



No.590

茨城県歯科医師会
Ibaraki Dental Association

August

2018
平成30年

8



Contents

デンタルアイ	1
増本 章典	
理事会報告	3
会務日誌	5
地域保健委員会だより	9
専門学校だより	15
地区歯科医師会だより	18
内堀 史朗	
同好会だより	21
宮崎 善久	
ピンクのエプロン	23

表紙写真について

世界最大の花といわれるショクダイオオコンニャクが開花間近ということで、筑波実験植物園に行ってきました。
残念ながらこの日は開花していなかったのですが、世界でも開花が稀な絶滅危惧種です。
(社) 茨城県つくば歯科医師会 坂入 正彦

団体長期障害所得補償 (GLTD)について



理事
増 本 章 典

私事ですが、開業して早いもので四半世紀が過ぎました。特に入院するほどの病気やケガもなくここまで来られたのは幸運であったと思っています。とは言え、これから先の歯科医師人生を考えたとき、いつ何時ケガや病気で仕事ができなくなるかもしれません。少なくとも70歳位まで、出来れば75歳まで仕事をしたいと思っています。もちろん、私なりに所得補償保険等の手当はしてきました。それでも、長期補償となると十分ではなかったと思います。そんな時、茨城県歯科医師会からの通知で、「長期の収入サポート制度のご案内」なるものを知りました。詳しいことを保険会社に聞いたところ、一例をあげて説明してもらえたので、以下にご紹介します。

先日、歯科医師の友人Aからこんな話を聞きました。

Aさんは45歳の時に勤務中、脳梗塞に倒れ、運動障害（麻痺）と言語障害が残ってしまったといいます。現在でもリハビリを継続しているのだが、日常生活全般に介助が必要なため歯科医師として復職はできていないとのことでした。

Aさんには、高校受験を控えている娘さんが

いて最近マイホームを購入されたとのことでしたので、さぞご苦労な思いをされているのではないかと伺ったところ、収入面は保険で賄っているため安心なんだ、とのことでした。

話によると、Aさんは38歳の時に知人の紹介で長期の団体所得補償（GLTD）に加入しており、70歳までの収入を保険でカバーしてくれると教えてくれました。

Aさんの話を聞き興味を持った私は、GLTDという団体保険について調べてみました。

ここでは、その中で挙がっていたポイントを3点お伝えさせていただきます。

1つ目は補償期間です。この制度は最長70歳まで補償されます。例えば、50歳で働けなくなった場合、その後約20年間にわたり、今までの収入に代わって、保険会社から保険金を受け取れます。

2つ目のポイントは、支払いの要件です。現在私も加入している一般的な所得補償保険では、ケガや病気で「いかなる業務にも従事できない状態」が保険金をいただける要件となるケースが多いのですが、この制度では、事故の直前に従事していた業務、歯科医師として働けなくなって収入が減ってしまった場合にも、保険金を受け取ることができます。

3つ目のポイントは、「復職した後も収入をサポートしてくれる」点です。ケガや病気で就業不能になった後、回復されて歯科医師の業務に復職することができた場合「復職はできたけれど、以前ほどの収入を得ることができない」といったケースもあるかと思います。このGLTDでは、そういった場合にも収入が回復するまでの保険金を受け取ることが可能となっております。

以上、3つのポイント以外にも、僅かな掛け金で介護補償が付けられたりもするようです。さらに、団体割引30%を考えるとGLTDは、非常にメリットのある保険だと思います。もちろん個人それぞれの条件は異なっていると思うので、詳しいことは保険代理店（アイ・デー・エス、ビジネスコンサルタント等）に問い合わせてください。

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。

■ 一般名称 歯科用ユニット
■ 製造会社 シグノ
■ 規格区分 口腔内照明器具（クラスⅡ）特定保守管理医療機器
■ 医療機器登録番号 227 A K 登 記 号 0 0 0 6 0 0 0 0
■ 電気用品安全法（品目）第2号

製造販売・製造

株式会社モリタ東京製作所

本社〒100 埼玉県さいたま市中央区上落合 2-1-24 TEL 048-882-1315 大阪本社 大阪府吹田市東水区 3-33-18 TEL 06-6380-2525
伊原工場 埼玉県北足立郡伊原町小室 7129 TEL 048-723-2621 東京本社 東京都台東区上野 2-11-15 TEL 03-3834-6161

発売

株式会社モリタ



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	NEW 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	NEW 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

理事会報告

第3回理事会

日 時 平成30年6月7日（木）午後4時

場 所 茨城県歯科医師会館 会議室

報告者 増本章典

1. 開 会

2. 会長挨拶

3. 報 告

(1) 一般会務報告

(2) 退会について

(3) 【県言語聴覚士会】後援名義の使用許可について

(4) 【日立総合病院】講演会の後援に関する申請の件

(5) 第4回茨城県央県北摂食嚥下カンファレンスの後援依頼について

(6) 疾病共済の給付について

鹿行地区	1名	36日
鹿行地区	1名	27日
土浦石岡地区	1名	17日
土浦石岡地区	1名	67日
県南地区	1名	42日、1日
県西地区	1名	56日
西南地区	1名	19日
西南地区	1名	15日

