



ご当地 **お坊さん** 茨城

茨 歯 会 報

No.560

茨城県歯科医師会
Ibaraki Dental Association

December

2015

平成27年

12



Contents

デンタルアイ	1
大字 崇 弘	
特集「広報座談会」	3
理事会報告	17
会務日誌	18
地域保健委員会だより	21
厚生委員会だより	27
医療管理委員会だより	29
学校歯科委員会だより	31
センターだより	37
女性歯科医会だより	38
地区歯科医師会だより	40
柴 崎 崇	
同好会だより	52
松 尾 裕 之	
寄稿	54
千葉 順 一	
田 中 晃 伸	
ピンクのエプロン	65
市 塚 裕 子	
リレー通信	66
吉 田 勝 幸	
国保組合 NEWS	68
赤えんぴつ	69

表紙写真について

紅の京都 おこしやす

鹿苑寺金閣（舍利殿）

（社）東西茨城歯科医師会 今 湊 良 証

歯科衛生士不足問題 解消のための最後の砦

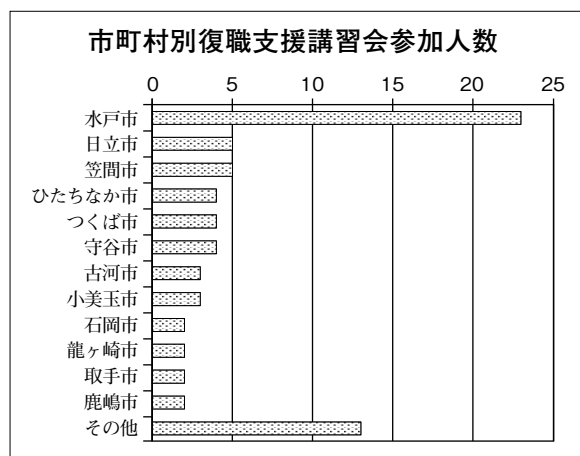
復職支援講習会の地区開催にご協力をお願いします



常務理事
大字 崇 弘

歯科界において、歯科衛生士の不足が叫ばれるようになって一体どのくらいの時間が経ったのでしょうか。今ではもう募集をあきらめて、歯科衛生士がいない診療体系に変えてしまった先生も少なくないという話を耳にします。

未就業の歯科衛生士へのアンケートによりますと、復職を妨げる大きな要因に、自分の知識や技術が現在の歯科医院で通用するのか不安であるということがありました。茨城県歯科医師会ではこの要因をクリアして、歯科への復職を積極的に考えてもらえるように、2012年より未就業歯科衛生士を対象とした復職支援講習会を開催してきました。本会衛生士科の実習室を会場として衛生士科の先生にご協力を頂き、講義と実習で構成する約2時間の講習会を20名定員で募集し行っています。



受講生は本会館に近い水戸市、笠間市、ひたちなか市からの参加が多く、地域的な偏りが見られます。しかし日立市、古河市、守谷市、つくば市など水戸から遠方の地区からの参加も少ないながら見られ、復職に意欲を持つ未就業の歯科衛生士が各地区に埋もれている可能性が伺われます。そんな歯科衛生士を探し出し、講習会の存在をしっかりと届けたいところですが、どこに住んでいるか分からない未就業の歯科衛生士に講習会情報を伝達する有効な手段が見つからないのが現状です。

現在までに行ってきた広報活動

- 1 本会リンクのホームページ
- 2 フリーペーパーへの投稿
- 3 就職情報チラシ「アイデム」掲載
- 4 茨城新聞広告掲載
- 5 歯科医院にポスターを掲示
- 6 衛生士会会員にポスター配布
- 7 真珠会会員にポスター配布
- 8 県広報紙への投稿（不採用）

県歯ではこれまで本講習会を8回開催してきましたが、各回の参加者は再受講を含めて5名～15名程度で、水戸からの情報発信、水戸での講習会だけでは、県内各地に散在すると思われる未就業の歯科衛生士に情報を届け、講習会に参加してもらう事に限界を感じています。他県

でも同様の取り組みは多く行われていますが、どの県も未就業歯科衛生士の所在を知ることが一番の難題となっています。

そこで本会では次年度より、復職支援講習会を水戸だけでなく他の地区でも開催したいと考えています。

地域に密着して住民の歯科保健を担い、行政と顔の見える信頼関係を築いている地区歯科医師会の力をお借りして、県内隅々に潜在している歯科衛生士に復職支援事業の存在を広めたいと思います。生活圏に近い場所で復職支援講習会に参加しやすい環境を整えることで参加者が増えて復職を考えるチャンスが増えるなら、それぞれの地区の歯科医院にとっても朗報となるのではないのでしょうか。

Q1 この講習会の事を何で知りましたか？

(直近5回のアンケート結果より)

A 1	歯科医院のポスター	13
A 2	ホームページ	6
A 3	友人・知人の紹介	7
A 4	求人広告	0
A 5	真珠会（衛専校同窓会）お知らせ	17
A 6	衛生士会お知らせ	6
A 7	その他	7

地区で行う講習会の細かな運営方法は、県歯の医療管理委員が熟知しております。講習内容はこれまで水戸で行ってきた経験を活かし、小規模でも受講生に満足してもらえる内容を現在検討中です。どうか先生方、歯科衛生士の不足問題を国や県の問題としてあきらめず、地区や市町村で我々の情報を待っているであろう未就業歯科衛生士への情報伝達にご協力をお願いします。

受講生の声を聞いてみると、勤務時間の希望で圧倒的に多いのが平日の昼間でした。子供が小さいのでフルタイムは無理だけれど、少しずつでも歯科の仕事をしたいと考えているようです。また家族の病気や学校行事で仕事を休むことに気が引けて、復職をためらってしまうという意見も多く出ます。

子供や家族のためにいつ休んでしまうか分からない、でも働く意欲のある歯科衛生士さんにどのような職場環境を作ってあげられるか。歯科衛生士不足という問題の解決の鍵は、我々雇う側の意識にあるのかも知れません。

(直近5回のアンケート結果より)

Q 4 復職にあたって気になることは？

A 1	給与・待遇	21
A 2	勤務時間	41
A 3	職場の人間関係	20
A 4	その他	5

Q 6 復職の時期は？

A 1	3か月以内	5
A 2	1年以内	10
A 3	1年以上	8
A 4	条件が合えばいつでも	21

この結果をどう読み解けますか？

理事会報告

第9回理事会

日 時 平成27年11月19日（木）午後2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
- (3) 後援・協賛依頼について
茨城県エイズ・性感染症予防啓発大会
茨城県栄養健康改善学会
- (4) 第1回茨城スポーツ・健康づくり歯学協議会プロジェクトチーム委員会報告
- (5) 第1回児童虐待早期発見歯科プロジェクトチーム委員会報告
- (6) 疾病共済金の支払について
水戸地区 1名 20日
県南地区 1名 24日
- (7) 11月開業予定の歯科医院について
- (8) 地域保険（特殊検診関連）について
今後、歯科特殊健康診断歯科医師認定研修会を開催予定
- (9) 各委員会報告について
学術委員会、厚生委員会、学校歯科委員会、社会保険委員会、専門学校、医療管理委員会、防災・危機管理小委員会

2. 協議事項

- (1) 入会申し込みについて
松尾 朗氏（土浦・石岡地区）の入会を受理した。
- (2) 理事の職務及び権限について
標記について、定款第26条3の名簿順とすることとした。

- (3) 茨城県歯科医師税務協議会委員の指名について

標記委員の指名について承認した。

- (4) 茨歯会会費の免除申請について

標記会員の免除申請について承認した。

- (5) 鬼怒川水害への対応について

標記について、継続して審議することとした。

- (6) 災害時用備蓄品の放出と更新について

標記について、5年程度の長期計画にて行うこととした。

- (7) 警察歯科医協議会について

標記協議会の運営について承認した。

- (8) 警察歯科医会講師謝礼について

標記講師謝礼について、内規のとおり支払うこととした。

- (9) 障害児・者研修会開催について

標記研修会の開催について承認した。

- (10) 茨歯会新年会招待者について

標記招待者について、県内の衆参全議員を招待することとした。

- (11) 災害義援金（常総市水害）について

標記義援金について、継続して審議することとした。

- (12) 次年度復職支援講習会の広報活動について

標記広報活動について医療管理委員会で検討することとした。

- (13) 学校事務室の移動について

標記について、国保組合と学校事務室を移動交換することについて承認した。

会務日誌

- 11月19日 水戸市歯科医師会と本会との間で災害時の人員派遣協定調印についての協定を締結し、その調印式を行った。
出席者 森永会長ほか2名
- 11月19日 第9回理事会を開催。入会申し込み、理事の職務及び権限、茨城県歯科医師税務協議会委員の指名、茨歯会会費の免除申請、鬼怒川水害への対応、災害時用備蓄品の放出と更新、警察歯科医協議会、警察歯科医会講師謝礼、障害児・者研修会開催、茨歯会新年会招待者、災害義援金（常総市水害）、次年度復職支援講習会の広報活動、学校事務室の移動について協議を行った。
出席者 森永会長ほか18名
- 11月19日 第7回広報委員会を開催。会報11月号の校正、会報12月号の編集、赤えんぴつ、年男・年女原稿依頼、広報座談会校正について協議を行った。
出席者 小林広報委員長ほか5名
- 11月19日 県保健福祉部との協議会を開催。本会からは、口腔センター水戸及び口腔センター土浦への支援、歯科専門学校運営に関する要望、障害者等歯科医療技術者養成事業、平成28年度地域医療介護総合確保基金事業、地域医療構想策定における歯科の役割、保健福祉部（あるいは県行政内）での「災害時歯科医療コーディネート」機能の新設あるいは機能の強化、茨城県口腔保健支援センターの現況について協議を行った。
出席者 （歯科医師会）森永会長ほか16名 （県）松岡県保健福祉部長ほか10名
- 11月20日 茨城県学校保健会保健調査票検討委員会が県メディカルセンターにて開催され、保健調査票の検討ほかについて協議が行われた。
出席者 千葉理事
- 11月24日 摂食嚥下研修会の第5回目を開催し、「摂食嚥下機能訓練の実際②」について研修を行った。
受講者 79名
- 11月25日 未就業歯科衛生士復職支援のための講習会を開催。シャープニング、キュレットージ、超音波スケーラーの実習と質疑応答を行った後、希望者に対して就職相談を実施した。
受講者 5名
- 11月25日 関東地区歯科医師会事務局長会議が東京都歯科医師会にて開催され、各歯科医師会から提出された事柄について情報交換と協議が行われた。
出席者 鈴木事務局長
- 11月25日 都道府県歯科医師会事務長事務連絡会が日歯会館にて開催される。平成26年度職員互助会決算、平成26年度職員福祉年金決算、都道府県歯よりの提出議題について協議が行われた。
出席者 鈴木事務局長
- 11月26日 保険医療機関を対象とした個別指導が茨城県市町村会館にて実施された。
対象医療機関数 6
- 11月26日 都道府県歯科医師会情報管理担当理事連絡協議会が日歯会館にて開催され、マイナンバー勉強会、歯科医療IT化検討委員会における今後の検討課題について報告が行われた。
出席者 飯島理事

