



ご当地 **歯坊さん** 茨城

# 茨 歯 会 報

No.545

茨城県歯科医師会  
Ibaraki Dental Association

August  
**2014**  
平成26年

**8**



## Contents

デンタルアイ	1
千葉順一	
理事会報告	3
会務日誌	4
医療管理委員会だより	6
センターだより	8
専門学校だより	11
地区歯科医師会だより	12
大木勝生	
吉田勝幸	
リレー通信	18
荒野太一	
レディースコーナー	20
今永百合子	
国保組合 NEWS	22
歯科コラム	23
赤えんぴつ	24

### 表紙写真について

京都、叡山鉄道鞍馬駅に鎮座する天狗です。  
高さは2メートル以上。ここから約30分、  
急な坂道を登れば鞍馬寺です。  
(社)茨城県つくば歯科医師会 菱沼 一弥

## 医科歯科連携と多職種協働



理事  
千葉 順一

本年4月の保険改定では、「周術期における口腔機能の管理等、チーム医療の推進」の充実が図られ、今後も医科歯科連携が、あらゆる医療分野で益々重要になることは周知の事実です。

また県内では、医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護師会の四師会の連携が強固なものになりつつあり、その一環として今年3月7日、「医療救護班（JMAT茨城）設置を柱とする災害時協定」が締結されました。

一方、疾病治療を目的とした「生きる医療」から、幸福感や健康増進を目的とした「こころの医療」、「人を支える医療」への移行には、歯科保健が重要な一翼を担いますが、その実現には更なる多職種協働の取り組みの姿勢が必要と言えます。

以前、県保健部の発芽事業として「施設における口腔ケア」という企画に携わった経験から、水戸市の専門学校で介護福祉科に設けられた「口腔ケア」のカリキュラムの一寸を毎年受け持っていますが、こういった介護福祉関係の教育システムは、全国的に見ても稀なケースです。最近では「口腔ケア」の重要性が認知され、介護施設などでは歯科衛生士を常勤採用しているところも増えてきましたが、経営者に

よって温度差があり、歯科衛生士の活躍の場を広げるには、今後も継続した啓発活動が必要で

す。また私は、2011年度から茨城県総合リハビリテーションケア学会（以下、リハケア学会）という医療・福祉・介護に携わる専門職が対象の学会に実行委員として出向している関係で、学会を通してではありますが多職種協働の現状を垣間見て来ました。

リハケア学会は、つくば国際大学 理学療法科（宮崎 泰教授）に事務局を置き、県内の医師、歯科医師、看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、ソーシャルワーカー、社会福祉士、介護福祉士、栄養士など、在宅ケアやリハビリテーションに関わるあらゆる職域の連携を図ることを目的としています（昨年度の同学術集会については、茨歯会報No537（2013年12月号）をご参照ください。）。

学会に参加して感じたことは、それぞれの専門職の方々が、口腔ケアの重要性や在宅歯科治療の必要性を大変良く認識しているということです。昨年は、「多職種で取り組む口腔ケア」という演題の病院の発表もあり、病院勤務の歯科衛生士を中心とした口腔ケアやNST（栄養サ

ポートチーム)の取り組みが紹介されていました。

しかし、このような実践的なチームアプローチはまだ少なく、理想論としては理解していても、いざとなると他職種の敷居の高さを感じて遠慮がちになったり、歯科への紹介の方法がわからなかったりと、連携が十分でないのが現状です。

以前、本会設置の「在宅歯科医療連携室」を通して、地域の歯科医師を紹介してもらい、在宅歯科治療を行ったケースの発表がありました。喜ばしいことですが、逆に一例報告の種にならないくらい連携室の需要が増えなければと思います。

地域においては、地域包括支援センターと地区歯科医師会の連携も今後重要な課題です。

包括的な、より良いキュアやケアを提供するためには多職種協働が不可欠であり、担当者同士が顔を合わせ、お互いを知ることが、当たり前のことのようですが連携をはかる上で大切な最初の一步です。

本学会への参加も多職種連携をはかる一つの

窓口です。

今年は、11月30日、土浦市のつくば国際大学キャンパスにおいて、第18回茨城総合リハビリテーションケア学会学術集会在開催されます。メインテーマは、「多職種協働の現状と今後」。また、シンポジウムのテーマは「高齢者への食サポート」で、シンポジストの一人として、この分野の第一人者である東西茨城歯科医師会の塙章一先生が参加されます。

多くの先生方の学会へのご入会や学術集会へのご参加をお待ちしています。

お問い合わせ

茨城県総合リハビリテーションケア学会

(事務局長 宮崎 泰)

〒300-0051

茨城県土浦市真鍋6-8-33

つくば国際大学 理学療法学科内

TEL 029-826-6622 (大学事務局)