(7) 開業予定の歯科医院について

(8) 第1回ケアプラン適正化検証委員会報告について

(9) 委員会報告

4. 協議事項

(1) 入会申込みの受理について

彦根 敦 先生

水戸地区 2種 北大歯卒 承認

大久保 恭宏 先生

つくば地区 2種 日大松戸卒 承認

中澤 弘貴 先生

県南地区 2種 日大松戸卒 承認

中山 通子 先生

西南地区 1種 明海大歯卒 承認

(2) 第165回定時代議員会事前質問の取扱いについて

回答者を決定した。承認

(3) 関東地区歯科医師会役員連絡協議会について
出席者を決定した。承認

(4) 茨城歯科専門学校創立50周年記念式典懇親会余興について
承認

(5) 【土浦石岡歯科医師会】第19回公開講座事業（補助申請）
承認

(6) 来年度2020年「第28回歯科医学会」候補
日について

学術委員会に一任することで承認

(7) 平成30年税務指導者講習会について
承認

(8) 会員共済規則の一部改定案について
継続審議

(9) 寄付の受け入れについて
承認

(10) その他
実務者会議出席者が茨歯報ITに参加するこ
とについて
承認

○行事予定について

平成30年6月21日（木）

第2回常務理事会

第165回定時代議員会

平成30年7月19日（木）

第4回理事会、納涼会

※午後7時～水歯会保険講習会

平成30年8月2日（木）

関東地区歯科医師会役員連絡協議会

平成30年8月9日（木）

理事会、第1回地区会長協議会

会務日誌

6月 7日 第1回議事運営特別委員会を開催。第165回定時代議員会日程、タイムスケジュール、事前質問の取扱い、再質問、関連質問の取扱い、質疑応答（すべての場合において）の方法、傍聴の手続きについて協議を行った。

出席者 渡辺議事運営特別委員長ほか12名

6月 7日 第3回理事会を開催。入会申込みの受理、第165回定時代議員会事前質問の取扱い、関東地区歯科医師会役員連絡協議会、茨城歯科専門学校創立50周年記念式典懇親会余興、【土浦石岡歯科医師会】第19回公開講座事業（補助申請）、平成32年「第28回歯科医学会」候補日、平成30年税務指導者講習会、会員共済規則の一部改定案、寄付の受け入れについて協議を行った。

出席者 森永会長ほか18名

6月10日 本会の主催により障害児・者講演会を開催。「地域で診る障害児者の食べる機能の障害」と題して昭和大学歯学部スペシャルニーズ口腔医学講座口腔衛生学部門教授の弘中祥司先生先生が講演された。

出席者 116名

6月13日 日学歯第3回理事会が日歯会館にて開催された。

出席者 森永日学歯議長

6月13日 第3回社会保険正副委員長会議を開催。第3回委員会、院内感染防止対策講習会、施設基準研修会、改定後の審査内容、理事会について協議を行った。

出席者 榊社会保険部長ほか2名

6月13日 第3回社会保険委員会を開催。施設基準研修会、疑義、院内感染防止対策講習会について協議を行った。

出席者 榊社会保険部長ほか21名

6月13日 電子@連絡帳説明会が県医師会ほか7ヵ所にて開催され、使用方法や活用事例等に関する説明会がTV会議システムを利用し、各会場に配信された。

出席者 27名

6月14日 第2回歯科助手講習会を開催。「歯科疾患の概要」「歯科診療の概要」「歯科医療の特質」について講義を行った。

受講者 49名

6月14日 第188回日歯定時代議員会が日歯会館にて開催される（～15日）。平成29年度（平成29年4月1日から平成30年3月31日まで）貸借対照表及び正味財産増減計算書並びにこれらの付属明細書、財産目録及びキャッシュ・フロー計算書承認の件、裁定審議会委員指名の件、福祉共済保険料並びに年金保険料の取扱いに関する特別措置の件、裁定審議会委員指名の

件、選挙管理委員会委員指名の件について議事が執り行われた後、時局対策について協議が行われた。

出席者 森永日歯代議員ほか2名

6月16日 第1回介護保険委員会を鹿嶋市内で開催。平成30年度事業について協議を行った。

出席者 小野寺介護保険部長ほか6名

6月17日 口腔ケア講習会を神栖市「保健福祉会館」にて開催し、「口腔ケアそして食支援へ」をテーマに、日本大学松戸歯学部歯周治療学教室古瀬信久先生が講演された。

受講者 34名

6月18日 四師会懇談会が本年度は県医師会の当番にて水戸プラザホテルにおいて開催された。

出席者 森永会長ほか5名

6月19日 県看護協会総会が県民文化センターにて開催された。

出席者 森永会長

6月19日 第1回日学歯議事運営特別委員会が日歯会館にて開催された。

出席者 森永日学歯議長

6月21日 第161回定時代議員会を開催。公益社団法人茨城県歯科医師会平成29年度決算に関する件について議事を執り行った。

出席者 小澤代議員会議長ほか61名

6月21日 第3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、QRコードについて協議を行った。

出席者 飯島広報委員長ほか4名

6月23日 日本体育協会公認スポーツデンティスト協議会平成30年度第1回通常総会が仙台市内で開催された。

出席者 寺澤茨城スポーツ・健康づくり歯学協議会プロジェクトチーム委員

6月24日 全国共通がん医科歯科連携講習会を開催。がん医療に携わる人材育成事業、周術前・周術期、在宅を含めた緩和ケアに携わる歯科医師の人材育成を目的に、DVDによる講習会の後、連携登録用紙の記入・修了証交付を行った。