- 11月26日 日本歯科医師会マイナンバー勉強会が開催され、マイナンバーについての講演が行われた後、質疑応答を行った。
出席者 飯島理事ほか2名
- 11月27日 茨城県医師会との意見交換会が水戸京成ホテルにて開催された。本会からは、地域包括ケア推進、医療事故調査制度について議題を提出し、協議を実施。その後県医師会より提出された在宅療養支援歯科診療所の今後、「JMAT茨城」活動報告、「いばらき安心ネット(iSN)」について協議した。
出席者 (歯科医師会) 森永会長ほか11名 (医師会) 小松医師会長ほか15名
- 11月29日 学術シンポジウムを開催。「Digital Dentistryによる臨床 ～CAD/CAMを中心に～」をテーマに、北海道医療大学歯学部口腔機能修復・再建学系デジタル歯科医学分野教授の正田一洋先生、日本臨床歯科CAD/CAM学会 会長・西新宿歯科クリニック 院長の草間幸夫先生がそれぞれ講演され、その後ディスカッションを行った。
受講者 93名
- 11月29日 第5回学術委員会を開催。今年度の歯科医学会、HIV医療講習会、がん医科歯科連携講習会について協議を行った。
出席者 岡崎学術部長ほか10名
- 11月29日 県薬剤師学術大会がつくば国際会議場にて開催された。
出席者 森永会長
- 11月30日 内外情勢調査会11月例会が水戸京成ホテルにて開催された。
出席者 森永会長
- 12月 2日 第7回厚生委員会を水戸市内にて開催。歯と口の健康フェスティバルの総括、福利厚生事業、茨城県歯科医学会企画について協議を行った。
出席者 増本厚生部長ほか10名
- 12月 3日 新規指定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 4
- 12月 3日 平成27年度全国学校保健・安全研究大会が松山市にて開催(～4日)。「生涯を通じて、心豊かにたくましく生きる力を育む健康教育の推進」ー健康で安全な生活を送るために自ら実践できる子供の育成ーをテーマに、全体会では表彰式、講演が開催され、翌日は10題の課題別研究協議会が行われた。席上、学校保健功労者として山口悦郎氏(茨城町)が文部科学大臣表彰を受けられた。
出席者 千葉理事ほか1名
- 12月 3日 第65回全国学校歯科医協議会が松山市にて開催され、「学校における健康診断の改定と学校歯科健康診断との関係について」ー文部科学省「今後の健康診断の在り方等に関する意見」と改訂点を踏まえてーをテーマに講演が行われた。
出席者 千葉理事ほか1名
- 12月 6日 摂食嚥下研修会を開催。「摂食嚥下機能障害への対応ー各障害における摂食指導の実際ー」、「摂食嚥下機能評価の方法」と題して研修を実施した後、事例検討のディスカッションを行い、全6回のコースを終了した。
受講者 79名
- 12月 6日 第1回在宅歯科医療従事者研修会が栃木県歯科医師会館にて開催され、本会より三木次郎

氏が歯科訪問診療について講演を行った。

出席者 三木介護保険委員

12月 9日 第8回社会保険正副委員長会議を開催。第8回委員会、指導、Q&A改定版発行、審査内容、理事会、合同協議会について協議を行った。

出席者 榊社会保険部長ほか3名

12月 9日 第8回社会保険委員会を開催し「保険請求のQ&A」について協議を行った。

出席者 榊社会保険部長ほか21名

12月 9日 国民医療を守るための国民運動の一環として、「国民医療を守るための総決起大会」が日比谷公会堂にて開催された。

出席者 森永会長ほか1名

12月10日 禁煙支援研修会及び生活習慣病歯科対策研修会を二部構成にて開催。第1部では「喫煙を考える」代表の荻野寿美子氏が「タバコ病で家族を亡くすということ」と題して講演され、本会常務理事の渡辺進氏が「茨城県歯科医師会の禁煙支援の取り組み」について説明を行った。それぞれ講演を行った。第2部では日立総合病院内科主任医長の森川亮氏が「生活習慣病と糖尿病」について講演された。

受講者 41名

12月12日 第4回学校歯科委員会を開催。1月24日基礎研修会（予演会）、むし歯と歯周病の指導用資料、歯科医学会、次年度事業計画・予算案について協議を行った。

出席者 千葉学校歯科部長ほか10名

12月13日 警察歯科協議会の主催により講演を開催。「虐待の根絶を目指してー歯科界の新たな役割ー」と題して奥羽大学の花岡洋一先生が講演された。

受講者 112名

12月13日 警察歯科協議会を開催。平成26年度事業報告・決算報告、平成27年度事業計画及び予算案について協議を行った。

出席者 森永警察歯科協議会委員長ほか36名

鈴木県警本部長ほか6名、高野茨城海上保安部次長ほか1名

12月14日 茨城型地域包括ケアシステム推進委員会が県庁舎にて開催され、茨城型地域包括ケアシステム推進に係る取組について協議が行われた。

出席者 征矢専務

12月15日 日本歯科医師会会長予備選挙について本会選挙権者の間で意見交換会を行った。

出席者 森永会長ほか7名

「第24回 茨城県民歯科保健大会」報告

地域保健委員会 柴崎 崇

前日から降り続く雨で、準備にも多少の影響が出て、なにより大会参加者の足が心配されていました。とくに「8020高齢者よい歯のコンクール」の参加者においては、もちろん高齢な上に車椅子の方もいらっしゃるということで、気持ちよく参加していただくためにいろいろな場合を想定しての前準備を怠りなく進めてはきましたが、やはり不安は拭えませんでした。しかし、結果的には杞憂に終わりました。雨の影響などほとんど感じられず、参加者は皆様お元気で、ご家族共々笑顔を見せながら表彰式に臨んで下さいました。当日の模様を報告させていただきます。

「開会」

平成27年11月15日（日）、茨城県歯科医師会館にて「健康は歯から～8020・6424をめざして」をテーマに、第24回茨城県民歯科保健大会が開催さ

れました。

大会の趣旨は「8020・6424運動の一環として、生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの普及啓発を図るとともに、歯科保健の向上に功績のあった団体・個人や日頃から歯と口腔の健康を実践され健康な歯を保っている方々を表彰することにより、歯科保健の一層の推進を図る」というものです。

式典は、小鹿副会長の開会の辞に始まり、茨城県保健福祉部松岡部長、そして森永会長の主催者挨拶に続き、ご来賓の皆様を代表して茨城県医師会佐藤常任理事よりご祝辞を賜りました。

開会式の後、ステージセッティングを整え表彰式に移りました。司会進行は地域保健委員土屋と、8020・6424情報センター藤田です。

（以下、たいへん失礼ながら受賞者のお名前は敬称略とさせていただきます）





「8020高齢者よい歯のコンクール」

80歳で20本以上の歯を保とうという「8020」を達成され、なおかつ日頃から健康な生活習慣を実践されている方を表彰するもので、県内各地から応募された102名の中から選出された方々に、賞状、メダル、記念品（ユニバーサルデザインの笠間焼き）が授与されました。表彰はスライドにより各受賞者の写真・プロフィールを紹介しながら行われました。

茨城県保健福祉部松岡部長より

「最優秀賞」櫻井艶子

「優秀賞」高橋利男、菊田英夫、志田朝彦（欠席）、安島清松（欠席）、北条良子に賞状が授与されました。

茨城県歯科医師会森永会長より

「シニア賞」川野邊美佐子

「歯科医師会長特別賞」幕内圭一郎

に賞状が授与。渡辺理事より受賞者にメダル、記念品が手渡され、ステージ上で記念撮影が行われました。



「親と子のよい歯のコンクール」

家族ぐるみの歯科保健の意識の向上と、幼児及び母親・父親の歯と口腔の健康の保持増進を図ることを目的として、3～6歳のお子さんとその母親または父親で、ともによい歯をお持ちの方々に対して表彰を行うもので、受賞者にはナレーションによる紹介とともに、賞状、メダル、よ坊さんのぬいぐるみ（みがこーモン）が贈られました。

茨城県保健福祉部長より

「最優秀賞・母と子の部」横堀幸子・聖佳

「最優秀賞・父と子の部」中山裕暁・そら

に賞状が授与されました。なお、横堀親子は、親と子のよい歯のコンクール全国審査に茨城県代表として参加され、賞状トロフィーが贈られたそうです。

茨城県歯科医師会長より

「優秀賞」長塚海里・みちる、磯崎悠季・瑛太（欠席）、村岡裕美・咲音、鈴木祐子・蘭花、澤真理子・優花、古川真弓・芽衣、金久保さゆり・さや、坂敦史・隼成

に賞状が授与されました。また、渡辺理事よりメダル、みがこーモンが手渡され、ステージ上で記念撮影が行われました。



「歯と口の健康に関するポスターコンクール」

歯と口の健康の大切さを普及するために、県内の小・中学校からポスターを募集し表彰するもので、今年度1,982点という多数の応募の中から優秀作品が選出され、受賞者には、賞状、メダル、よ坊さん、図書カードが贈られました。表彰式はスライドによって受賞作品を紹介しながら行われました。



（小学校の部）

茨城県保健福祉部長、茨城県教育庁学校教育部長、茨城県歯科医師会長より、以下の受賞者に賞状が授与されました。

「知事賞」長原和香

「教育長賞」内田彩月

「歯科医師会長賞」白土知賢

「優秀賞」渡邊愛花、大津宏太、根本采実、浅賀恒紀

「佳作」塩澤悠真、宇佐美悠生、菅宮漣、吉田理美、竹内菜々子、高橋真歩、藤木穂奏、後藤千穂



（中学校の部）

茨城県保健福祉部長、茨城県教育庁学校教育部長、茨城県歯科医師会長より、以下の受賞者に賞状が授与されました。

「知事賞」齋藤菜都

「教育長賞」小林琉衣

「歯科医師会長賞」塚原萌夏

「優秀賞」菊池光、小谷萌々香

「佳作」神久保優香、野中雅崇、鈴木聖弥、豊嶋あかり（欠席）

なお、知事賞の齋藤菜都作品は、「日本学校歯科医会図画・ポスターコンクール 中学校の部 最優秀賞」と「文部科学大臣賞」も受賞し、賞状と楯が贈られたとのこと。また、長原和香、白土知賢、神久保優香、3名の作品は「日本学校歯科医会 図画・ポスターコンクール」に出品され、佳作を受賞されたことが紹介されました。

受賞者に賞状等の授与の後、ステージ上で記念撮影が行われました。



「茨城県歯科保健賞」

地域社会の歯科保健の向上及び推進に寄与し、著しい功績があったと認められた団体・個人を顕彰するもので、賞状と副賞（記念品）が贈られました。

（個人の部） 石黒慎吾（医師）

がん治療における口腔ケアの重要性を広く普及するとともに、医科・歯科連携システムの構築と推進に積極的に取り組んできた功績が認められての受賞です。ナレーションにより受賞者プロフィール及び受賞理由が紹介され、

茨城県保健福祉部長より賞状、副賞授与
朝日新聞水戸総局長より記念品（楯）授与
第一生命保険水戸支社課長より記念品（図書券）授与
が行われました。

（団体の部） 結城市学校保健会

50年の長きにわたり、小・中学校の学校歯科保健活動の研究発表を通じて、児童生徒の口腔衛生の向上に努めた功績が認められての受賞です。ナレーションにより受賞団体及び受賞理由が紹介され、

茨城県歯科医師会長より賞状、副賞授与
朝日新聞水戸総局長より記念品（楯）授与
第一生命保険水戸支社課長より記念品（図書券）授与
が行われました。

（奨励賞） 公益社団法人 茨城県歯科技工士会

北茨城市コミュニティケア研究会

奨励賞は、歯科保健の取り組みの功績を評価

し、今後のさらなる活動を期待して上記の2団体が受賞しました。

茨城県歯科医師会長より賞状及び記念品（みがこーモン）が贈られました。



「謝辞」

受賞者を代表して、

親と子のよい歯のコンクール

母と子の部 最優秀賞：横堀幸子、聖佳 様

ポスターコンクール

中学校の部 知事賞：齋藤菜都 様

より、喜びのお言葉がありました。

横堀様は、一度もメモや書き物を見ることなく、自分の言葉でていねいに感謝の気持ちを伝えられ、歯科に対する理解度と意識の高さが感じられるスピーチでした。

齋藤様は、大雨災害に見舞われた常総市（水海道）からの受賞ということで、この受賞が地域住民を勇気づけたその経緯と努力に、思わず目頭が熱くなる感動的なスピーチでした。

「閉会」

以上で、表彰式は終了。黒沢副会長による閉会の辞をもって「第24回茨城県民歯科保健大会」は閉会となりました。

ロビーには、「よい歯のコンクール受賞者からのメッセージ」、「ポスターコンクール優秀作品」が展示され、閉会後には受賞者の皆様がご自

身の紹介パネルや作品の前で、ご家族とともに笑顔で写真撮影をする様子が見受けられました。

受賞者及びそのご家族様、本当におめでとうございます。また、関係者の皆様、来賓の方々、

多数のご出席ならびに円滑な運営にご協力いただき誠にありがとうございました。



電話相談のお知らせ

現在、茨城県歯科医師会では会員の方々の様々な疑問、問題に対処できるよう以下の4名の専門家と顧問契約を結んでおります。

顧問弁護士	大和田一雄氏	法律相談全般
	飯島章弘氏	医療事故に関すること
医療アドバイザー	古川 章氏	保険請求や各種届出などに関すること
社会保険労務士	皆川雅彦氏	従業員との労働契約、労務関連など

