導くことが出来る今、「あの頃は・・・」などはもはや通用しない。

そしてもう一つ、いわゆる「コンプライアンス」という言葉がとても重要になった。私が学生の頃は「馬鹿野郎！こんなこともわからないのか！」などと怒鳴られ、病棟実習（大学病院内での研修・実際の患者さんを相手にする研修）では私を含め至る所で同級生たちが徹夜でレポートや口頭試問（指導医からの口頭での試験）を受け、病院中を走り回っていた。しかし、こんなことを今の時代にやれば大問題となるらしい。

今回私が受講した講習会には学生時代にお世話になった先輩が講師としていらしていた。久しぶりの再会を懐かしみながら話を伺うと決まって「昔とは全然違うよ」としみじみ話していたのが印象的だった。

二日間の講習会が終わり無事「指導歯科医」の資格を取ったあと、一人一人講習会の感想を述べる時間があつた。

多くの先生たちは細分化された



指導内容や現代に合った指導方法を学びこれから自分の医院に戻り役に立てたいと話されていた。しかし、私はふと自分の若い頃、自分がまだ右も左もわからぬ研修医だったころを思い出していた。

そして私はこう話した。

「今回、指導歯科医という資格を取ることで最も感じた事は自分が誰かに何かを教えるにあたりそ

れにふさわしい人間であるかどうか。知識、技術は勿論の事、これからの先生たちが私を見て歯科医師にとつて最も大切な人間性がそれに値するかどうか改めて考えるきっかけになった。」

指導するからには歯科医師としての技術、知識の教授は最も大切なことだろう。しかし私はこの二日間ずっと私の師でもあり私をボランティアに導いてくれた恩師林春二先生が20年前に投げかけて下さった言葉を思い出していた。

「一、歯科医師の前に一人の人間であれ」

先生は当時私にこう言った。

「技術、知識は努力すれば習得できる。しかし、医療人として最も大切な心はどのように学ぶのか」「社会的にも経済的にも弱いフィリピン人のスラムの人達と触れ合い『心』を学びなさい」と。

私の発言は、講習会ではいささかの外れだったようだが会場は静まっていたが私は今回このような機会を得て改めて感じた。

歯科医師として誰よりも皆さんの大切な歯を守ろう。どんな時代が来ようとも自分の歯に勝るものはない。1本の歯にこだわり他では「抜歯」と言われても最後の最後まで諦めず「残す」ことにこだわった治療をこれからも続けて行く。そしてボランティアを通じて一人の人間として皆さんから信頼してもらえようように更に心の研鑽

を積もう。

そしていつか若い先生が私を見たとき私が師、林先生にそう思ったように「あんな先生になりたいたい」と思ってもらえるような人間になろうと。

全ての講習会が終わり岐路に立つ時、大学の自習室で勉強をしている息子と会った。

来週から学期末のテストがあるらしく珍しく神妙な面持ちで友人たちと勉強をしていた。

肩を叩き「頑張れよ」と一声かけた。

学生時代にお世話になった大学のスタッフの方！



息子のガールフレンドがな... (笑)

32年前、高校を卒業し18歳でこの町に住み、多くの仲間と遊び、切磋琢磨した大学に今私が最も歯科医師としての技術、知識そして拙い人生経験の中学んだ心を伝えたい息子が私と同じように冷や汗を掻きながら勉強をしている。

二日間の講習会は新たな自分への戒めと若き日を過ごした第二の故郷を懐かしむとても楽しい時間だった・・・。