受講者 28名

6月24日 第1回学術委員会を開催。企画事後抄録の規定の明記と今回、次回の事後抄録の扱い、日歯生涯研修セミナー役割分担確認、シンポジウム役割分担等確認、栃木県歯科医学会参加者・発表者確認、今年度の歯科医学会について協議を行った。

出席者 今湊学術部長ほか9名

6月26日 県要保護児童対策地域協議会代表者会議が福祉相談センターにて開催され、要保護児童対策の現状等ほかについて協議が行われた。

出席者 森永会長

6月27日 第95回日学歯総会が日歯会館にて開催され、平成29年度貸借対照表および損益計算書の承認、平成30年度補正予算について議事が執り行われた後、役員報酬、定款の変更について協議が行われた。

- 出席者 森永日学歯代表会員ほか1名
- 6月27日 水戸市口腔衛生優良児童生徒表彰式が駿優教育会館センターにて開催された。
- 出席者 村居常務
- 6月27日 県歯科衛生士会による県の委託事業である「平成30年度茨城県障害者等歯科医療技術者養成事業」の内容及び実習の進行管理等に関する会議が開催された。
- 出席者 黒澤副会長
- 6月28日 集団的個別指導が水戸生涯学習センターにて実施された。
- 対象医療機関数 49
- 6月28日 茨城県学校保健会評議員会が県メディカルセンターにて開催され、平成29年度事業報告並びに決算報告ほかについて審議が執り行われた。
- 出席者 森永学校保健会副会長ほか3名
- 7月 1日 いばらき国体に向けて、選手への全身管理に基づいた歯科的サポートができる実践能力を有する人材育成を目的とした、茨城県歯科医師会認定スポーツデンティスト養成講習会を開催。今回はDVD講習となり、その第1回目の講義を行った。
- 受講者 5名
- 7月 2日 日本補綴歯科学会東関東支部第1回理事会が中央区「八重洲倶楽部」にて開催された。
- 出席者 今湊理事
- 7月 3日 厚生局茨城事務所の指導医療官の異動に伴い、新任の挨拶が行われた。
- 出席者 森永会長ほか1名
- 7月 8日 茨城県歯科医師会認定スポーツデンティスト養成講習会の第2回目を開催。「スポーツ歯科外傷と対応」など5つのDVD講習を行った。
- 受講者 5名
- 7月 9日 第1回四師会災害等連携協定WG会議が県医師会にて開催され、第4回JMAT研修会の反省ほかについて協議が行われた。
- 出席者 村居常務ほか2名
- 7月11日 新規指定の個別指導が厚生局茨城事務所に実施された。
- 対象医療機関数 3
- 7月12日 第3回歯科助手講習会を開催。「建物・什器・ガス・水道・電気などの保安全管理、清掃の基礎」「医薬品・材料の取扱い」「共同動作」について講義を行った。
- 受講者 47名
- 7月12日 第2回地域保健委員会を開催。親と子のよい歯のコンクール予備審査について協議を行った後、審査会の準備を行った。
- 出席者 北見地域保健部長ほか8名
- 7月12日 親と子のよい歯のコンクール審査会を開催。26組の応募があり、審査の結果、最優秀に佐藤いづみ・桐花さん母子（阿見町）を、優秀に阿部美可・航さん、松本ひろみ・陽愛さん、大久保遥・龍夢さん、田中麻由・黎音さん、海老澤陽子・拓人さん、大森卓・陽翔さんが選ばれた。

出席者 杉山県長寿福祉課課長ほか4名、森永会長ほか11名

7月12日 第2回厚生委員会をつくば市内で開催。第40回歯科医師親善地区対抗ゴルフ大会、平成31年茨歯会新年会余興について協議を行った。

出席者 増本厚生部長ほか8名

7月12日 第1回防災危機管理小委員会を開催。平成30年度委員会事業について協議を行った。

出席者 櫻川防災危機管理小委員長ほか11名

7月13日 第3回茨城県保健所再編検討懇話会が県薬剤師会館にて開催され、関係団体等からの意見ほかについて協議が行われた。

出席者 森永会長

7月18日 第1回学校歯科委員会を開催。各種全国大会参加者、学校歯科保健研修会、ポスターコンクール、第57回全日本学校歯科保健優良校の推薦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

7月18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、超音波スケーラー、エアフローの実習と質疑応答を行った。

受講者 3名

7月18日 第1回県国民健康保険運営協議会が県庁舎にて開催され、茨城県国民健康保険運営協議会の運営方法ほかについて協議が行われた。

出席者 森永会長



第42回日本労働衛生研究協議会の総会 および学術大会に参加して

地域保健担当理事 北見 英理

平成30年7月7日（土）・8日（日）、三重県歯科医師会館にて行われた標記の協議会に参加しましたので報告いたします。2日間にわたって行われ、講演が3つ、会員発表が4つあり、茨城県歯科医師会からも産業口腔保健統括マネージャーの戒田敏之先生が発表しました。