相談したい事柄がございましたら、お気軽に茨歯会事務局まで電話、またはFAXにてご連絡ください。各先生との相談の日程などの調整、あるいは後日回答できるように致します。ただし、相談は無料ですが、その後は個別対応となります。



茨城県歯科医師会事務局

電話 029-252-2561
FAX 029-253-1075

第36回全国歯科保健大会に参加して

常務理事 渡辺 進

平成27年11月7日（土）山梨県民文化ホールで行われた全国歯科保健大会では、土浦センター勤務、竹中京子衛生士が厚生大臣表彰を、村居幸夫常務理事が日本歯科医師会会長賞を授与されました。



大会は例年通り、厚生労働大臣賞、日本歯科医師会会長賞、親と子の良い歯のコンクール優秀者表彰と続きます。

その後、特別講演として「健康に老いること」と題して養老孟司東京大学名誉教授の講演がありました。お話の中では「私はさして健康というものを気にしないでここまでやってきた。今の若者はとにかく考えることをしない。電車に乗っても大半がスマホを操作しており、情報の海に飲み込まれ、情報化時代でなんでも手軽に情報が手に入ることが弊害となっている。」と語られました。

「わたしはタバコを吸っているが、何本吸ったなど考えたことはない。よく1日に何本吸うのですかと聞かれるがそんなことは気にしたことすらな

い。」ともお話になっていました。しかし最近は本数が減ったそうです。実際に老いを感じておられるそうで、わたしの目から見ても背広が大きく感じられ、体がお痩せになったように感じました。ダンディーな先生が大きめの既製品を買うわけもなく、誂えの背広がやけに大きく感じました。

私はこの話を聞きながら、ギリシャ神話の三女神のことを考えていました。まず「運命の糸」を自らの糸巻き棒から紡ぐのがクロトー（紡ぐ者、の意）で人間に「割り当てる者」がラケシス（運命の図柄を描く者、の意）で、こうして最後にこの割り当てられた糸を、三番目のアトロポス（不可避の者、の意）が切る。このようにして人間の寿命は決まる、という話です。

養老先生は、与えられた運命とご自分の努力で（本人はしていないと言っていますが）ここまで健康長寿で過ごされてきたに違いありません。

我々は、自分で決めた訳でなくこの時代に生きています。健康に関しても自分の裁量権は少ないのかもしれませんが、しかし、だからこそ健康に生きるための努力も必要だと思います。（努力がストレスにならない程度に）

そして歯科医師となった今は、仕事を通じて他の人の健康に関与できることを最大限活かし、皆さんの健康長寿に寄与していきたいと考えました。

その晩は、美味しく食べて健康長寿を実践するため駅前の蕎麦屋さんと、B級グルメグランプリで優勝した甲府モツ煮、山梨名物ほうとう鍋をいただき、ビールと山梨県産シュールリー製法の白ワインを飲みました。

「歯と口の健康フェスティバル」報告

理事 増本 章典

11月15日（日）、茨城県歯科医師会館において「第24回茨城県民歯科保健大会・歯と口の健康フェスティバル」が、「健康は歯から～8020・6424をめざして」をテーマに開催されました。

当日は、午前中からの雨も昼ごろには上がり、来場者数は734名にのぼり、多くの県民の皆様は、歯と口の健康について普及・啓発を行いました。

10時30分から11時45分までの茨城県民歯科保健大会の式典（茨城県との共催）の後、12時30分から、一般の方々が自由に参加できる「歯と口の健康フェスティバル」が行われました。12時の受付開始から16時のイベント終了まで、来場された方々は各イベントを体験し、楽しまれた様子でした。

会場では、みがこーモンと動物たちが来場者をお迎えし、歯と口の健康についてのイベント体験や、ゲームコーナーなどに多数の方に参加いただきました。

イベントコーナーでは、各委員会の先生方にご協力いただきました。特に「健康チェック」は、保健大会表彰者並びに関係の方々にも体験してもらえるよう、開始時間を30分早めて12時からのイベント開始となりました。

3階講堂では、茨城県民歯科保健大会のあと、「エアゴールにチャレンジ」（サッカーシュート）103名、「パターゴルフ体験」52名、「モンスターとサイコロゲーム」120名、などに、多くの子供たちが参加しました。

展示ロビーでは、「よい歯のコンクール受賞者

メッセージ」、「歯と口の健康に関するポスター優秀作品」、「噛むかむレシピ賞作品」、「ひとにやさしい器」を展示しました。また、専門学校紹介も行われました。

体験イベントコーナーでは、歯ぐきの状態から健康について学ぶ「見つけよう、4つのサイン 自分で作るぞ！元気な歯ぐき」（学校歯科委員会）参加者73名。

味覚の繊細さに挑戦する「利き水コンテスト」（医療管理委員会）160名。

虫歯予防の解説と体験の「フッ化物洗口体験」（介護保険委員会）211名。

口腔清掃の大切さを学ぶ「口の中の細菌を顕微鏡で見よう、ブラッシング指導」230名。

ガムで噛む力を測定し、噛む効果を知る「噛むカムチェック」（地域保健委員会）243名。

体成分や血管年齢、それに今年から加わった口腔内水分量を測定する「健康チェック」（広報委員会）述べ703名（検査の重複あり）。

併催された専門学校のオープンキャンパスでは、「マネキン実習スケーリング」90名、「動物石膏模型ペインティング」293名の体験者があり、「喫茶コーナー」、など、学校施設を活用した各コーナーとも多くの来場者でにぎわいました。

また、今回2回目の企画となる、いばらき専門カレッジリーグ（茨城理容美容専門学校：ヘアークットングをしてみよう71名、中川学園調理技術専門学校：りんごの飾りむきにチャレンジしよ

う110名、専門学校文化デザイナー学院：オリジナルバックを作ってみよう43名、リリー保育福祉専門学校：リラクゼーションマッサージを体験しよう36名）の各学校にご協力をいただき、各校の特色をいかした体験コーナーを設け、幅広い年齢層の方に体験していただきました。参加者260名。

歯科保健大会、健康フェスティバルともに大きなトラブルもなく、多くの参加者にイベントを楽しんでいただけたと思います。また、休日にもか

かわらず担当された各委員会の先生方、ご協力誠にありがとうございました。

来場者アンケートでは、約3分の1の方から回答をいただき、全般的には好評価でしたが、来場者の要望等や反省点を踏まえ、今後、さらに多くの方に来場していただけるよう、イベントを通して歯科保健の普及・啓発活動に努めていきたいと思いをします。



株式会社 岩瀬歯科商会

昭和の幕開けと共に栃木県で創業した弊社は、今年で90年目を迎えます。
皆様方への感謝を忘れず、未来を見据えた歯科ディーラー像を創造して参ります。



イワセオリジナルユニット
SIGNO NEXT

こだわりと好みをひとつずつ反映しながら、
ワンランク上のラグジュアリー空間と
心地よさを演出します。

■ 製品名称 歯科用ユニット
■ 製造会社 シグノ
■ 発売の年 2015年11月 特定保守管理医療機器
■ 医療機器登録番号 221 AKB 2X 00080000
■ 特定保守管理 2年

製造販売・製造
株式会社モリタ東京製作所
本社 埼玉県川口市中央区上落合 2-1-24 TEL 048-382-1315
伊勢工場 埼玉県北足立郡伊勢町小室 7129 TEL 048-723-2621

発売
株式会社モリタ
大阪本社 大阪府吹田市港北区 3-33-18 TEL 06-6380-2325
東京本社 東京都台東区上野 2-11-15 TEL 03-3824-6161

事業所案内

本社	台東区台東2-23-7	TEL:03-3832-8241
宇都宮支店	宇都宮市平出工業団地37-6	TEL:028-613-5858
水戸支店	水戸市白梅2-8-18	TEL:029-225-6543
松戸支店	松戸市幸谷観音下159-1	TEL:047-345-3131
千葉支店	千葉市中央区浜野町879-1	TEL:043-305-1182
上野支店	台東区台東2-23-7	TEL:03-3832-8241
古河支店	古河市下山町9-60	TEL:0280-30-1582
福島支店	福島市鎌田字卸町4-1	TEL:024-552-1161
世田谷支店	世田谷区玉川台2-11-17-101	TEL:03-5491-7595
練馬営業所	練馬区豊玉北4-14-11	TEL:03-5912-1180
横浜支店	横浜市栄区小菅ヶ谷1-28-9-101	TEL:045-895-3808
5月GW明け以降	横浜市磯子区中原2-1-19	TEL:045-770-4182
前橋支店	前橋市紅雲町1-22-2	TEL:027-243-8241
5月GW明け以降	高崎市京目町176-2	TEL:027-350-8241
厚木支店	厚木市酒井2087-14	TEL:046-228-5550
大宮支店	さいたま市見沼区東大宮7-41-1	TEL:048-688-1740
盛岡支店	盛岡市上堂1-6-5	TEL:019-648-2777
東大和支店	東大和市立野3-640-1	TEL:042-590-5770

医療+管理委員会 だより

平成27年度 第2回復職支援講習会

医療管理委員会 奥田 雅人

11/25（水）に歯科医師会館で復職支援講習会が開催されました。

今回は、参加人数5名という少人数でしたが、遠くは北茨城、牛久市からの参加もありました。今まで何度も参加した人、しばらく現場から離れている人、現役で活躍している人などバラエティーに富み、皆熱心に講義、実習に取り組んでいました。

まず、県歯森永会長、県医療管理部長大字先生の挨拶があり、その後、今回の講習会で指導にあたってくれる衛生士科主任の菱沼先生、寺門先生が紹介されました。

最初にパソコンで動画を見ながら、ハンドスケーラーのシャープニングの仕方を復習し、その後2人1組になり主に超音波スケーラーを使用しての相互実習を行いました。



今回の参加メンバーは特に復職に対しての意識が高く、実習にも熱がこもっていました。

一通りの実習が終わった後、最近の歯科治療の

トレンド、衛生士に求められる事、勤務実態、就業にあたって心配している事等、お茶を飲みながら話し合いました。

今までは茨城県歯科医師会館で開催してきましたが、各地に散らばっているであろう未就業者を掘り起こしたいという観点から、今後は水戸以外の会場でも計画しています。

皆様の地区で開催される場合は、御協力のほど宜しくお願い致します。

今回のアンケート結果

- Q 1 この講習会の事を何で知りましたか
- | | |
|--------------|----|
| A 1 歯科医院の広告 | 2人 |
| A 2 ホームページ | 3人 |
| A 3 友人知人の紹介 | 0人 |
| A 4 真珠会のお知らせ | 0人 |
| A 5 衛生士会お知らせ | 0人 |
| A 6 その他 | 0人 |
- Q 2 講義の内容はどうでしたか
- | | |
|------------|----|
| A 1 ちょうどいい | 5人 |
| A 2 物足りない | 0人 |
- Q 3 実習内容はどうでしたか
- | | |
|------------|----|
| A 1 ちょうどいい | 5人 |
| A 2 物足りない | 0人 |
- Q 4 復職にあたって気になることは
- | | |
|-------------|----|
| A 1 給与、待遇 | 2人 |
| A 2 勤務時間 | 3人 |
| A 3 職場の人間関係 | 0人 |
| A 4 その他 | 0人 |

A 5 お友達に復職を考えている衛生士さんは
いますか

A 1 いる 2人

A 2 いない 3人

Q 6 復職の時期は

A 1 3か月以内 0人

A 2 1年以内 1人

A 3 1年以上 1人

A 4 条件が合えばいつでも 1人



次回は平成28年3月31日（木）10：00～12：00
茨城県歯科医師会館で歯周治療の基礎の基礎
キュレタージ、PMTCについて行う予定です。



アイ・デー・エスは…

医師賠償責任保険

所得賠償保険

自動車保険

火災保険

小規模企業共済制度

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

平成27年度 全国学校保健・安全研究大会

学校歯科委員会 田崎 良生

平成27年12月3・4日の2日間、愛媛県松山市の、ひめぎんホールで「生涯を通じて、心豊かにたくましく生きる力を育む健康教育の推進」をテーマに、平成27年度全国学校保健・安全研究大会が開催され、県歯学校歯科担当理事の千葉先生と委員の田崎で参加しましたのでご報告いたします。