FAX 029-826-6776 (大学事務局)

e-mail care@tius.ac.jp



We try best!  
For healthy and white teeth

本 社	〒110-0016 東京都台東区台東2-23-7	TEL 03-3832-8241
水戸支店	〒310-0804 茨城県水戸市白梅2-8-18	TEL 029-225-6543
宇都宮支店	〒321-0905 栃木県宇都宮市平出工業団地37-6	TEL 028-613-5858
松戸支店	〒270-0034 千葉県松戸市新松戸3-366	TEL 047-345-3131
野木支店	〒329-0111 栃木県下都賀郡野木町丸林384-15	TEL 0280-56-0567



株式会社 岩瀬歯科商会

千葉支店・福島支店・世田谷支店・横浜支店・前橋支店・大宮支店・東大和支店・盛岡営業所

# 理事会報告



## 第4回理事会

日時 平成26年7月17日（木）午後4時

場所 茨城県歯科医師会館 会議室

### 1. 報告

- (1) 一般会務報告
- (2) 後援依頼について
  - ①生活習慣病予防対策推進事業中央地区健康フォーラム（県医師会）
  - ②茨城がん学会（県保健福祉部）
- (3) 疾病共済金の支払いについて
- (4) 7月開業予定の歯科医院について
- (5) 各委員会報告について  
 学術委員会、地域保健委員会、専門学校

### 2. 協議事項

- (1) 入会申込書の受理について  
 野口 拓氏（鹿行地区）の入会を受理した。
- (2) 「まつりつくば」への事業補助について  
 （つくば歯科医師会）  
 標記事業補助について承認した。
- (3) 日歯広報コラム「都道府県通信」執筆依頼について  
 標記について、田中理事が担当することとした。
- (4) 茨城新聞健康講座～体の中から健康に・体の中から美しく～後援名義のお願い（茨城新聞社）  
 標記後援について承認した。

- (5) 第27回いばらき医療福祉研究集会・第8回茨城歯科医療フォーラムへの名義後援のお願い（茨城県保険医協会）

標記について、今回は見送ることとした。

- (6) 出張講話の報償費について

標記について3万円とすることとした。

- (7) 歯と口の健康フェスティバル、水戸ホーリーホックキャラクター「ホーリー君」の借用について

標記について、借用することとした。

- (8) 関東地区歯科医師会会長・専務理事・事務局長会議について

標記会議について、次第、協議題等確認した。

- (9) 関東地区歯科医師会役員連絡協議会について

標記協議会について、協議した。

- (10) 茨城歯科専門学校教務室の一部改修について

標記について改修する方向性について承認した。

- (11) 警察歯科協議会での講師謝礼について

標記講師謝礼について、手取り15万円とすることとした。

- (12) 茨城県看護協会「まちの保健室」事業への派遣について

標記について、渡辺常務理事を派遣することとした。

- (13) 第64回日本口腔衛生学会・総会 後援について

標記後援について承認した。

# 会務日誌

- 7月17日 第4回理事会を開催。入会申込書の受理、「まつりつくば」への事業補助、日歯広報コラム「都道府県通信」執筆依頼、茨城新聞健康講座名義後援のお願い、いばらき医療福祉研究集会・茨城歯科医療フォーラム、出張講話の報償費、歯と口の健康フェスティバル、水戸ホーリーホックキャラクター「ホーリー君」の借用、関東地区会長・専務理事・事務局長会議、関東地区歯科医師会役員連絡協議会、茨城歯科専門学校教務室の一部改修、警察歯科協議会での講師謝礼、茨城県看護協会「まちの保健室」事業への派遣、第64回日本口腔衛生学会・総会の後援について協議を行った。
- 出席者 森永会長ほか18名
- 7月22日 摂食嚥下研修会の2回目を開催。「哺乳・離乳期の発達とその障害」について研修を行った。
- 受講者 89名
- 7月23日 新規に指定を受けた医療機関への個別指導が厚生局茨城事務所にて実施された。
- 対象医療機関数 3
- 7月23日 第1回四師会協議会を開催。在宅医療・介護の推進、ワーキンググループの設置について協議を行った。
- 出席者 森永会長ほか2名
- 7月24日 第4回広報委員会を開催。会報7月号の校正、会報8月号の編集、関東ブロック役員協議会、歯科コラムについて協議を行った。
- 出席者 菱沼広報部長ほか6名
- 7月29日 保険医療機関に対する個別指導が厚生局茨城事務所にて実施された。
- 対象医療機関数 6
- 7月30日 茨城政経懇話会7月例会がホテルテラスザガーデン水戸にて開催された。
- 出席者 森永会長
- 7月31日 関東地区歯科医師会会長・専務理事・事務局長会議を当番県としてホテルテラスザガーデン水戸にて開催。関東地区諸会議の開催計画、関東地区役員連絡協議会の開催計画、関東地区歯科医学大会の開催、災害歯科コーディネーター研修会開催県について協議が行われた。
- 出席者 森永会長ほか8名
- 7月31日 第5回歯科助手講習会を開催。「室、手指、器材、材料の消毒」「歯科診療補助の実際」の講義を行った。
- 受講者 58名
- 7月31日 歯科専門学校にて第1回体験入学を実施。学校施設説明などを行い、歯科衛生士科に45名、歯科技工士科には10名の参加があった。
- 8月 3日 茨城県作業療法士会の公益社団法人移行祝賀会が水戸京成ホテルにて開催された。