はじめに、木下隆二会長の挨拶がありました。

本年4月1日より「第13次労働災害防止計画（2018年度～2022年度）」がスタートしました。労働災害を防止し快適職場実現には、従来の「安全、衛生」体制の確立から、10年ほど前より“健康”も加わり「健康、安全、衛生」がその実現には不可欠と言われるようになりました。第13次労働災害防止計画は、労働災害を少しでも減らし、安心して健康に働くことができる職場実現を最終目的としています。労災事故による死亡者数は減少傾向ですが、死傷者数は高止まり状態が続いています。近年では、過重労働、ストレス、受動喫煙、病气と就業の両立支援等の労働者の健康面や労働衛生に関する問題が山積状態です。

本会も“継往開来”（過去の業績を受け継ぎ、発展させながら将来の局面を切り開く）を意識し行動したいと思います。

◎講演Ⅰ

演題：労働衛生管理の基本と災害事例について

講師：三重県労働安全衛生コンサルタント会

会長 山田善久先生

内容：

①労働安全衛生確保の基本的な考え方

- ・「安全」などは存在しない。あるのは「危険性・有害性」。
- ・「安全」は自らの工夫と努力で創り出す。
- ・継続して努力していないと、即不安全「危険性・有害性」に結びつく。
- ・「4S、5S、6Sの徹底した職場」はマネリではない。決められた事を守っている事の現れである。
- ・「出来る事」「やさしい事」を継続する事が一番難しい。

②職場巡視の時に何を持っていますか？何も持たない？見るだけでわかりますか？

- ・デジカメ、スモークテスター、pH試験紙、メジャーなど持参すると役に立つ。

③健康測定結果と管理区分で違いが生じた例

- ・環境測定に問題がある場合がほとんどである。

④局所排気装置取り扱い上の工夫

- ・囲い式（開口部面積を小さく）、外付け式（捕捉点迄の距離を小さく）。

⑤気中濃度は、場所・測定時間・測定日などにより、100～1000倍にもなるので留意する。

⑥化学物質のリスクアセスメントの実施が事業者の義務となる（平成28年6月1日施行）。

- ・全員参加で職場の危険有害の芽と現状を把握し、リスクを取り除き労働災害の発生しない職場にする事が目的。GHS、SDS等、活用の更なる周知徹底。

⑦作られた製品が人に優しい、安心安全な品質であるのと同様、その製品を作る人、機械をメンテナンスする人にとって、安心安全で、人に優しい環境・設備・施設であるべき！

◎講演Ⅱ

演題：スタンフォードと睡眠医学

講師：スタンフォード大学 精神科 教授

西野精治先生

内容：

- ①米国での睡眠医学の創設は1970年代であり、睡眠医学は比較的新しい医学領域である。
- ②睡眠医学は、精神科、神経内科、呼吸器内科、循環器内科、耳鼻科、歯科等、多くの専門領域にわたる学際的な学問である。
- ③2002年の米国での疫学調査によれば、短時間睡眠、長時間睡眠でも、平均の睡眠時間（7.5時間）を有するグループに比較し向こう6年間の死亡率が1.3倍程度上昇していること、女性の短時間睡眠者に肥満が多いことなどが報告された。
- ④睡眠障害による経済的損失は多大で、米国で年間7兆円、日本では年間3.5兆円と試算される。
- ⑤睡眠時無呼吸症候群は、高頻度に発症し、未治療の重症例では8年での死亡率が約4割と高く重篤な疾患である。患者では高血圧、糖尿病、脳血管性障害、虚血性心疾患の発症率が高くなる。また、適切な治療を受ければその個人の総医療費が半分に削減できるとも報告されている。
- ⑥眠りに関する新事実（記憶に残っているところのみ抜粋します）
 - ・最高の睡眠とは、「脳、体、精神」を最高のコンディションに整える。究極的に質が高まった睡眠で量ではない。

- ・睡眠と覚醒（パフォーマンス）はセット
良い覚醒が良い睡眠を導く、良い睡眠が良い覚醒をもたらす。
 - ・睡眠の質は、眠り始めの90分で決まる（90分の黄金法則）。
最初の90分（ノンレム睡眠）をしっかり深く眠ることができれば最高の睡眠がとれる。
 - ・ノンレム睡眠（脳も体も眠っている睡眠）
グロースホルモン（成長ホルモン）が最も多く分泌する（70～80%）。いつもなら寝ている時間に起きていると、まったく分泌されない。
 - ・「睡眠負債」とは、睡眠時間が足りないことによって自覚しないままに、脳と体にダメージを与える危険因子が蓄積されていくこと。
アルコールや薬物を摂取した運転が危険なことはよく知られている。夜勤明けの医師の実験では、勤務時間中にマイクロスリープ（瞬間的居眠り）1～10秒の眠りが数回起きている。仮に時速60kmで運転していて4秒間意識が飛ぶと70m近く車が暴走する。
 - ・日本は世界一睡眠偏差値が低い
日本の平均睡眠時間は6.5時間、睡眠時間が6時間未満（短時間睡眠）の人は40%、東京の平日の睡眠時間は5.59時間。
 - ・睡眠負債や睡眠の質の低下があると、認知症にかかりやすくなる（アミロイドβがたまりやすくなる）。
 - ・1日に1時間以上の昼寝は、認知症や糖尿病のリスクを高める。
 - ・40分の睡眠負債を返すには、毎日14時間ベッドにいるのを3週間続けなければならない。
- ⑦どうしたら黄金の90分を手に入れられるか？（理想は）
- ・毎日、同じ時間に寝て、同じ時間に起きる（とりわけ寝る時間が重要）。
 - ・ベッドに入るのは、日付が変わる前 23時ぐらい。