3日（木）午後3時より開会式が行われ、文部科学省から小松親次郎氏、日本学校保健会からは弓倉整専務理事他、ご挨拶がありました。その後、平成27年度全国学校保健・安全の表彰式が行われ、茨城県からは、学校医として古河市立第二中学校の田中幹雄先生、学校歯科医として県立茨城東高等学校の山口悦郎先生、学校薬剤師として水戸市立三の丸小学校の本多美知子先生、学校保健の部では鉾田市立大竹小学校が表彰されました。平成27年学校ボランティア活動奨励賞とし

て、北茨城市の浜道区さわやか自警団、神栖市の須田っ子を守る会、大洗町の大洗町防犯連絡員協議会が表彰されました。

記念講演

子どもたちの意思決定能力を育てる

兵庫県教育大学大学院 西岡伸紀教授

意志決定能力の必要性

意志決定とは、複数の選択肢から最善の選択肢を選び実行することである。現在の社会では、価値観の多様化、情報化、高齢化等の状況があり、社会経済的要因の健康影響も懸念されている。このような複雑な状況下で個人の自己責任が強く求められる傾向がある。子供たちには意志決定の能力を身につけ、簡単ではない社会を生き抜き自己実現を果たして欲しい。

意志決定能力の育成

適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態、人間関係などを含む社会環境が関連することを理解すること。適切な意思決定や行動選択には、情報収集、思考・判断、自分なりの計画・評価、社会的な影響力への対処が重要である。

意志決定能力育成のためのコラボレーション

健康教育とライフスキル教育に対しての意思決

定とはどのようなものか。その必要性、意思決定の関連要因について学習する。さらにライフスキル教育では、自分の意思決定の経験を参考にしながら、理解を深める。また意思決定が必要な、健康を含む日常課題を取り上げ、意思決定のステップを適用して、グループワークなどを通して、課題対処能力や意志決定能力を高める。加えて、学習内容を日常生活上の意思決定課題に適用したり、その結果を意見交換したりしながら、学習を強化する。課題への対処や解決の能力を実践的に高めるわけである。



4日（金）9時30分より課題別研究協議会が行われ、第5課題の「歯と口の健康づくり」に参加しました。

健康診断の効果的な実施と結果等を活用した健康教育の実施について

愛媛県立宇和特別支援学校 片桐弥生先生
特別支援学校における健康診断は、立案の段階から児童生徒の実態を十分に把握することが大切である。配慮すべきことを基本に据え、計画実践していく中で、教育的指導をしながらも安全の重視が必要となる。また小学部から高等部まで、年齢の幅のある児童生徒の在籍する特別支援学校において、学部、学年、一人一人様々な工夫が必要となる。その中でも歯科健診は、口を大きく開いたままの姿勢を要求されるため、苦手な児童生徒が多い検診の一つである。そのため歯科健診は、

児童生徒や教職員が新しい環境になれてくる5月下旬から6月上旬に実施している。実施方法の理解が困難な児童生徒にとっては、見通しが持てず、混乱を起こしたり、検査に集中できなくなることも多い。一人一人の特性に合った環境を整え、歯科健康診断結果から得られた健康課題と結果を活用して健康教育につなげていきたい。

歯・口の健康づくりを目指した歯科保健活動の取組

徳島県立徳島科学技術高等学校 近藤真理先生

健診前の生徒の生活習慣のアンケートから、歯みがき等の口腔衛生と手洗いが関連していることを導き出した。歯肉の炎症の関連する因子として、口腔衛生習慣だけでなく、未処置歯や噛み合わせ等の口腔環境もあげられた。BMIが高い生徒ほど「歯肉からの出血」があり「手洗い習慣」及び「よく噛んで食べる習慣」が獲得できておらず、「食べる速さが不適切」である傾向にあることがわかった。これらのことから生活習慣と肥満との関連性が認められ、歯・口の健康づくりにおいても重要な項目である。

これらのことから、歯・口の健康づくりのねらいを次のようにした。

- ①歯・口の健康状態を理解し、自らの健康を保持増進する態度や習慣を身につける。
- ②歯や歯周疾患の予防に必要な歯みがきの方法や生活習慣について理解し、実践につなげる。
- ③歯・口の健康づくりから、全身の健康づくりへと展開できるようにする。

このようなことを行なった結果、生徒より、「現代人は噛む回数が少なくなっており、その弊害が出てきている。噛むことの大切さがよくわかった」「生活習慣、食生活を改善することで、歯・口の状態が改善できることが理解できた」等の答えを得ることができた。

学校、家庭及び地域社会が連携した歯科保健活動の進め方について

高知県の町立長沢小学校 長瀬由英校長

高知県の山間部に位置する小規模校で全校生徒が、平成26年度15名、平成27年度10名である。児童には手厚く指導・支援が行き届く反面、自立的な生活態度が育ちにくい傾向があり、身体的には肥満傾向やう歯の未処置歯等の課題があった。地域等との連携をさらに推進することで、望ましい生活習慣の定着や健康意識の向上を図るように取り組む重点化してきた。「よりよい生活習慣を実践しようとする児童の育成」というテーマを設定した。

児童の家庭との連携はもとより、地域保健師・地域管理栄養士から保護者向けに歯・口の健康づくりと関連づけた食事指導を行い、望ましい食生活の意識づけ、食生活改善推進委員会の方による料理教室を行い、交流を深めながら栄養バランスのとれた食事や、よく噛んで食べることの重要性について指導をうけた。

その結果、平成25年は歯垢の付着状態が歯科健診により、観察・要治療の者が42.8%に及んだが、ブラッシング指導を個別・集団指導を重点的に行うことにより、平成26年度は要治療は0%、要支援は6.7%と減少した。食後の歯みがきの定着、噛んで食べることの意識化、家庭での食生活の変容、肥満度の要観察児童の変容等、改善が見られた。

学校歯科保健から生まれるパラダイムシフトー8020から8028へ

九州大学大学院 山下喜久教授

我が国は世界に類をみない速さで超高齢社会へと変貌しており、健康寿命の延伸が我が国の健康政策の最重要課題である。その中で食物の口腔摂取は生命維持を超えて生きることの充足感に欠かせないことから、健康寿命の延伸に口腔の健康が

不可欠である。歯・口の健康づくりの究極の目標は生涯を健康に過ごし、豊かな人生を歩むための術を伝え涵養することである。

むし歯への対策

フッ化物の応用によるう歯の予防効果についてはこれまでに多くの科学的根拠が蓄積されている。しかしその実施状況については都道府県で大きく異なっていることから、地域格差の是正の面からもその充実が多くの都道府県で求められている。ところが一見前向きなこのような流れは必ずしもフッ化物洗口実施の追い風になるとは限らず、場合によっては実施を強要されたと感じる児童生徒の保護者からの逆風に遭遇する場合もある。佐賀県では平成13年の3才児健診のd m f t指数は高くワースト4位であった。その9年後の12才児のD M F T指数は低い方のベスト9位になっている。これはこの9年間に佐賀県が学校でフッ化物洗口が著しく普及したためである。このような説得力のある事実を保護者を含めた地域社会で共有することと、学校歯科保健の問題解決手段としてフッ化物洗口を選択肢の一つとして考えることが、学校歯科保健の現場でフッ化物の応用が選択されるための鍵なのではないか。

歯周病への対策

歯周病については児童生徒では極希な例を除いてそれほど重篤な症状に進行することは少ない。よってう歯ほどには重きはおかれていない。成人における歯周病の検査ではプローブを歯周ポケットに挿入して診査するが学校歯科健診ではプローブを用いた歯周ポケットの診査は規定されていない。歯周病は若人には健康管理としての重要度がう歯に比べて低く、学童、生徒にとってもなかなか実感のわかない話なのかもしれない。しかし、歯を失うことによって起こる幅広い意味の損失を、歯を実際に失う前に自覚させ、行動の変容を

促すことは保健教育の醍醐味とも思われる。いずれにしても歯科保健教育を通して、自らの将来の歯茎の健康をイメージでき、そのイメージを実現するために具体的に何が必要なのかを長期的展望に立って伝えることがこれからの歯科保健教育に最も望まれていることである。

8020から8028へのパラダイムシフトを目指して

歯を失う原因のほとんどが歯周病である。1989年に80才で20本の歯を残すことを目標とした8020運動が提唱され、四半世紀がすぎた。他の生活習慣病の改善は芳しくないことを尻目に、若年者の歯の低下や、高齢者の残存歯数の増加には目を見張るものがあり、8020の達成も現実味を帯びてきた。私たちの行う歯科医療は入れ歯を入れるための医療ではなく、適切な治療によって歯を抜かないようにするための医療であることを

国民に十分理解して貰う必要がある。歯科医療を上手に活用することで8028が達成できる環境はほぼ整っているにも拘らず、そんな当たり前の常識が社会に広まっていかないもどかしさをいつも感じている。8020から8028へのパラダイムシフトこそ学校歯科保健における保健教育を介して可能になると思われる。

歯と歯周病は歯科の2大疾患である。学校保健においては、歯の地域格差対策としての保健管理が重要であり、歯周病については長い人生を見据えた保健教育を通じて豊かで実りある生きる術を伝えることが大切である。

第7課題の「喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育」の研究発表を、鹿嶋市立高松中学校の関根幸枝先生が行いました。

第65回 全国学校歯科医協議会

学校歯科委員会 田崎 良生

平成27年12月3日に愛媛県松山市の松山全日空ホテル エメラルドルームで、第65回全国学校歯科医協議会が開催され、県歯学校歯科担当理事の千葉先生と委員の田崎で参加しましたのでご報告致します。



愛媛県歯科医師会副会長の菊池貞介先生の開会の辞により始まり、愛媛県歯科医師会会長是澤恵三先生、日本学校歯科医会長齋藤愛夫先生が、学校健康診断にかかわる法改正施行は平成28年4月からありますが、それまでに今回の施行の内容を十分ご理解をいただき、学校歯科医として円滑な歯科健康診断を実施するための理解を深め、学校、家庭、地域、地域医療機関との連携を図るべく共通の認識を持っていただきたいと思います。と述べられました。

続いて、愛媛県知事中村時広知事、愛媛県教育委員会井上正委員長他から祝辞をいただきました。

先程、全国学校保健・安全研究大会にて文部科

学大臣より表彰された方々の紹介がありました。

次期開催県の、北海道歯科医師会会長の藤田一雄先生により、北海道は魅力度ランキング1位の県なので、ぜひ来年は北海道へとアピールされていました（茨城県は最下位?）。

講演は「学校歯科健康診断の改定について」、愛媛県歯科医師会会長是澤恵三先生が座長を務めました。

「今後の健康診断の在り方に関する検討会」

「児童生徒の健康診断マニュアル改訂委員会」概要

(社) 日本学校歯科医会常務理事

(社) 埼玉県歯科医師会常務理事

齋藤秀子先生



平成23年に文部科学省は日本学校保健会に委託し「今後の健康診断の在り方等に関する調査」を行った。この調査結果に基づき、平成24年「今後の健康診断の在り方等に関する検討会」を設置し、平成25年「今後の健康診断の在り方等に関する意見」が出された。

健康診断の目的と役割

児童生徒等の健康診断は、家庭における健康診断を踏まえ、学校生活を送るに当たり支障があるかどうかについて、疾病をスクリーニングし、児童生徒等の健康状態を把握するという役割と、学校における健康課題を明らかにすることで、健康教育の充実に役立てるという役割があることに留

意すること。

事後処置について

健康診断の結果、身心に疾病又は異常が認められず、健康と認められる児童生徒等についても、事後処置として健康診断の結果を通知し、当核児童生徒等の健康の保持増進に役立てる必要があること。

「学校歯科医の活動指針」の改訂について

明海大学学長

(社) 日本学校歯科医会学術委員会委員長

安井利一先生



学校歯科医の活動指針の改訂

学校歯科医の活動指針の中には、歯や歯科疾患に関する局所的対応ではなく、学校関係者とともに子どもの健康そのものを広く支援し、生活環境や家庭環境への対応が求められている。平成28年からは健康診断を的確かつ円滑に実施するために、小学校、中学校、高等学校及び、高等専門学校においては全学年において、幼稚園及び大学においては必要と認めるときにあらかじめ児童生徒等の発育、健康状態等に関する調査を行うこととなった。このため、保健調査票について検討し改訂を行った。

歯列、咬合及び顎関節の診査基準の見直しについて

子供の発達段階に応じた診査基準、口腔の機能発達及びその重要性、家庭との連携の視点から個々の子供の健康調査票の活用法などについて追加をしてもらった。さらに学校保健安全法改正の趣旨から、0、1、2の2の「専門医による診断が必要」については、個別の保健指導や健康相談を重視することにした。

GOについて

「今までは定期的な観察が必要」（GO）を、「歯垢の付着はあるが歯石の沈着はなく、定期的な観察が必要で、生活習慣の改善と注意深いブラッシング等の適切な保健指導を行うことで炎症性症候が消退する程度の歯肉炎を有する児童生徒等」とした。

CO（要相談）の状態について

初期のう蝕の所見について、㊦小窩裂溝の初期う蝕。㊧平滑面の初期う蝕。㊨隣接面や修復物下部の着色変化。㊦㊧の状態が多数認められる場合等、地域の医療機関との連携が必要な場合が該当する。「CO要相談」と記入する。

講演終了後は、同ホテルのダイヤモンドルームへ移動し、懇親会が行われた。懇親会では、私が茨城からの参加であると言うと、他県の委員の先生方は、皆、「長谷部先生は元気ですか?」「荻野先生は今日は来てませんか?」と聞かれ、お二人の先生は全国レベルで有名な方々なんだと思いました。学校歯科委員会での認知度ランキングは茨城県は1位?