出席者 森永会長

8月 6日 茨城県医療審議会医療法人部会が県庁舎にて開催され、医療法人の設立認可ほかについて審議が行われた。

出席者 森永会長

8月 7日 総合防災訓練に向けての第3回会議が神栖市にて行われ、総合防災訓練実施要領及び実施細目ほかについて協議が行われた。

出席者 小林防災・危機管理PT委員長ほか2名

8月 7日 第6回歯科助手講習会を開催。「口腔衛生指導」「歯科材料の取り扱い」について講義を行った。

受講者 58名

8月 7日 学校歯科保健研修会を県民文化センターにて開催。昭和大学歯学部小児成育歯科学講座教授の井上美津子先生が「よりよい生活習慣の確立を目指した歯・口の健康づくり～食育支援・口腔ケア支援の大切さ～」と題して講演され、その後は銚田市立大竹小学校による実践発表が行われた。

受講者 199名

8月 7日 第3回厚生委員会を開催。第36回歯科医師親善地区対抗ゴルフ大会組合せ作成、歯と口の健康フェスティバルについて協議を行った。

出席者 千葉厚生部長ほか10名

8月 7日 防災関連機材取り扱い講習を開催。防災協定に基づく各地区からの歯科医療チームリーダーおよび総合防災訓練参加者による機材取り扱い講習を行った。

出席者 小鹿副会長ほか32名

## アイ・デー・エスは…

医師賠償責任保険

火災保険

所得保償保険

小規模企業共済制度

自動車保険

生命保険

…など各種保険の代理店、集金業務を行います。新規加入、増額変更、何なりと御用命下さい。

(アイ・デー・エスは、イバラキ・デンタル・サービスのイニシャルです。)

有限会社 **アイ・デー・エス**

代表取締役 **森 永 和 男**

水戸市見和2丁目292番地 茨歯会館内 TEL:029(254)2826

# 医療+管理委員会 だより

## 平成26年度 第二回歯科衛生士復職支援講習会 事業報告

医療管理委員会 山本 健

かねてより、当茨城県歯科医師会では、結婚出産等を機に退職せざるを得なかった、または子育て等で忙しく働くことが叶わなかったなど、衛生士の資格を持ちながら休職中の方々を対象に、その掘り起こしが衛生士不足の解消につながると考え、復職を支援する事業を画策してきた。医療管理委員会の担当で、再就職に向けての講習会および求職歯科医院とのマッチング事業がそれで、昨年に引き続き、今年度も去る平成26年7月16日に平成26年度第二回歯科衛生士復職支援講習会が開催されたので報告する。本年度第一回目はすでに4月3日に開催されたが、そのときの経験をいかし改善点も検討され、今回は過去最多の17名の参加者を集めることができた。会員の皆様の下にもお届けしたセミナーの案内ポスターの作成配布を行ったが、特に衛生士会や、本会附属の歯科衛生士専門学校の同窓会組織である真珠会に直接送付したことが、効果的だったと思われる。また、茨歯会ホームページから今回の講習会や、求職情

報、問い合わせ等ができるように整えることができ、事業の充実を図ってきた。

講習会の初めに、大字医療管理委員会担当部長の挨拶があり、その後衛生士学校の教員の指導の下、シャープニング・キュレタージ・エアフローを受講者相互実習の形で行われた。われわれ医療管理委員のメンバーもサポートとして立ち会ったが、最初は緊張していた受講者も、実習が進むにつれてきばきと動きがよくなり、以前の感覚を取り戻してきているのが感じ取れた。個人的意見として、講習時間が講義含めて二時間と十分かと問われると疑問に思うが、本講習会は何度でも受講可能であり、また毎回テーマも変えるように企画し、再度の受講も受け入れやすく工夫を行っている。今回の講習後に行った希望者による再就職案内は、成果を上げることが叶わなかったが、会員歯科医院への復職が、本事業の最終目的といっても過言ではないと考え、少しずつでも成果が上がるよう今後も取り組んでいきたい。



最後に、受講者に行ったアンケートの結果を掲載しますが、会員の先生方に、今後の求人の際の参考にしていただければ幸いに思います。また、本年度の残り二回の講習会の日程も追記しますので、身近にいる休職衛生士に対して、ぜひご案内いただければありがたく思います。