- ・人間も日内リズムに支配されているので、夜になれば眠り、朝になれば起きる。

※上記が無理な場合

- ・夜仕事する場合 → 徹夜や明け方寝るのは、ダメ。眠ければ、まず寝て黄金の90分が終了した最初のレム睡眠のタイミングに起きる（睡眠の質は保たれる）。
- ・明日の朝早い場合 → いつも通り寝て、睡眠時間を削る。

⑧睡眠クオリティを上げる3つの体温スイッチの具体的な方法

- i) 就寝90分前の入浴 → 深部体温と皮膚温度をより縮める方法である。

寝る90分前に入浴をすませておけば、深部体温は元に戻る。その後さらに深部体温が下がっていき、皮膚温度との差も縮まり、スムーズに入眠できる。

※時間がない場合 → シャワーですませる。

- ii) 足湯 → 寝る直前でもOKで、シャワーよりも効果的な即効スイッチがある。

足湯で足の血行を良くして熱放散を促せば、入浴と同等の効果がある。

※靴下を履いて寝る → 眠りの質の悪化

- iii) 室温コンディショニング

⑨歯科との関わり

- i) 「いびき」は口呼吸であり、口呼吸も睡眠の質を下げる。
- ii) 睡眠時無呼吸症候群。
- iii) 咀嚼力で眠りと記憶を強化する（睡眠レベルを高める覚醒戦略）。

⑩演者の研究を通じて得た実感（まとめ）

- ・「睡眠とは最強の味方であり、敵に回すと最悪な恐ろしい相手」。
- ・仕事を含めた日中のパフォーマンスは、睡眠にかかっている。夜な夜な訪れる人生の3分の1の時間が、残りの3分の2も決める。
→ 眠気を制する者が人生を制す。

※詳細は、スタンフォード式最高の睡眠をお読みください。

●会員発表

A.

演題：労働衛生コンサルタント仕事入門

演者：千葉県開業 伊澤三樹

内容：

- ①次の世代にどの様に引き継いでいくか（後継者がいない）。
- ②新人のコンサルタントの先生に具体的なアドバイスをしたい。
- ③衛生診断、作業主任者技能講習、酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者技能講習、有機溶剤作業主任者技能講習、衛生週間実施要綱説明会等の講師の仕事をいかにして習得したか
- ④関東で2000時間活動してのワンポイントアドバイス など。

B.

演題：アスベスト（石綿）労災救済認定制度

演者：茨城県歯科医師会

産業口腔保健統括マネージャー 戒田敏之



内容：

- ①平成17年に石綿障害予防規則が制定され、石綿の使用が全面禁止されたが、現在もなお、被害者が存在するのが現状です。

②石綿健康診断の記録保存も特定化学物質の特別管理物質の30年よりも長い40年です。我々歯科関係者でも、33～34歳以上の方なら、何らかの場所でアスベストを含む器材を使用していた経験があるはずで。

③昨年12月の読売新聞の全国版に、全国のアスベスト労災救済認定事業所として、2件の歯科医院が掲載されました。

④これについて、経緯や補償救済制度を説明した。この場合、最終暴露事業場が労災保険に加入していたため支給された（資料）。

⑤最後に、今後の課題として会員の先生方に下記のような問題を投げかけた。

- ・この問題をどこまで歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士に情報提供すべきか？
- ・労災保険に加入していない歯科技工士も多い。
- ・歯科医院に勤務しているスタッフからの申告は？
- ・歯科医師会はどこまで対応すべきか？
- ・労働衛生コンサルタントとしての対応は？

C.