今年度より委員になり戸惑うことばかりですが、この大会に参加し学校歯科医として少しでも児童生徒の健康教育の推進の力になればと思います。来年度は北海道で開催の予定です。

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

広報委員会

口腔センター水戸に勤務して

(公社) 茨城県歯科医師会 口腔センター水戸

横山 恵美子、関口 浩、村居 幸夫

征矢 亘、森永 和男

一般歯科診療しか経験のなかった私が、口腔センター水戸にお世話になって、はや半年が過ぎようとしています。

週一回の勤務とは言え、障害児・者の診療に携わるのは全くの初心者で、右も左も分からない状態でした。

現在もセンターの関口先生をはじめ、グリーンナ先生のもとスタッフの皆様にご指導をいただきながら勉強の日々です。

まだまだ何かと不慣れでご面倒をおかけする日々ですが、先生、歯科衛生士の皆様方が温かく見守って下さるので、なんとか頑張っていると思っています。

講習会で口腔センター水戸の主任歯科衛生士の野村さんが話された言葉が、仕事していく上で心に残っています。



「歯科衛生士は障害者にどんな支援ができるのか？ 障害を本人や家族はどのように受容するのか？ ショック→拒絶→悲しみと怒り→順応→立ち直りと、障害への肯定と否定が常に存在し、落胆と適応を繰り返す」と、この言葉を聞いた時、口腔センター水戸の患者さん・ご家族の方々は明るい人達が多いのですが、そこには先生やスタッフの皆様方の、患者さんご家族に対しての思いやり、経験・体験上からの日々、接し方への努力があったからこそなのだと実感しました。

私もこれからは少しでも患者さんに寄り添えるよう、日々邁進していきたいと思っています。

そして、ほんの少しでも、患者さんの力になれるような衛生士になれたらと思います。





平成27年度 関東女性歯科医師の会 参加報告

つくば地区 山口 眞裕巳

平成27年10月3日（土）甲府富士屋ホテルにて平成27年度 関東女性歯科医師の会が開催され萩原洋子女性歯科医会会長以下8名が参加してまいりましたので、報告致します。



関東女性歯科医師の会は1都6県に山梨県を加えて輪番制で開催されています。

今年は当番県が山梨県ということもあり、土曜日の午後4時より総会開始という形で行われました。

甲府に到着すると同時に富士山の存在感に目を奪われました。

静岡県側から見る富士山とはまた違った美しさがあり、「Appleが選んだ富士山は本栖湖のある山梨県側」というのも納得という感じでした。

① 全体会・総会

今年度当番県の山梨県女性歯科医会会長安居尚美先生の挨拶に始まり、前年度当番県より会計報

告、各都県からの報告の後、「ぐんま女性歯科医師の会会員の現在と未来」と題してぐんま女性歯科医師の会副会長久保田順子先生による講演が行われました。

ワークライフバランス・女性歯科医師ゆえに大変だったこと・今後取り組みたいことなどについてぐんま女性歯科医師70人の声をまとめたもので、男女共同参画について理解を深めることのできる内容でした。

② グループワーク

次期開催県である千葉県歯科医師会女性歯科医師の会会長中久木典子先生の挨拶の後、4時半より「女性歯科医師の未来をバラ色にするには」と題してグループワークが行われました。

ここでもやはり出産・子育て・介護と仕事とのバランスなどに関して活発に討論が行われました。

2時間という短い時間にも関わらず、仕事・家庭・健康・趣味に関する事などから歯科医師会・国に望む事などまで、様々な意見が出されました。

③ 懇親会

討論が白熱し、時間を超過したグループワークに続き懇親会が行われました。

日本歯科医師連盟常任理事比企利枝子先生を

はじめとした来賓の先生方のご挨拶をいただき、日本女子歯科医専出身で今も現役でご活躍中の隈部まさる先生の乾杯の音頭で懇親会が始まりました。

終始和やかな雰囲気で行われ、名物のほうとう、シャインマスカットなどの葡萄をたくさん頂き他県の先生方との親交を深める有意義な時間となりました。

働く女性にとっての出産・育児を含む家事全般の環境は、近年かなり改善されつつあるように思われますが、まだまだ女性が担う部分は多く、女性にしかできない部分もたくさんあると思います。

今回の講演とグループワークを通して、男性も女性も意欲に応じてあらゆる分野で活躍できる男女共同参画社会を実現し、次世代の若い人達が少しでも生きやすく、また私達の今後の人生をバラ色にするためには、私達が少しずつでも声を出して政治に働きかけていかなければならない事を感じました。

参加した75名あまりの女性たちからパワーを頂き、「明日からまた頑張ろう」、「あと10年は確実に仕事できるかしら」などと考えながら帰路につきました。





「笑って健康に！」 ～立川らく朝のヘルシー落語講演会 in 桜川～

(社)茨城・県西歯科医師会 柴崎 崇

(筑西から桜川へ)

昨年、筑西市で開催した講演会の第2回ですが、今年は場所を移して桜川市での開催となりました。正直、昨年発案・計画した時点では2回目があるとは思っていませんでした。なにしろ初めての試みで、ちゃんと運営ができるのか？人は集まってくれるのか？ほとんど手探りの状態で、とても「結果にコミット」できるようなものではありませんでした。ただし集まってくれさえすれば、そしてらく朝さんのヘルシートークを聴いてもらえさえすれば、きっと満足していただけるという自信だけはありました。

その後、紆余曲折はありましたが、どうにか開催にこぎつけることができ、心配された集客も消防法違反の290人（発表は260人）を数え、無事にやりきったという達成感を得ることができました。しかし満足感に浸ってられるのもつかの間、ア

ンケートを集計してみて「ビックリポン！」です。渡辺先生の（歯科）前座講演も含めて、予想以上の大好評で、「こういう企画は素晴らしい」や「ぜひ来年もやってほしい」などの意見・感想が多数寄せられました。

発案者が言うのもなんですが、たしかにどのプログラムも「笑いながら健康情報を得る」というコンセプトに基づいた、「笑い」と「驚き」に溢れた楽しい内容であったと思います。説得力も十分でした。そしてその結果、あろうことか主催者（県西）の会長も専務もすっかり乗り気になって、「来年もやろうよ！」ということになってしまいました。そんな経緯で今年は会長のお膝元・桜川市真壁町での開催となった次第です。

さて2年目の今年はどんな講演会になったのか、レポートさせていただきます。

健康になりたい。健康に関する知識や情報をたくさん得たい。でも医者や歯医者講演会は専門的すぎて、難しくて眠くなってしまう。こんな悩みを抱えた方、落語で健康を語る唯一の落語家・立川らく朝の高座を覗いてみませんか？

ギャグ満載の「健康落語」と「ヘルシートーク」を聴いて笑っているうちに、健康のことがすっかり分かっちゃう。そんな素敵な体験をお届けします。

日 時：平成27年11月29日（日） 14：00～16：00

場 所：桜川市 「真壁伝承館・まかべホール」

[主催] 茨城・県西歯科医師会

[共催] 茨城県歯科医師会、茨城県歯科医師連盟

[後援] 桜川市、桜川市歯科医師会、真壁医師会桜川市支部、筑西薬剤師会桜川市支部

来場者の多くは中高年層と予測されるため、お天気と足の便・駐車場の確保が心配されましたが、幸い当日は抜けるような秋晴れ。「つくばエクスプレス」のつくば駅まで演者の送迎をいたしました。その道中、間近に見る紅葉の筑波山の美しさを見てもらえたことで気分を盛り上げられたように思います。

(懇親会)

開会に先立ち、演者を囲んで懇親会（昼食会）を行いました。場所は会場すぐ近くの「伊勢屋旅館」。明治から続く古い料亭が基になっていて、国の文化財指定を受けている「観光・真壁」を象徴する建物のひとつです。料理は「季節の田舎料理」で、らく朝さんの講演内容にふさわしい和食中心のメニューでした。

出席者は以下の11名です。（順不同、敬称略）

立川らく朝（講演者）、中川威（講演者）、井上高雄（桜川市副市長）、上野誠一（桜川市健康推進課長）、延島茂人（桜川市医師会長）、藤井宗一（筑西薬剤師会長）、渡辺進（茨歯会常務理事）、菊池米彦（茨歯連盟県西支部長）、青木秀史（県西歯科医師会長）、吾妻周一（同専務理事）、柴崎崇（地域保健担当・司会）

食事中の会話はやはり「筑波山」。どこから見る筑波山が一番美しいか？皆、自分の住んでる地区

から見る筑波山が一番！と自分勝手な主張をして譲りませんでした。それぞれにこだわりがあるようで、やはり筑波山は茨城県民にとっての象徴、アイドル的存在なのかも。らく朝師匠にそれが上手く伝わったか？それともあきれられたか？

懇親会が終わって会場に戻ってみると、まだ開場時間まで20分以上あるにもかかわらず、時間を繰り上げて入場させていました。すでに大勢の人が来ており、立って待たせるのは気の毒だと配慮したとのこと。ナイスな判断でした。人出は上々ようです。結局、最終的には、

入場者：230名（市の集計では、職員を含めて250名）を数えることができました。入場者数が心配されてましたが、真壁での講演会では画期的な数字だったようです。まかべホール、ほぼ満員になりました。感謝！

(開会式)

「皆様、本日は師走も近いお忙しい時期に、と申しましても本気でお忙しい方は落語に來ないと思いますので、皆様そこそこお忙しい中をおいでくださいまして誠にありがとうございます」司会者による失礼な挨拶で開会しました。

主催者（会長）挨拶：青木秀史 先生

桜川市副市長挨拶：井上高雄 様

(講演①) 「口から始まる健康生活」～体は食べ たもので作られる～ by 中川 威

中川先生が、講演内容を要約した抄録を当日配布してくれましたので、全文を掲載させていただきます。ちょっと長くなりますが、素晴らしい内容なのでぜひ読んでみて下さい。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

昔の人はいろんないいことを言っています。

たとえばことわざとして残っているものの中には科学的にもなるほどと思えるものが結構あります。



「病は氣から」

外からやってきた悪いヤツのせいで病気になるのはよくあることで、それを迎え撃つのが免疫、っていうものです。ところがこの免疫、なかなか患者で全部がキッチリとわかっているわけではありません。その仕組みは非常に複雑です。ただし、精神的なものがかなり関わっているのも事実です。それをうまく言い表しているのが・・・

「笑う門には福来たる」

これはらく朝師匠のお話で充分堪能して頂けるはずですが、笑うことで免疫機能が向上するというのはあちこちで言われていますし、笑う表情をするだけでもいい、という話もあるくらいです。

「医食同源」

これは日頃からバランスの取れた美味しい食事をとることで病気を予防し、治療しようとする考え方です。ことわざだと思っていたらそうではなく、NHKの「きょうの料理」で1972年に考案されたものだそうです。