### 歯科衛生士復職支援講習会アンケート結果

#### Q1 この講習会の事を何で知りましたか？

- A1 歯科医院の広告 …………… 3
- A2 ホームページ …………… 2
- A3 友人・知人の紹介 …………… 3
- A4 真珠会お知らせ …………… 7
- A5 衛生士会お知らせ …………… 1
- A6 その他 …………… 1

#### Q2 講義の内容はどうでしたか？

- A1 丁度よい …………… 16
- A2 物足りない …………… 1

#### Q3 実習内容はどうでしたか？

- A1 丁度よい …………… 16
- A2 物足りない …………… 0

#### Q4 復職にあたって気になることは？（複数回答可）

- A1 給与・待遇 …………… 6
- A2 職勤務時間 …………… 13
- A3 職場の人間関係 …………… 3
- A4 その他 …………… 3

#### Q5 御友達に復職を考えている衛生士さんはいますか？

- A1 いる …………… 1
- A2 いない …………… 16

#### Q6 復職の時期は

- A1 3か月以内 …………… 1
- A2 1年以内 …………… 1
- A3 1年以上 …………… 3
- A4 条件が合えばいつでも …… 8

### 平成26年度歯科衛生士復職支援セミナー日程

第三回 平成26年11月26日（水）

テーマ：キュレッタージ・超音波スケーラー・  
エアフロー

第四回 平成27年3月26日（木）予定

テーマ：PMTC（エアフロー）

各回 10：00から12：00まで

講習会後就職相談受付可能

会場 茨城県歯科医師会館 講習費無料

問い合わせ 本会事務局 根本まで





## 全身麻酔について

森永歯科医院  
水戸口腔センター非常勤麻酔医  
石岡第一病院非常勤麻酔医

森永 桂輔、村居 幸夫、征矢 亘、  
森永 和男

6月から水戸口腔センターにおいて、全身麻酔下による歯科治療が開始されました。当施設における治療までの流れに関しては、先月号の関口先生からのレポートにあった通りですが、今回の私の投稿では、全身麻酔についてその概要を最近の知見を交え、ご紹介したいと思います。

1846年にアメリカの歯科医師ウィリアム・T・G・モートンが行ったジエチルエーテルによる頸部手術が、吸入麻酔を用いた初の近代的な全身麻酔手術になります。ちなみにこの2年前の1844年に笑気を用いて初めて外科処置（智歯抜歯）を行なったのも歯科医師のウェルズで、麻酔のパイオニアは歯科医師であったという事実はたいへん興味深いものがあります。その後、吸入麻酔はクロロホルム（心毒性）、ハロタン（肝毒性・悪性高熱）、メトキシフルラン（腎毒性）と開発されましたが、それぞれに副作用が強く、引火・爆発性の強いエーテルも近年はほとんど使用されていません。現在の日本で最も使用されているのは国産の吸入麻酔薬でもあるセボフルランで、導入・覚醒が速く（血液／ガス分配係数：0.63）、気道刺激性も少ないため小児に対する緩徐導入（吸入麻酔をゆっくり嗅がせながら眠らせ、その後に静脈ラインを確保し麻酔導入する方法）にも適しており、大変使いやすい吸入麻酔薬です。一方で、

最近発売された吸入麻酔薬に米国のバクスター社のデスフルランがあります。欠点の少ないセボフルランが広く普及した日本では、参入する余地はないと思われていましたが、予想に反してデスフルランはそのシェアを確実に広めつつあります。その特徴は血液／ガス分配係数が0.42と非常に低く、導入・覚醒が非常に早いということです。各組織・臓器に対する溶解度も低いため長時間の手術や、肥満患者などでは覚醒遅延の心配が少なく、生体内代謝率も0.02%と吸入麻酔中最も低く安定しているため毒性が少ないというメリットがあります。一方で最小肺胞内濃度（MAC）は7.25%と高く、セボフルランと同等の麻酔効果を期待するためには3倍以上の高用量が必要であり、その環境面・コスト面でのデメリットを克服するため、麻酔深度の調節が難しい低流量麻酔（総流量が1ℓ／分以下）が求められます。また、沸点が23.5℃と常温であるため特殊な気化器が必要で設備投資に費用がかかることや、刺激がとて強いとため緩徐導入は不可能であることも欠点です。余談ですが、日本の厚労省の認可を得るのはとても難しいのですが、デスフルランに関しては異例の速さで認可されています。通常は現在普及している薬剤（日本ではセボフルラン）よりも優れていることが実証されて初めて認可される

のですが、デスフルランに関してはセボフルランに劣っている点がないことで認可されておりそのハードルは低いものだったようです。何か、政治的背景も見え隠れしていて、流行りモノ好きの日本人が製薬会社に踊らされているようで、今のところ、僕は静観しています。