演題：本学部の労働衛生的要素を取り入れた教育の実践

演者：大阪歯科大学医療保健学部口腔工学科
准教授 中塚美智子

内容：

①大阪歯科大学医療保健学部は2017年4月に開設され、口腔保健学科（歯科衛生士養成課程）および口腔工学科（歯科技工士養成課程）を擁している。

②両学科の国家資格だけでなく、必要科目を履修

◆ 各制度の概要（一覧）

	労災保険給付	特別遺族給付金	救済給付
支給対象者	① 労働者または労災保険の特別加入者 ② 上記①の遺族	平成28年3月26日までに石綿による病気で死亡した労働者（特別加入者を含む）の遺族（※） ※労災保険の遺族補償給付請求権を時効（5年）により失った場合に限りです。	① 労災保険等の対象とならない石綿健康被害者（石綿を扱う仕事をしていたかどうかは問いません） ② 上記①の遺族
対象疾病	(a) 中皮腫 (b) 石綿起因性肺がん (c) 石綿肺 (d) びまん性胸膜肥厚 (e) 良性石綿胸水		(a) 中皮腫 (b) 石綿起因性肺がん (c) 石綿肺 (d) びまん性胸膜肥厚 ※(c)(d)は、著しい呼吸機能障害を伴うものに限りです。
石綿にさらされる主な機会	● 石綿の吹き付け ● 石綿を含む建物の解体 ● 石綿を含む製品の製造、加工	などを行う場合	● 石綿取り扱い工場の近隣に居住していた ● 石綿取り扱い工場で働く人の作業着を洗濯していた ● 労災保険の対象とならない人が、石綿を取り扱う仕事をしていたなどの場合
給付内容	① 労働者または労災保険の特別加入者 ・療養補償給付（自己負担なしで治療が受けられます） ・休業補償給付（注） ② 上記①の遺族 ・遺族補償給付（注）（年金または一時金） など （注）ご本人の資金により給付額が異なります。	・特別遺族年金（原則240万円/年） または ・特別遺族一時金（1200万円）	① 労災保険等の対象とならない石綿健康被害者 ・医療費（自己負担分） ・療養手当（約10万円/月） ② 上記①の遺族 ・特別遺族弔慰金（注）（280万円） など （注）ご本人が申請しないまま亡くなった場合。
請求期限	給付内容により異なります。 ※遺族補償給付の請求権は、ご本人が亡くなった日の翌日から5年で時効により消滅します。	平成34年3月27日	給付の種類、対象疾病、死亡時期により異なります。 ＜例＞ 中皮腫で平成18年3月26日までに亡くなった方のご遺族による特別遺族弔慰金等請求期限：平成34年3月27日
相談先	お近くの労働基準監督署または都道府県労働局 ☆ 各給付に関する一般的な質問については、「労災保険相談ダイヤル」でも受け付けています。		(独)環境再生保全機構 727-0111 石綿救済相談ダイヤル ERCA 電話 0120-389-931
詳しくは、裏面をご覧ください。			

（※）平成23年の「石綿による健康被害の救済に関する法律」改正により、「特別遺族給付金」の支給対象が拡大され、改正前には支給を受けられなかった平成18年3月27日以降に死亡した方のご遺族についても支給を受けられるようになりました。

(※) 平成23年の「石綿による健康被害の救済に関する法律」改正により、「特別遺族給付金」の支給対象が拡大され、改正前には支給を受けられなかった平成18年3月27日以降に死亡した方のご遺族についても支給を受けられるようになりました。

資料

し単位を取れば社会福祉士の国家資格取得も可能となっている。ダブル国家資格で、歯科医療と福祉を結ぶ高度専門職をめざしている。

③本学部には、キャリアセンターがあり、学生が自分自身で自分の生き方について意思決定できるようになるための支援をしている。同センターでは、働くことの意味、労働法制、業界研究、企業研究、就職活動に必要なマナー、知識、コミュニケーションスキルなどに関する講座を開催している。

④労働衛生的要素を講義や実習、キャリア教育で積極的に取り入れることにより、学生に労働衛生に対する意識を早期から醸成することが可能であると考えられる。また、学生時代に身につ

けた労働衛生に対する正しい知識や行動を基本として社会に出ていくため、就職先での労働衛生の啓発、普及にも努めていくことが期待される。

D.

演題：健康経営に活かす「動機づけ面接法・MI」

演者：東京都開業 東京歯科大学非常勤講師

清水俊貴

内容：

- ①動機づけ面接法は、経験から構築されたスタイルで、面接者が押し付けるのではなく、相手を中心とした面接法で、かつ目標志向的に進める
- ②両価性がある場合であれば活用できる。例（変りたい、でも変わりたくない）（やめたい、けどやめられない）→二つの相反する気持ちを同時に持つ状態
- ③時間は、数分から20分程度で行動変容を促すことが可能
→結果として健康経営につながり、MIをつかった介入が求められている



MIピラミッド（動機づけ面接における面談の全体像）

◎講演Ⅲ

演題：ストレス管理と口腔症状

演者：九州歯科大学 教授 柿木保明

内容：

- ①現代はストレス社会ですが、ストレスを勘違いしている状況に遭遇することが多くなった。臨

床場面においても、原因が分かりにくい場合、気持ちの問題で生じている症状と判断されて、心療内科に紹介されたり、安定剤等を処方されている患者をみるが増えました。

- ②口腔症状では、味覚異常、顎関節症、舌痛症、口腔内違和感、口腔乾燥感、長引く義歯不適合なども「不定愁訴」と判断されて、これらの症状では「気のせい」と説明されている患者がほとんどです。
- ③労働衛生の領域でも、メンタルヘルスの重要性が叫ばれてきていますが、容易なカウンセリングや抗不安薬投与など、ストレスの病態を理解しないままの対応が多いようです。一方、医療や介護の現場でも、全身疾患患者のほか、寝たきり患者や多剤服用者等もストレス反応と関連する症状を有しています。
- ④生体におけるストレス反応は、防御反応のひとつで、「闘争と逃亡の生体反応」です。実際に生体内に反応が生じていることから、生じた症状を緩和することも大切です。特に、口腔領域にみられる歯ぎしりや食いしばり、顎関節症、舌痛症、味覚異常なども、生体のストレス反応と関連していますので病態を理解することで自然医学を応用した対応や予防も可能です。

⑤ストレスの口腔領域への影響

- i) 筋肉の浮腫・末梢循環障害（血管）→ 顎関節症、歯ぎしり、食いしばり、舌の歯痕、舌痛症、夜間の口呼吸、口腔乾燥症、睡眠時無呼吸症候群
- ii) 消化器系・末梢循環障害・免疫 → 口腔粘膜疾患、地図状舌、歯周疾患、味覚障害、喫煙習慣に伴う口腔粘膜疾患（白色浮腫、ニコチン性口内炎、白板症など）
- iii) 副腎・精神的負担など → 喫煙習慣、飲酒習慣、間食による症状など
- iv) 関連疾患とその服用薬剤