さらに、これは最近言われてきている「アンチエイジング」ということにつながる考え方です。

1. アンチエイジングとは

「エイジング」というのは「年をとる」ということです。「アンチ」は「非」「抗」「不」という意味ですので、年をとらずにいつまでも若くいよう、というのがアンチエイジングの意味するところになります。

一時期「美魔女」というのがはやりましたよね。未だにやってる人もいますが、ことさらに若さを強調するのはどうかと思います。若さは若い人の特権で、逆に言えば若いうちはそれ以外にないとも言えます。なので、そういう土俵で勝負しちゃいけません。

生きている以上年をとるのは当たり前で、だんだんしわやたるみが出てくるのは仕方ないところですが、年をとることと対決するのではなくて



「いい状態に年をとる」のが肝心なのです。

なので、アンチではなくて「グッドエイジング」と言うことにします。つまり、多少病気があって病院にかかっていたとしてもコントロールされていて普段の生活に支障がなく楽しく毎日を過ごしている、社会生活の面でもうまくいっている。そういう「健康寿命」を長くすることが一番大事なことです。

・平均寿命と健康寿命

平均寿命と健康寿命の差、それは誰かの世話にならないといけない期間ということになります。介護を受ける、ということですね。それが男性なら平均9年、女性なら平均12年になるわけです。医療の大きな目的は病気を治すことですが、平均寿命を伸ばすだけでなくこの差を短くするのもそれ以上に大事なことです。理想的には平均寿命＝健康寿命ですが、そのためにどうするか？です。

2. 未病（みびょう）とは

全くなんの問題もない、と病気、の間にある状態のことを「未病」といいます。全くの健康状態から急に病気になるわけではありません。体の中では何らかの問題をかかえているが外には出てきていないという状態が必ずあるわけですから。

大事なのは、病気になってから治すのではなく、具合の悪さが表に出る前に病気の芽を摘んでおく、

未病のうちに治してしまう、ということです。

病院というのは基本的には病気を治すところです。未病の状態で行くことはあまりありません。さて、歯科医院はどうでしょう。もちろん好んで行く人は少ないでしょう。口の中やその周辺に何か問題が出て仕方なく行く、という人が多いと思われれます。口まわりに問題はあるけれど歯科医院に通える程度には健康、ということになります。

むし菌や入れ歯などのように口の中だけである程度決まりのつくものはいいのですが、体に何か具合の悪いところがあってそれが口の中に出ていることがあって、その場合口の中の処置だけではうまくいかないこともあります。

たとえば、口内炎、歯周病、歯の痛み、顎の痛み・・・などです。

口内炎をとってみても、カンジダやヘルペス感染によるものからベーチェット病などの自己免疫疾患、アレルギー、貧血、外傷、その他いろいろあります。

こういう場合、原因がどこから来ているのかをよく調べるのが大事になります。全身の病気のはしりとして口の中に問題が出ることもあるからです。

この原因を探るにはいろいろな方法がありますが、検診で行っている血液検査もかなり有効な方法です。検査値が基準値に入ってるから安心、ではなくて、その値の意味するところを読み取ることによって体の中の異常を探っていきます。

3. 口は大事

当たり前ですが、生きていくにはものを食べなければなりません。その入り口としての「口」の健康はとにかく大事です。そして、その「口」の病気、口内炎や歯周病やその他が認知症・脳卒中・糖尿病などの全身疾患とつながっているとしたら・・・

歯周病の母親からは低体重児が生まれる傾向にあるという報告があります。母子手帳にも「歯周病は早産等の原因となることがあるので注意し、歯科医師に相談しましょう」という一文があります。また、母親に栄養的な問題があれば生まれてくる赤ちゃんも健康ではられません。

また、歯周病がアルツハイマー病を悪化させている可能性がある、ということをも名古屋市立大学大学院研究チームがマウスの実験で証明しました。これがすぐに人間にも適用できるわけではありませんが、何らかの関係があるのは確かでしょう。

そして、一番大きなのは糖尿病と糖尿病予備軍の問題です。その因果関係はともかく糖尿病と歯周病に関係があることは確かです。歯周病の治療をすれば糖尿病が改善するのはわかっているし、その逆も同じです。

口の中というのは歯や歯ぐき、それを支える骨を含みます。その健康のために何を食べるかは大事ですが、今はいろいろな情報があふれすぎています。正しい知識を身につけましょう。

その一例として、体が何からできているかを覚えておいてください。6割は水分、残りのほとんどはタンパク質と脂質で、ミネラルが少し、糖質はほんのわずか（1%程度）です。

ということは、食べなければならないのは「タンパク質」「脂質」「ミネラル・ビタミン」ということになります。実際にタンパク質の元であるアミノ酸には必須アミノ酸があり、脂質の元には必須脂肪酸があります。これらは食事としてとらないといけません。人間のエネルギー源として一番大事なのは脂質であって、糖質はことさらにとる必要はありません。ただ、糖質依存の人はなかなかそううまくいかないので、そのあたりの改善を考える必要はあります。

4. 健康寿命を長くするには

歯科医院はむし歯を治したり入れ歯を作ったりするだけでなく「未病」を発見して病気にならないようにするところでもあります。口の中に問題が出たときにそれを引き起こしている体の問題も含めて治すのが大事になります。「未病」に対応できるのは本来なら歯科医院なのですが、そのあたりがまだよく知られていないのが不幸なところですね。

歯や口に異常を感じている人で実際に歯科医院を受診している人は16%という調査があります。問題ないという人もいることを考えると全体の受診率は10%を切ってるかもしれません。せめて半分の人が歯科医院に定期的に行くようになれば、健康寿命がぐっと上がることは間違いありません。医療費も随分と減ることでしょう。自分のために、家族のために、定期検診を受けにいきましょう。それが健康寿命を伸ばすためには一番の近道ではないでしょうか。

・・・・・・・・・・・・・・・・

（講演②） ヘルシートーク by 立川らく朝

司会者によるプロフィール紹介に引き続き、らく朝師匠が大きな拍手によって迎えられました。ところがここでハプニング発生。我々スタッフの不手際なのですが、ピンマイクを付け忘れてしまいました。しかしさすがはプロの噺家さんです。この広さであれば十分声が届くであろうと判断。客席に聞こえることを確認し、「今日は地声でやります」と宣言しました。スタッフの不備を咎めることもなくリカバリーしていただき、頭が下がります。

講演内容については、事前に「昨年のお客様と同じですか？」と質問があり、「9割方違います」とお答えしたので、昨年と基本的には同様の内容になりました。「笑い」は日本人の死亡原因1～4



位まで（ガン、心不全、肺炎、脳卒中）すべての予防に効果がある、ということが大きなテーマになっています。

その詳細については、昨年の茨歯会報12月号に掲載しましたので、ここでは省略します。ぜひ読み返してみてください。今回もテーマは同じですが、間に挟み込む小ネタ（ギャグ）はいろいろと変えていますので、昨年聴いた人でも十分楽しめる工夫が成されています。

（講演③） 健康落語「合コン老人会」 by 立川らく朝

「どんな噺をやるのがいいか、その日のお客様の様子を見てからそれにふさわしいネタを決めます。そして今、皆様を見回して今日のネタを決めました。（ボケ）の噺にします！」そんなマクラで笑わせてから創作健康落語「合コン老人会」に入りました。

元気満々なお年寄りがいっぱい登場。振り込め詐欺だって遣り込めちゃう。ついに老人会同士で「合コン」を計画したから大変。周りの町からどんどんお年寄りが集まってきてそれはもう大騒ぎ。一人で閉じこもらずアクティブな生活をする事で認知症を予防することができる、というメッセージを込めた爆笑落語です。



(講演④) 古典落語「替り目」 by 立川らく朝

最後にもう一席、お馴染みの古典落語を披露してくれました。

お酒の噺、というか酔っぱらいの噺です。前半は車屋さんとのトンチンカンなやりとりで笑わせ、後半は女房に「酒とつまみを用意しろ」とさんざん絡んでから、最後には夫婦の情愛も垣間見せる、ほのぼのとした後味のお話。とくにストーリー性はなく、酔っぱらいの演技力が問われる難しいネタですが、らく朝師匠はお酒の噺は得意としているようで、この日も名演ですっかり観客を魅了しました。

(閉会式)

青木会長より二人の講演者に感謝状が授与されました。そしてここでもちょっとした仕掛けが・・・

らく朝師匠の感謝状の文面で笑いを誘った後、中川先生の感謝状は「たいへんよくできました」の文字だけ。小学生か！！（閉会后、まともな感謝状も渡しました。念のため）

会場がいっぱいの笑顔で満たされる中、最後にらく朝師匠からお客様に感謝のメッセージと独演会のインフォメーションがあり、全プログラムを終了しました。

(桜川から・・・?)

終了後、アンケートを書いて下さる方、談笑しながら家路につかれる方、講演者やスタッフに声をかけて下さる方、皆笑顔で、十分満足感を得られた様子でした。

いくつかの不手際はありましたが、どうか笑って許して下さい。全体的には、十分な「笑い」と「健康情報」を提供できたのではないかと思います。また同時に、地域における歯科医師会の存在意義を高めるために少しでも貢献できたなら幸いです。

ご後援いただいた桜川市、医師会、薬剤師会。ご協力いただいた近隣の筑西市、下妻市、結城市に感謝申し上げます。会場設定にご協力いただいた青木先生のお仲間の方々、ポスター・チラシを快く貼っていただいた桜川市の皆様、ありがとうございました。そしてなにより、現場で働いて下さった市の職員の方々には、手伝いというより自分たちの事業としてアイデアまで出しながら運営していただき、感動さえ覚えました。関係者の皆様、来場して下さった皆様、そして終了後師匠を駅まで送ってくれた鬼澤先生、本当にありがとうございました。

「えっ、来年もやるかって?・・・青木会長に訊いてくださーい！」

アンケート集計結果

(1) 年齢、性別を教えてください。

☐ ～19歳：1 (0.5%)	☐ 20代：0
☐ 30代：2 (1.0%)	☐ 40代：6 (3.3%)
☐ 50代：34 (18.7%)	☐ 60代：87 (47.8%)
☐ 70代：37 (20.3%)	☐ 80歳以上：15 (8.2%)
(182人)	
☐ 男性：27 (22.3%)	☐ 女性：94 (77.7%)
☐ どちらとも言えない：0	(121人)

(2) どちらからいらっしゃいましたか？ また、

主な交通手段は？

- ☐桜川市：161 (87.5%) ☐筑西市：13 (7.1%)
☐それ以外の茨城県内：9 (4.9%)
☐茨城県以外：1 (0.5%) ☐地球以外：0

(184人)

- ☐徒歩：13 (16.9%)
☐自転車・バイク：3 (3.9%)
☐車：60 (77.9%) ☐タクシー：1 (1.3%)
☐電車：0 ☐その他：0 (77人)

(3) ご職業を教えてください。

- ☐学生：1 (0.5%) ☐会社員：12 (6.6%)
☐公務員：5 (2.7%) ☐自営業：25 (13.7%)
☐農業：7 (3.8%) ☐医師：2 (1.1%)
☐歯科医師：5 (2.7%) ☐薬剤師：3 (1.6%)
☐医療、介護、福祉関係：5 (2.7%)
☐主婦：77 (42.1%) ☐無職：37 (20.2%)
☐その他：4 (2.2%) (183人)

(4) この講演会を何でお知りになりましたか？

(複数可)

- ☐桜川市広報誌のチラシ：82 (44.6%)
☐その他のチラシやポスター：26 (14.1%)
☐友人、知人から：39 (21.2%)
☐歯科医師会から：26 (14.1%)
☐その他の所属団体から：36 (19.6%)
☐その他：0 (184人)

(5) いらっしゃった動機は？ (複数可)

- ☐健康に興味がある：110 (59.8%)
☐落語が好きだ：88 (47.8%)
☐歯科に興味がある：31 (16.8%)
☐所属団体の勧めで：38 (20.7%)
☐友人、知人の勧めで：35 (19.0%)
☐暇だったから：7 (3.8%)
☐その他：3 (1.6%) (招待、受付、他)

(184人)

(6) 講演の感想をお聞かせ下さい。

- ☐満足：150 (87.2%) ☐ほぼ満足：19 (11.0%)
☐普通：3 (1.7%) ☐やや不満：0
☐不満：0 (172人)