ここまで、吸入麻酔を中心に話を進めてきましたが、現代の全身麻酔は吸入麻酔（鎮静剤）中心の麻酔法から、鎮痛剤主体の麻酔法へと変化してきています。全身麻酔は、鎮痛剤（オピオイド：麻薬）・鎮静剤・筋弛緩剤を適切に組み合わせた、いわゆるバランス麻酔とも呼ばれますが、近年では良好な鎮痛と覚醒を得るために、吸入麻酔薬やプロポフォールなどの鎮静剤を少なめにしてオピオイドを主体とした全身麻酔を行うことが主流となっています。

その鎮痛主体の全身麻酔を可能とした薬剤が、2007年に本邦で発売されたレミフェンタニル（商品名：アルチバ）です。レミフェンタニルは短時間で作用し、どんなに長時間多量に使っても直ちに効果が消失する、理想的なオピオイドです。これまで使用されてきた代表的なオピオイドであるフェンタニルを始め、すべてのオピオイドが肝臓内で代謝されるのに対して、レミフェンタニルは全身の組織・血漿中に含まれる非特異的エステラーゼにより分解されることが、代謝が非常に速い理由です。レミフェンタニルにも天井効果（あ

る一定濃度以上では効果が頭打ちになること）があるため、オピオイドだけでは完全な麻酔状態をもたらすことはできず、吸入麻酔薬などの鎮静剤の併用は必要となりますが、相乗効果によりその必要量は大幅に減少し、導入・覚醒の質は格段に良くなっています。

また、筋弛緩剤にも、ここ数年で新たな進歩が生まれました。それが、2010年に発売された、筋弛緩剤の拮抗薬であるスガマデクス（商品名：ブリディオン）です。スガマデクスは非脱分極性筋弛緩薬を直接取り囲む「包接」（図1）という直接結合により複合体を形成し、筋弛緩剤の作用を迅速・確実に不活性化する、全く新しいタイプの拮抗薬です。従来の抗コリンエステラーゼ薬による競合拮抗（図2）では、アセチルコリンを長時間受容体にとどまらせることになり副交感神経症状などの副作用があるうえ、麻酔導入直後のような深い筋弛緩状態では自発呼吸を回復させる十分な拮抗は不可能でしたが、スガマデクスの登場により、より安全な麻酔が提供できるようになりました。しかし、やはりこの薬剤にも欠点があります。それは、薬価が非常に高いということと、この薬剤自体にアナフィラキシーショックの報告が多いという点です。非常勤先で一緒に働く麻酔医の中には、覚醒状態の如何に関わらず、必ずスガマデクスを用いる先生もいますが、少し疑問です。頭部の前屈・舌の突出など臨床的に筋弛緩剤



図1

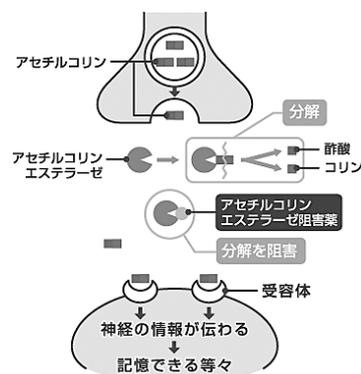


図2

の効果の消失が十分認められれば、アナフィラキシーの危険性のあるスガマデクスをあえて使用する必要はないと考えています。日本は以前から欧米に比べて筋弛緩剤の拮抗薬の使用頻度が多いことが知られていますし、その使用は慎重であるべきだと思います。

麻酔という分野は、非常に面白い分野です。挿管や静脈ラインの確保といった手技自体は、1ヶ月も麻酔科の研修を行えば一定のレベルに到達することができます。しかし、麻酔の本当の面白さは、人間の生理反応に直接向き合うことができることです。術前検査のデータから患者の全身状態を把握・予想し、麻酔中には変化するバイタルの原因検索を行い、適切な投薬・処置を行います。一步間違えば患者を死亡させるリスクを伴いますが、とてもやりがいのある仕事です。特に僕は腎臓の生理に大変興味があり、理解を深めるたびに

その凄さ・巧妙さに圧倒されています。

麻酔医は豊富な経験と正確な知識をもとに、その患者に最適な麻酔法を選択しなければなりません。全身麻酔は確かに危険を伴う方法ではありますが、患者が受けるメリットはそれを上回ることが多いのも事実です。外科手術だけでなく、多数歯う蝕などにより集中的な歯科治療を必要とする患者（障害者・小児・歯科治療恐怖症患者）に対して、全身麻酔は有効な選択肢のひとつであることは間違いありません。

今回は誌面の都合で、全身麻酔を行うにあたってのリスク評価については触れられませんでした。次回以降、肺（呼吸）・腎臓・肝臓・心臓・その他の臓器（甲状腺・副甲状腺・副腎など）・特殊患者（妊婦・小児・高齢者・肥満）と分けて、随時ご紹介していきたいと思います。