⑥ストレス解消

- i) 横隔膜呼吸法・漸進的弛緩法。
- ii) コミュニケーション改善、定期的な運動、時間管理。
- iii) ラベンダー、イランイラン、ベルガモットなど。
ローズマリー・ペパーミントは、記憶力・集中力の向上。

⑦自然の力でストレス解消

- i) 食生活：カフェイン摂取の制限禁止、アルコール摂取の制限禁止、精製炭水化物を取り除く、ナトリウムに対するカリウム比率を増やす、くつろげる環境で規則正しい食事、食物アレルギーを抑える。
- ii) アロマオイル：ラベンダー、イランイラン、ベルガモットなど。
- iii) 漢方薬：抑肝散、半夏厚朴湯、柴胡桂枝乾姜湯など。
オタネニンジン（高麗人参）、生姜
- iv) ストレス解消：温泉浴など、呼吸法、筋弛緩法。

⑧世界における医療形態の変化

○自然療法（自然医学）への回帰

- i) 医学部とは別に、アメリカに13校、カナダに8校の自然療法医学部が開設され、自然療法医を養成。豪州、欧州でも。
- ii) ドイツやフランスでは、アロマセラピーが保険導入済み。中国、台湾等では、中医の養成。韓国では、韓医の養成。

- iii) 日本では独学で漢方医学や自然医学を研修して併用してきたが、医歯薬で漢方医学の教育が開始されることになった。

○統合医療、伝統医療の応用

- i) 欧米でも、漢方薬、鍼灸、ハーブ、薬草、アロマセラピー等の臨床応用と研究が進められている。
- ii) 世界では、自然療法伝統医療を応用する医療技術者を養成している。
- iii) 日本は、鍼灸師やマッサージ師等の資格がある。

⑨ストレスの後ろ向きな対処法

- ・化学物質への依存 → 合法非合法の薬物、アルコール、喫煙。
- ・過食、テレビの見過ぎ、感情の爆発、無力感、無駄遣い、極端な行動。

⑩栄養と薬用植物によるサポート

副腎に対するサポート

- i) 補助栄養素：ビタミンC、ビタミンB6、亜鉛、マグネシウム、パントテン酸（VB）、全穀物類、豆類、カリフラワー、ブロッコリ、鮭、レバー、トマト、サツマイモなどに含まれる（1日100～500mg）。
- ii) 薬用植物： オタネニンジン（高麗人参）
ストレスの抵抗力を向上、全身強壮、副腎強壮、身体的、精神的なさまざまなストレスに対する機能の向上。
有害な作用を全く引き起こさない。



【親睦会】

— 歯科衛生士科 —

5月2日（水）内原ヘルスパークにて、2年生主催の親睦会が開催され、歯科衛生士科総勢140名が参加しました。学年対抗で大縄跳び、二人三脚リレー、ドッチボールの3種目で優勝を目指し競い合いました。

練習では最初1回も跳ぶことが出来なかった大縄跳びは、縄の張り具合や回す大きさなどを工夫しながら徐々に続けて跳ぶことができるようになりました。どの学年も1位を目指し必死に飛び続けました。

ドッチボールは、トーナメント式で対戦し最初は少々遠慮気味でしたが後半は真剣勝負の試合展開でした。

二人三脚リレーでは日頃から学校生活を共にしているので息がピッタリ合い、凄いスピードで走りバトンタッチしていました。

全学年授業とは違い、緊張から解放され汗をかきながら競技しており、他学年との交流も深める



ことが出来ました。入学間もない1年生もチームでまとまり、親睦を深められました。

競技の結果は2年生が優勝でしたが、全学年奮闘しました。

秋に開催されるスポーツ大会も更なる団結を期待します。

（文責 持田）

【第1回オープンキャンパス】

5月25日（金）、本校にて第1回オープンキャンパスが開催され、歯科技工士科5名、歯科衛生士科22名の参加がありました。

当日、在学中の学生が受講・実習していた「歯科衛生士概論講義」、「マニキンを使用したスクーリング実習」、「歯科衛生過程をもとにしたブラッシング相互実習」を見学しました。白衣や予防衣で実習を行っている姿はインパクトがあり、少しでも興味を持ち、講義風景をみることで参加者は学校パンフレットなどよりも、理解が深まったのではないかと思います。見学される在校生は緊張しつつも数年前の新鮮な気持ちを思い出したのではないのでしょうか。

1人でも多くの高校生が本校に入学してもらえたら幸いです。

（文責 庄司）

【栄美通信合同プロジェクト】

5月29日（火）水戸プラザホテルにて茨城新聞社主催の進学相談会が開催されました。

進学相談会の会場とは別に、いばらき専門カレッジリーグ（県内5校の専門学校）の特設会場を設けて、それぞれの専門学校の特色を体験してもらいました。

歯科技工士科では様々な技工物を展示し、歯科材料を使用したキーホルダー作りを体験してもらいました。マイクロモーターの操作に苦戦しながらも夢中になって取り組む姿が見られ、出来上がった作品をみんな喜んで持って帰りました。