(どんな点が満足または不満でしたか?) 順不同

1. 良かった。楽しかった。
2. 内容がとても解りやすかった。
3. 内容がとてもよかった。
4. 私は何処でも話を聞き、自分の健康には回りの人々に元気であるために何をすべきかを知ってもら。自分が病気になって色々と健康に気を付けるようになった。
5. 楽しい時間を過ごしました。笑いの効果は計り知れません。
6. とっても楽しく健康的によいお話でした。
7. わかりやすい話でした。ユーモアあり、良かったです。
8. 司会の方がおもしろかったです。
9. 笑いながら健康のひけつが分かった。笑いという事がいかに大事か分かった。
10. 笑うという事がどんなに大切かがわかりました。
11. 生の声で落語を聞くことができ良かった。
12. わかりやすく楽しかった。「笑う」って素晴らしいですね。
13. 笑うことが健康につながる事が判りました。心がけてすごそうと思います。とても楽しい時間をありがとうございました。
14. 肩こりが治りました。ありがとうございました。
15. とってもわかりやすかった。
16. とっても良い時間が過ごせて良かったです。来年もよろしく願います。
17. 四大死の事、健康(笑い)について、おもしろくて大いに笑えた(人を笑わせるのが好きなタイプなので)。歯医者と笑いの組み合わせ、

良いと思う。落語は好きですが、じっくり聞いたことがありませんでした。とてもおもしろかったデス。

18. やはり生で聴くのは楽しいと思いました。そしてとても為になりました。
19. しばらくぶりに笑って、楽しく良かった。
20. 出演者みなユーモアにあふれ、リラックスできた。
21. 楽しく知識が広められた。健康に感謝。
22. 笑いが健康に良いということがわかって良かったです。これからもダジャレでも言えるようになるといいですね。
23. 笑い健康の話がよく理解でき、しかも楽しく、まさに笑いながらの時でした。
24. 笑いながらの最高の時間ありがとうございました。健康を学ぶことができ、とても楽しく過ごさせていただきました。来年も是非お願い致します。
25. 最近の講演会の中で最も楽しく、笑いはとってもいいー！！
26. とても良かった。来年もお願いします。
27. 楽しく健康についての話を聞くことができた。
28. 笑うことは本当に大切だと思いました。笑顔で楽しい人生を送りたいと思います。ありがとうございました。
29. 笑うことができた。
30. 医師であり、落語家であるということ。
31. 笑いながら講演を聞くのは楽しいです。眠くならない事もなかったです。
32. たいくつではなく、とても楽しい講演会でした。
33. 笑うことが健康にとっても良いことを楽しく知ることができ、とても良かったです。
34. 楽しかった。
35. 46才からの落語家は素晴らしい。
36. 笑いが健康によい事がわかりました。
37. 笑いについて大切な事を知りました。

38. 健康のこの話が良かった。

39. 歯の健康と体の健康については前から強い関心があります。普段、今日のような話を聞く機会はなかなかありませんが、らく朝師匠の分かり易いお話で、多くの人が笑うことと健康の大切さを十分に認識したと思います。ありがとうございました！
40. 元気がもらえた。明るく前向きに！！
41. 現代病を判りやすく話していただいて楽しかった。
42. 楽しかったです（わかりやすくて）。
43. 健康落語、後半は聞きづらい部分があった。マイクがほしい！
44. わかりやすく、今後の生活の参考にしていきます。
45. 思った以上におもしろかった。司会者もとてもおもしろかった。
46. 楽しく聞かせていただきました。らく朝さん、素晴らしかったです。是非また呼んで下さい。
47. 司会の声ははっきり届かない。中川歯科医の講演は暗くて顔が見えにくかった。
48. 立川先生の、笑いの大切さについての話がとても楽しく聞けました。
49. たいへんよかったです。
50. 笑いの中に健康のことが盛り込まれ、ためになった。ストレスも解消でき楽しい時間を過ごせた。
51. たいへんおもしろくためになるお話でした。
52. とてもためになりました。健康に関してとても解りやすい講座でした。
53. 笑いを思い出させてくれる、笑いの反応を良くしてくれる事がよかった。司会者の柴崎先生のユーモアもすばらしかった。
54. 笑いはとても楽しくて良かったです。また次回もよろしくお願いします。たくさん笑わせてもらえて良かったです。ありがとうございました。柴崎先生おもしろかったです。

55. 笑いながら勉強になった。
56. 健康をとり入れた落語、今までになく腹をかかえて笑えました。
57. 落語は本当に久しぶりで、よく笑いました。
58. 落語で笑えておもしろかった。
59. 笑いの力ってすごいですね。
60. 健康に関する事を笑いに変えて説明がおもしろい。
61. とても楽しかった。
62. プロのお話でさすがでした。とってもたのしくわかりやすかったです。
63. とても楽しかったです。
64. 楽しくおもしろく笑って健康になったような気がします。ありがとうございます。
65. とても立川らく朝先生のお話おもしろかったです。短時間でこんなに笑ったのは久しぶりの様な気がします。またいらして下さい。
66. 適当な休憩時間がよかった。マイクなしですっきりできてよかった。三味線の音が少し入ってよかった。
67. 楽しみながら健康の事が知れた。
68. たくさん笑えた。
69. 楽しくお聞きしました。笑いが健康に良い話、良かったです。
70. 身近な健康の話を落語で楽しませていただきました。
71. とても楽しい講演でした。
72. 本番の師匠は勿論だが、司会者の絶妙のトークが良かった！
73. 司会の方の、携帯の電源の切り方の説明がとってもうけてしまいました。真顔がさらに笑いを誘いました。
74. 笑いが多いので楽しく聞けた。
75. 楽しいお話を聞けました。ありがとうございました。
76. 落語を聞きながら、健康についていつのまにか笑いながら知識を得てました。またぜひ開催

してほしいです。司会の人もとってもおもしろくて笑ってしまいました。楽しかったです。

77. 「無料」

78. 中川先生の講話、大変よろしゅうございました。ますます歯科に関心をもつ事ができました。楽しい時間をすごせました。ありがとうございました。

79. 司会の方が楽しかった。らく朝師匠のエネルギーを感じました。

(7) 今後の歯科医師会活動（講演会や健診など）について、ご意見・ご要望などございましたらご自由にお書き下さい。

1. 歯科健診も内科健診のように住民健診があるといいですね。
2. この様な無料の講演会是有難いですネ。今まで行っていた歯医者さん、治療費が高い気がして、最近歯医者を変えました。筑西市の小川歯科さんに変えました。物腰が柔らかかなとても優しい先生です。治療費も良心的。
3. このような活動をなされている事は知りませんでした。これからも幅広い活動を期待しております。
4. また楽しい企画をよろしくお願い致します。
5. 毎年やってほしい。
6. チームワークよろしく運営できたと思います。ありがとうございました。
7. 意識して咬む回数（30回）を心がけたいと思います。
8. 今日の講演会は大変楽しく聞かせていただきました。またこのような機会を設けて下さればうれしいです。
9. 本日はとても楽しませてもらいました。また次もお願いします。
10. (2) のアンケート「地球以外」はたいへんビックリしました。
11. すばらしい講演会をありがとうございます。

これからもよろしく！

12. 吾妻歯医者さんで治療していただいています
が、ていねいでよく説明してくださりありが
たいです。
13. 年に何度かあっても良いと思います。楽しか
ったです。
14. 病院ではなかなか質問できないので、良い話
をありがとうございました。
15. 次回もありましたらまた楽しい落語をお願い
します。
16. 歯科医師会講演会感謝いたします。よかった。
17. 人間ドックに近い事をやってほしい。あまり
歯医者はがまんして行かないと思うので、気
軽に行ける様にしたら良いと思います。
18. すごく面白かった。又お願いします。
19. わかりやすく楽しく話をきく事が出来ました。
又ききたいと思います。
20. 自分のかかりつけ歯科医院は定期的に検診し
てくれるので、早期治療につながっているの
ですごく助かっています。認知症予防のため
にも大事にしたいと思っております。
21. 健康の大切さを笑いで教えてくれること、す
ばらしい活動だと思いました。
22. もう少し早く始まって、早く終わるとありが
たい。
23. これからもこのような講演会をお願いしたい
です。
24. 一般市民に身近に感じられるこのような企画
をぜひ続けて行って欲しい。そして定期検診
を受ける人が増えるきっかけとしていただき
たい。
25. このような活動が素晴らしい！
26. とても良い企画です。より多くの方々に伝わ
るといいですね。らく朝さんのファンです。
BSも時間が合う時にはみています。
27. きらきら講座で歯ぐきのチェックやガムをか
んで検査をしていただき、その場で判定して

いただき、質問にも答えていただきありがた
く思っています。ありがとうございました。

28. とても良い活動で次回も楽しみにしています。
29. ありがとうございます。次回も期待しま〜
す♡
30. まずは口から。強く思いました。
31. いろいろな活動、ありがとうございます。
32. 中川先生の講演もわかりやすくよかったで
す。身近な問題で痛切に感じました。
33. また落語講演会を開いてほしい。楽しくわか
りやすいお話でした。
34. 今日はとっても楽しい時間でした。ありが
うございました。オツカレサマ。
35. 是非、古河市か境町でもらく朝師匠の講演会
をお願いします！！
36. 歯の健康の重要性について啓発活動を大いに
してください。
37. 続けて毎年1〜2度お願いしたいです。元氣
に笑って。
38. 来年も引き続き同じような行事をお願いしま
す。

アンケートにご協力ありがとうございました。

(最後のおまけ)

健診が必要な人は来てくれない問題

県および各地域の歯科医師会において、一般の
方への歯科の啓発活動として数々の取り組みが成
されています。自分の住む筑西市においても「口
腔機能向上教室」「はつらつ教室」「ガン健診」etc.
が行われていますし、他地区の歯科医師会におい
ても様々な活動が考案され、実行され、そしてそ
れなりの効果を上げていると思います。

しかし、こんな悩みを抱えたことはないでしょ
うか？「来てくれる人はもともとデンタルIQが
高い人で、どちらかというと状態のいい人、ほっ
といても大丈夫な人たちだよね。でも本当に歯科

の健診を受けて欲しい人、治療が必要な人はなかなか来てくれないんだよなあ・・・（苦笑）」

県歯の取り組みとしても、各地域の行政（市、保健所、保健センター等）との協力体制で、なんとか市民の歯科健康意識を高めるべく努力されています。しかし皮肉なことに参加者はやはり自分の健康状態に自信を持っている人で、それを確認しに来て安心感を得る、といった様子がうかがえます。歯科医院においてもその傾向は同様で、定期的に訪れて健診を受けてくれる人は、もともと状態のいい人、問題のない人といった様子です。

とくに茨城県民の特性として、「無駄に我慢強い」という傾向があるそうです。医療における受診率がとても低い値です。それで健康ならいいのですが、けっしてそうではなく、死亡率・平均寿命は高くありません。我慢強いのを美德と考え、我慢するような風潮さえ感じられます。スポーツの我慢強さなら長所ですが、医療における我慢強さはナンセンスですよ。よほど酷い状態になるまで歯医者に行かない。1～2本ダメになったくらいではほっておく。いざ噛むところが無くなってきたくらいのタイミングでやっと歯医者に行く。「この状態でどうやって食べてたんですか?!」なんてこと、しょっちゅうありませんか？うちだけ？

先日、日立市で行われた「禁煙支援研修会」に参加してきました。内容的にはとても分かりやすく説得力のあるものでしたが、参加者を見渡すと、残念ながらほとんどが非喫煙者といった様子で、本当に聴いて欲しい人はこういう講演会には当然来たがらないと思われます。むしろ逃げます。禁煙の必要性を訴えることは（参加者を通して）間接的には可能なので、もちろんある程度の効果はあるでしょうが、どうしても直接伝わらないもどかしさを感じてしまいます。

別件逮捕大作戦

この「本当に健診・治療が必要な人はなかなか

来てくれない問題」をどうするか？そのひとつの答え or ヒントが、この「笑って健康に！」のような講演会にあるのではないかと考えています。別の目的でとにかく集まってもらって、その機会を捉えて歯科の重要性、健診の必要性を聴いてもらうのです。いうなれば、別の件で呼びつける「別件逮捕作戦」。あるいは他の人気ある製品とパッケージする「抱き合わせ商法作戦」。なんだか犯罪まがいの例えしか思いつかずにイメージ悪いですが（苦笑）、要するに歯科に対する意識の高低に関係なく、多くの人が集まる機会を設けて（参入して）、そこでインパクトのある歯科の講話・講演を聴いてもらうという作戦です。