## 原稿募集

身近な出来事から臨床まで皆さまのご意見・感想を載せてみませんか。

「茨歯会報」は会員皆さまの会誌です。臨床におけるヒントや趣味、旅の思い出など、また地区歯科医師会や同好会・同窓会の様々な活動（研修会、厚生事業）など何でも結構です。会報をフルにご活用下さい。

Eメールの投稿で結構です。形式はどんな形式でもかまいませんが、出来ればテキスト、ワード、一太郎、にてお送り下さい。

詳しくは、茨歯会事務局まで。

E-mail [id-05-koho@ibasikai.or.jp](mailto:id-05-koho@ibasikai.or.jp)

広報委員会



## 【入試説明会が開催される】

7月3日（木）午後3時から茨城県歯科医師会館第一会議室において、高校の進路担当教諭を対象に本校の入試説明会が開催されました。

県内の高校に案内をしたところ、日立商業高校はじめ9校の参加があり、本校では小鹿典雄学校長、征矢巨教務部長が対応しました。



説明会では昨年度の入試実施状況や就職状況及び27年度入学生のための入試実施要領などを説明するとともに歯科衛生士・歯科技工士の役割やその重要性・魅力などについても詳しく説明し理解を深めて頂きました。

また、入学試験等の質疑応答も含めて、本校への要望などを頂く時間を設けたところ、歯科衛生士と歯科助手の役割の違い、入学前の職業意識と入学後の進路変更の問題、国家試験の難易度や対策について、地域による求人状況について、奨学金制度について等、熱心な質問が多く寄せられ本校関係者から丁寧な回答をしました。

生徒の進路を担当される先生方の熱心な思いに応えるためにも、本校へ入学した学生一人ひとりに対してさらに適確な指導にあたらなければなら

ないと思いました。

（文責 江橋）

## 【学校長訓話、交通安全教室が開催される】

7月24日（木）午前10時30分より茨城県歯科医師会館講堂において、夏休みを迎えるにあたり、交通安全についてのDVD上映および小鹿典雄学校長の訓話が行われました。

交通安全についてのDVD上映では、事故を防ぐためには、運転者は場所、時間、天候によってスピードを控えめにするとともに、日頃から「危険はないだろう」ではなく「危険があるかもしれない」という意識を持って運転することが必要だと警告していました。

その後の小鹿典雄学校長からの訓話では、「夏休み期間中は健康管理、交通事故には十分注意して過ごすように」と、また「社会の中で生きているということを自覚し、周りの人に迷惑をかけるように各自が責任をもって行動してほしい」と述べられました。

ほとんどの学生が、すでに運転免許を取得した直後であったり、あるいは間もなく運転免許を取得する状況であり、この時期の交通安全への意識付けは極めて重要だと感じました。

健康管理、交通事故に注意するのはもちろんのこと、勉学についても計画的に進められるようによく考えて、それぞれが有意義な夏休みを送ってほしいと思いました。

（文責 川崎）



茨城新聞 8月18日(月)掲載

## 歯科コラム Dental column

Vol. 18

### 「歯ぎしり」や「喰いしばり」の悪影響について

公益社団法人茨城県歯科医師会  
広報委員会 大木勝生

また、無意識下で行われるため、本人には自覚がない場合が多く、また、ギリギリという音が出ず気づきにくい場合もあります。ブラキシズムにより生じる症状としては、歯の咬耗(擦り減り)、アブフラクション(力が原因でできた歯の根元の楔状欠損)、エナメル質の亀裂、歯冠・歯根の破折、知覚過敏、歯の移動、食片圧入、咬む筋肉のこわばり、首や肩周囲のこり等があります。治療法としては、夜間就寝時のブラキシズムから歯と歯周組織を守るため、対症的に合成樹脂製のナイトガードと呼ばれるマウス

むし歯や歯周病は、主に細菌感染を原因とする疾患ですが、この細菌感染以外に、歯に加わる不適切な「力」も歯や歯列、歯周組織にダメージを与えます。特に、歯周病のある歯にこの不適切な「力」が加わると、歯周病の進行が助長されます。今回は、その「力」の中でも、力を与える側の大きな要因となっている「歯ぎしり」や「喰いしばり」について解説します。

まず、いわゆる「歯ぎしり」は、専門的には「ブラキシズム」と呼ばれ、「昼間あるいは夜間に行われている緊張、噛みしめ、歯ぎしり、および臼磨運動などの異常機能運動」と定義づけられています。原因としては、ストレス、咬み合わせ等の多くの因子が考えられていますが、まだ発現の詳しいメカニズムは解明されておらず、ブラキシズムをなくすることは難しいと言われています。

ピースを使用します。

次に、「喰いしばり」は、「歯列接触癖」ともいわれ、これは日中に緊張したり何かに夢中になっている時に、上下の歯を接触させる習癖です。正常な場合、安静にしているときは、上下の歯は接触せず前歯の部分でおよそ2〜3ミリの隙間があり、食事や嚥下などで上下の歯が接触している時間は、一日のうちでも合計約20分程度と言われています。この喰いしばりも無意識に行われていることが多く、肩こりや片頭痛(側頭筋の筋肉痛)、顎関節の異常などの原因となります。治療法としては、「唇を軽く閉じて、上下の歯は離して、顔の力は抜く」という日常生活での意識づけを行い、食事の時以外は上下の歯が接触しないように注意します。また、不必要に硬い物を好んで食べない事、早食いはやめて、軽い力で回数を多く、左右均等に噛み、時間をかけてゆっくりと噛むことを心がけます。日常よく目にするもの(テレビ、家具、車のハンドル、筆記具等)に目印をつけて、その目印を見たら、上下の歯が接触していないかを意識すると良いでしょう。詳細については、かかりつけの歯科医院にご相談して下さい。

茨城県 ご当地よ坊さん



茨城県歯科医師会 PRキャラクター

●次回掲載予定 11月18日(火)

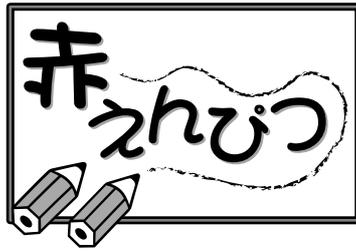


公益社団法人 茨城県歯科医師会  
Ibaraki Dental Association

<http://www.ibasikai.or.jp/>  
茨城県歯科医師会 検索



ご意見、ご質問をメールにてお寄せください。  
[opinion@ibasikai.or.jp](mailto:opinion@ibasikai.or.jp)



## 帰省

ここ何年かは、秋のお彼岸か年末年始に帰省していたが、何年振りだろうか、今年はお盆に帰省した。ふるさとへ向かう新幹線は満員で3割位が家族連れで、時々子供の泣き声が聞こえたが、はやぶさは早く、大宮から1時間40分足らずの旅であった。

乗車した新幹線は夜だったため、ふるさとの山々の景色は見れなかったが、近づくにつれ橋やトンネルを通る度に、なぜか心がソワソワ、ドキドキしてしまう。もしかして、初恋。いやそれがふるさとなのかといつも思い、私一人納得してしまう。

## 老い

自分のことは棚に上げるが、帰省する度に親の老いが目に付く。当然の如くそれだけ自分も歳をとった事にほかならない。特に聴力、視力、記憶力、新しい事への挑戦等の低下が目につく。しかし五十を過ぎた私にも当てはまる。診療中のスコープや最新の治療方法の取得、名前が出ずアレ持って来て等、老いが私にも、確実に来ている。

物に執着せず、今生きている事への感謝を忘れず、可愛い老人になりたいものだ。

(コスモッコ)

だいぶ前のGW前半、子供の付き合い(付き添い?)で幕張メッセで開催された『ニコニコ超会議3』というイベントに行ってきました。ご存知



の方も多いニコニコ動画(愛称:ニコ動)という動画共有サービスの今年で3回目のイベントらしく、今年は2日間で12万人超、会議初日には安部首相も参上した有名なイベントらしいです。私は全然知らずに朝から長蛇の列に1時間以上ならんで入場。参加したのはいいが、只々呆気にとられ



お決まりの「心臓を捧げる」ポーズを!



大盛況の「バズドラ」ブース

るばかり。コスプレしたオタク集団の集会かと思いきや、そうでもないらしく、本気でイベントに向かっているようでその熱気に圧倒されました。とはいえ、私が知っているものといえば『進撃の巨人』くらいで、この「赤えんぴつ」のネタ用に写真を撮るくらいしか楽しめませんでした。広いメッセの会場いっぱい観客で食事するところもイッパイ、休憩できる場所といえば、地べたにもらったチラシを引いて

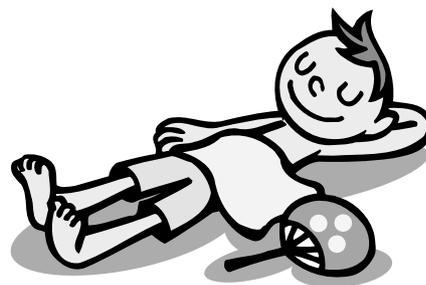
…おっさんにはキツイイベント（自分より年上もたくさんいましたが：恐）。今後も色々なコンセプトの元、毎年開催予定とのことですので、まあ経験の一つとし一度は参加してみてもは？ちなみに今年のメインは「大相撲幕張巡業」と「しんかい6500」等の実物展示…etc.