昨年、筑西市における渡辺先生の講演、今回の桜川市における中川先生の講演、いずれも歯科に対する健康意識の低い人たちにはかなりインパクトがあり、説得力もある講演だったと思われます。アンケート結果においても、「口の健康が全身の健康に繋がっていることが理解できた」というような感想が寄せられています。その結果、今まで口腔の状態に無頓着だった人たちの何割かが健診の必要性に目覚めてくれればOKです。検証することは難しいですが、かなりの効果があったものと思われます。

人を集める手段はもちろん落語だけではありません。音楽（コンサート）でもいいし、ジャンルの違う有名人（スポーツ選手とか）の講演でも何でもいいのです。お祭り、〇〇フェスティバルなんてのもいいですね。ただしまったく「健康」と関係ないジャンルでは行政（健康推進事業）のバックアップを受けることが困難なのも事実です。そこで今回のような「医師の資格を持つ落語家」というような肩書はとても有効に働きます。健康話と落語のコラボレーションにより、まずは一般市民の方においでいただき、そこに便乗して（うーん、表現が悪い。姑息な手段と言われそうだが・・・）歯科の重要性についての話も聴いても

らうという作戦です。

イメージアップ大作戦

さらに副産物として、歯科医師会のイメージアップにも繋がります。「歯科医師会がこのような活動をしているとは知らなかった」「素晴らしい企画だと思う」など賞賛の意見が寄せられたように、歯科医師会活動に対する理解も深まるものと考えられます。それにより、献金問題などでダメージを受けた失地回復にも一役買えるのではないかと思います（あっ、ここカットかな?）。

歯科の関係者なら、歯科の定期健診（早期発見・早期治療）が全身の健康に寄与し、医療費の抑制にも繋がることを知っています。しかし一般

にはまだまだ浸透していないのが現状です。定期健診を受けることが常識となり、システム化されれば、歯科医師過剰と言われる問題の解決にもつながり（むしろ足りなくなるという試算さえあります）、一石二鳥どころか三鳥、四鳥?です。

「歯科界の発展」と「国民の健康増進」、両者でWIN-WINの関係を築くことは十分に可能だし、むしろそれが必要十分条件だと思います。歯科医師および歯科界が永年熱望しながらもなかなか進展しない「定期健診システム」の確立が本格的に成されることを切望して、この報告書の締めとさせていただきます。

ご精読ありがとうございました。

会員へのお知らせ

日本歯科医師会福祉共済制度について

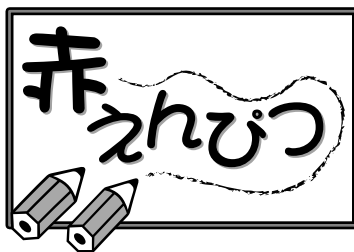
1. 死亡共済金受取人順位の変更について

受給権者をあらかじめ指定した方で、結婚、離婚、再婚、死別などにより受給権者の状況に変更があった場合（指定の確認は茨城県歯科医師会までお問い合わせ下さい）。

2. 火災・災害共済指定物件の変更について

住宅及び診療所所在地の変更があった場合（変更届出前に火災、災害に遭われた場合、所定の共済金が支払われないことがありますので、変更時に必ずお届け下さい）。

※ これらの変更については、所定の様式がございますから、茨歯会事務局（TEL 029-252-2561：担当 根本）までご請求願います。



年の瀬がせまり、年賀状を書く時期になった。

年賀状の歴史は奈良時代の風習が始まりで、1837年に郵便はがきが発売されたことで国民に広く定着した。発行枚数は2003年の44億5千万枚がピークで、減少に転じ2015年は30億2千万枚となった。日本人1人あたりにすると、2003年は34.9枚で2015年は23.8枚となる。年賀状は一年に一度の近況報告という役割があったが、SNSの普及で自分自身も頻繁に近況報告をするようになった。スマホネイティブの我が家の子供はほとんど年賀状を出さないそうだ。

しかし、“昭和の男”は年賀状に気合を入れる。まず、写真は一年のベストショットを選ぶ。

今年は幸い良い写真があったので寒い朝に遠出をしないで済んだが、一昨年は冬の富士山、昨年は大洗の日の出を撮影に行った。

新年に届く年賀状も一枚一枚が楽しみだ。

先生方にも明るく、楽しい一年が訪れますように。

(樹)

今年の5月14日「キング・オブ・ブルース」ことB.Bキングが89歳で亡くなってしまった。また一人偉大なギタリストが旅立って逝ってしまった。謹んで哀悼の意を表したい。生前B.Bキングは、インタビューで、「個々のプレイヤーから、少しずつ技を拝借し、自分自身へのプレイに適用する。誰かと全く同じサウンドにしようなどと試みてはいけない。自分で咀嚼して積み重ねていくことで、自分の音ができてくるのだ。練習あるのみ。練習

を重ねて、自分のサウンドを見つけることだ。」と言っている。B.Bキングに影響を受けたギタリストは数知れないが、その中の一人のエリッククラプトンがまた来日してくれる事となった。今年の3月30日に満70歳を迎えたクラプトンは、以前から70歳になったらワールドツアーを引退すると言っていたのだが、今回は嬉しい来日だ。公演は東京のみで、4月に行われる予定だ。今から楽しみにしている。私のクラプトンの好きな曲は、クリーム時代の「バジ」「クロスロード」「サンシャイン・オブ・ユア・ラヴ」「ホワイトルーム」、ブラインドフェイス時代の「キャント・ファインド・マイ・ウェイ・ホーム」、好きなアルバムは、「いとしのレイラ」「461オーシャンブルーバード」「アンプラグド」で、中でも「アンプラグド」は将来全曲コピーしたいと思っている。いつまでも元気で、これからも定期的に来日してもらいたいものだ。

(勝)

「ヘルプエイジ・インターナショナル」という組織をご存知でしょうか？高齢者の生活の質（QOL）の向上を目指す国際ネットワーク団体です。世界96ヶ国の高齢者の生活環境の調査を行っており、高齢者が暮らしやすい国の2015年のランキングが発表されました。評価の対象とされるのは、以下の4分野。①収入（年金制度の普及度や高齢者の貧困率など）②健康（60歳時点での平均余命や健康寿命など）③教育・雇用（就労率など）④支援環境（周囲からのサポートの受けやすさ、公共交

通機関の利用しやすさなど)

そして、順位は以下のとおり。1位：スイス。2位：ノルウェー。3位：スウェーデン。4位：ドイツ。5位：カナダ。6位：オランダ。7位：アイスランド。8位：日本。9位：アメリカ。10位：イギリス。

1位のスイスは、人口の24%近くを60歳以上が占めつつ「アクティブ・エイジング」のさまざまな政策とプログラムを有しており、高齢者の就労と健康、支援環境を助成している事が評価されました。日本は、世界一の長寿命が寄与し、健康分野では全体の1位となった。総合1位のスイスは、支援環境で全体の1位だったほか、健康と教育・雇用でそれぞれ2位でした。

また、国連の最新データは（「国連世界人口推計2015年改訂版」）、2050年に最も高齢化が進んでいるとされる国が列挙されています。日本、韓国、ギリシャ、イタリア、ポルトガル、スペインの6ヶ国です。これらの国では、人口の4割以上が60歳以上となり、そうなれば、勤労世代が景気の停滞と増大する公的負債をこらえつつ、社会福祉費の支払いをしていくという重荷を負うことになるらしいです。

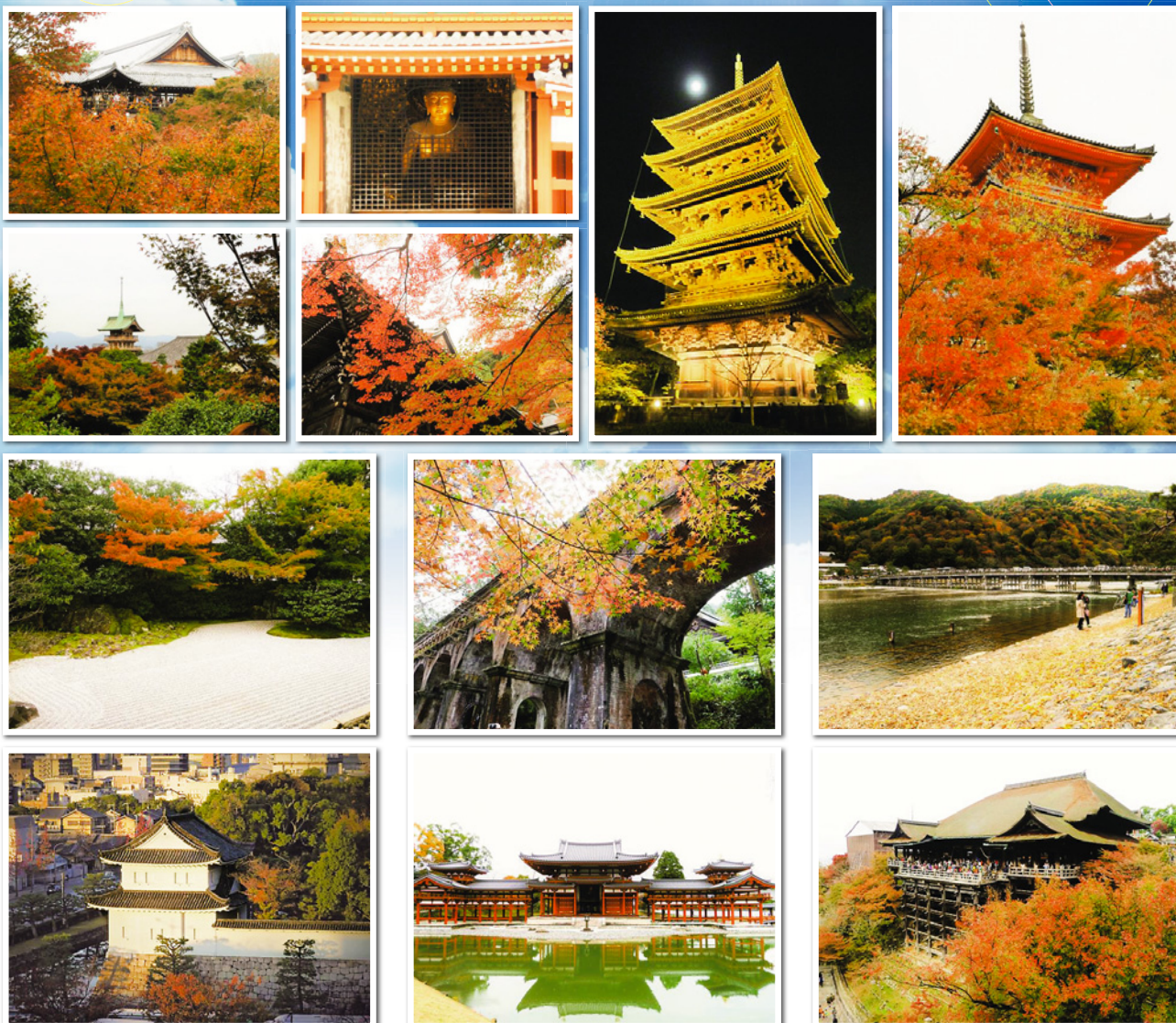
「元気で長生き」は誰もの願いです。「暮らし易さ」の基準も各々違っていると思われます。「自分の老後」は、はてさてどうしましょうか？

(和)



みんなの写真館

Photo
Gallery



上段左より

東福寺通天橋、鳳凰堂阿弥陀如来坐像
大雲院祇園閣、永観堂禅林寺、東寺五重塔、
清水寺三重塔
圓徳院庭園、南禅寺水路閣、嵐山渡月橋
二条城 東大手門、平等院鳳凰堂、清水寺舞台
法観寺八坂の塔

(社)東西茨城歯科医師会 今湊 良証

1種会員 1,142名
2種会員 44名
終身会員 139名
準会員 1名
合計 1,326名

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。

会 員 数

平成27年11月30日現在

支 部	会員数(前月比)
日 立	123
珂 北	138
水 戸	159
東西茨城	75
鹿 行	103
土浦石岡	171 -1
つくば	120
県 南	174 -1
県 西	154
西 南	108
準 会 員	1
計	1,326 -2



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 27 年 12 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。