（コバ）

今年アメリカのギターメーカーである、フェンダー社の、ストラトキャスターという型のエレキギターが誕生して60年になる記念の年で、音楽雑誌で特集が生まれ、多くの別冊が出版されているので、ギター小僧（おやじ）にとってはうれしい限りである。またフェンダー社から60周年記念モデルのストラトキャスターも販売され、購入欲

の触手が刺激されてしまう。ストラトキャスターは、カラッとした軽快な音が特徴で、取り回しも良く、非常に多彩な音作りが可能であり、故ジミ・ヘンドリックスを始め、エリッククラプトン、ジェフベック等多くのギタリストに愛用されているエレキギターである。私が最も好きなストラトキャスターの生産年代は、自分が生まれた1960年のストラトキャスターで、いつかは本物がほしいと思っているのだが、本物は高級乗用車が買えるような値段なので、所有するのは無理である。現在、レプリカ等を含めて5台のストラトキャスタータイプのエレキギターを所有しているが、皆個性があり、自分の分身のようにかわいい。休日にはなるべく電気を通し、弾いてあげようになりたいと思っている。

（勝）



広告

# 医・歯学部現役合格は「全寮制」の秀明から

## 知力が先伸びする秀明教育



### 特色

#### 優れた人間形成のための全寮制

- 月曜登校金曜帰宅の4泊5日制
- 冷暖房はじめ最新の施設完備（男女別棟）
- 24時間安全安心の警備体制

#### 学力をつける独自の学習システム

- ムリなく理解できる到達度別学習
- ムラをなくす秀明検定テスト
- 毎日3時間の実りある夜間学習

#### 最高の条件で英語を習得できます

- 資格と経験のあるイギリス人スタッフ（専任9名）
- イギリス英語研修（中学で2週間、高校で4週間）
- 全生徒が英検にチャレンジ

### 創立以来の合格実績

医学部				歯学部			
大学名	人数	大学名	人数	大学名	人数	大学名	人数
東京大学理科Ⅲ類	3	慶應義塾大学	3	北海道大学	2	日本歯科大学・生命歯、新潟歯	192
北海道大学	2	自治医科大学	2	東北大学	1	昭和大学	61
東北大学	5	産業医科大学	2	九州大学	2	愛知学院大学	15
名古屋大学	2	日本医科大学	37	東京医科歯科大学	5	大阪歯科大学	18
大阪大学	1	東京慈恵会医科大学	21	新潟大学	3	北海道医療大学	42
九州大学	1	順天堂大学	53	岡山大学	1	岩手医科大学	34
東京医科歯科大学	1	昭和大学	61	広島大学	2	奥羽大学	102
千葉大学	6	日本大学	72	徳島大学	1	明海大学	151
筑波大学	2	東京医科大学	53	長崎大学	2	神奈川歯科大学	78
群馬大学	5	東邦大学	82	鹿児島大学	2	鶴見大学	86
新潟大学	6	東京女子医科大学	13	九州歯科大学	4	松本歯科大学	81
防衛医科大学校	10	獨協医科大学	132	東京歯科大学	73	朝日大学	34
上記以外、国公立18大学67名、私立17大学780名				日本大学・歯、松戸歯	140	福岡歯科大学	2

※数字は1982年～2014年度の延べ人数※順不同

### 地区別学校説明会

詳細は本校ホームページでご確認下さい。

- 御茶ノ水 … 9月20日(土)・27日(土)
- 名古屋・静岡・横浜・高崎・新潟 … 9月21日(日)
- 水戸・宇都宮・郡山 … 9月28日(日)

学校法人 秀明学園

進学相談・学校見学随時受付中

# 秀明中学・高等学校

〒350-1175 埼玉県川越市笠幡4792 ☎049-232-3311(入試室直通) <http://www.shumei.ac.jp>

秀明学園

検索

# みんなの写真館

Photo  
Gallery



銀閣寺



平等院鳳凰堂



下賀茂神社

(社) 茨城県つくば歯科医師会 菱沼 一弥



鞍馬寺ふもとの由岐神社

## 会 員 数

平成26年7月31日現在

支 部	会員数 (前月比)
日 立	121
珂 北	142
水 戸	156
東西茨城	73
鹿 行	103 +1
土浦石岡	174
つ く ば	116
県 南	179
県 西	155
西 南	106
計	1,325 +1

## みんなの写真館写真募集 !!

このページには皆さんからの写真を掲載できます。表紙写真に関連した写真、御自宅の古いアルバムに埋もれた写真などを御送り下さい。

1種会員 1,139名  
 2種会員 46名  
 終身会員 140名  
 合 計 1,325名



**Ibaraki Dental Association**

公益社団法人 茨城県歯科医師会

## 茨 歯 会 報

発行日 平成 26 年 8 月  
発 行 茨城県歯科医師会 水戸市見和 2 丁目 292 番地  
電 話 029(252)2561~2 FAX 029(253)1075  
ホームページ <http://www.ibasikai.or.jp/>  
E-mailアドレス id-05-koho@ibasikai.or.jp

発行人 征矢 亘  
編集人 菱沼 一弥



この会報には、環境に配慮して植物油インキを使用しております。