歯科衛生士科では顎模型や抜去歯牙配列模型を使用した、ブラッシング・スケーリング体験を行いました。実際に器具に触れることで興味を持っていたようです。また、位相差顕微鏡で自身の口腔内細菌をみて驚きを隠せない学生も見受

けられました。

本校ブースには両科で8名と少ない来場者ではありましたが、少しでも興味を持って進路の参考にし、本校への入学を志願してくれることを期待しております。

（文責 小田倉・菱沼）

【第36回日本顎咬合学会学術大会 歯科衛生士科宿泊研修（6/10.11.12） に参加して】

6月10日（日）から12日（火）において、歯科衛生士科の宿泊研修が実施されました。1日目は歯科技工士科とともに「東京国際フォーラム」で開催された第36回日本顎咬合学会学術大会に参加しました（歯科衛生士科3年生49名、引率2名、歯科技工士科2年生11名、1年生9名、引率2名）。

学会は「真・顎咬合学 輝け 日本の歯科臨床!!～臨床力の向上による歯科界の活性化～」をメインテーマに特別講演、一般講演、テーブルクリニック等、歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士から多数の講演、発表があり各々興味のあるブースを聴講しておりました。

大会終了後、土浦石岡歯科医師会の上濱正先生を囲んで記念撮影をしました。



その後、歯科衛生士科では宿泊研修のため48名で大阪へ向かいました。学会に参加し疲れ切ったのか、ぐっすり寝ている学生や興奮している学生

もありました。小澤教務副部長と技工士科講師の阿部健先生が3日間、引率してくださいました。2日目、3日目と自由行動（USJや市内散策）が多い行程でしたが、臨床実習や学校生活での合間の研修でしたので、一層の友情が深まり良い思い出が出来たのではないのでしょうか。

台風の予報でしたが天候にも恵まれ、むしろ行動しやすい日和でした。また、宿泊研修の一週間後（6/18）には大阪がM6弱の大地震にみまわれ、自然災害の恐ろしさを痛感しております。

一日も早い復興を願うばかりです。

（文責 川崎・菱沼）





口腔ケア講習会

口腔ケアサポーター養成セミナー

「口腔ケア そして 食支援へ」

(社)鹿行歯科医師会 介護保険委員会 内堀 史朗

平成30年6月17日（日）神栖市保健福祉会館にて、口腔ケア講習会が、医療、介護従事者を対象に、約50名参加のもと開催されました。鹿行歯科医師会 丸山憲一先生の進行により、鹿行歯科医師会会長 大貫英敏先生の挨拶の後、東京都北区開業、日本大学松戸歯学部歯周治療学教室 古瀬信久先生による講演が行われました。

古瀬先生は、昭和59年日本大学松戸歯学部卒業、母校麻酔科勤務の後、平成2年、東京都北区東十条に古瀬歯科医院を開設されました。その後、医療法人社団医信会古瀬歯科医院へ改変、その間、東京都心身障害者口腔保健センターにて障害者歯科診療実地研修、昭和大学口腔衛生学教室にて摂食嚥下リハについての研修を終了。現在、母校の歯周治療学講座において大学院生、板橋中央看護学校非常勤講師、日本障害者歯科学会認定医、日本老年歯科医学会代議員としてご活躍中であります。

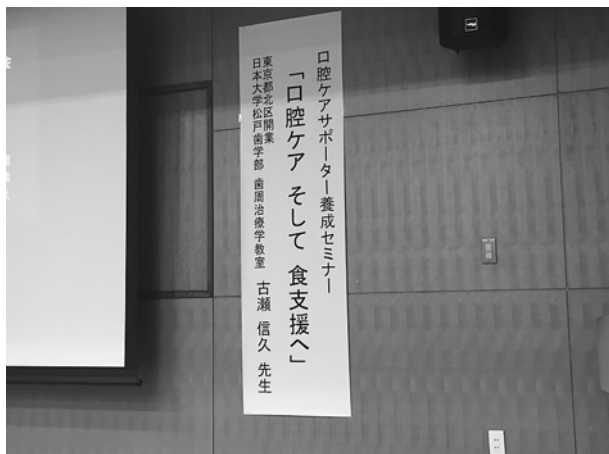
我が国の社会構造は、極めて速いスピードで超高齢社会へ突入し、様々な点で従来の視点・発想での対応は、困難になってきております。とりわけ、地域における要介護者の口腔内状況も大きく変貌することが予想され、現行の訪問診療では対応困難な事例も増加傾向にあります。

しかしながら、まず大切なことは、お口を清潔



にして美味しく食事を食べることであり、歯科医師、歯科衛生士、そして多職種連携、何よりもご家族で、できることから安心、安全、安楽にその方の生活を支えていくことを考えます。

そのためには、まずは身体の入りの口としての口



口腔ケア、そして、ちょっとした工夫から始める食支援が必要になります。

私たち歯科医師、歯科衛生士が24時間、関与しない現状は明らかです。そのためにも、口腔ケアサポーターの活躍が大変重要であると考えております。

・口腔ケアについての評価

1. ブラッシング 朝・昼・夕・就寝前 1日
何回いつ磨いているか
2. 介助 無・一部・全介助であるか
3. 舌苔 無・少量・多量であるか
4. うがい 出来る・流す程度・出来ない 磨いた後に、吐き出すことが出来るか、吸引するか
5. 使用器具 歯ブラシ・舌ブラシ・歯間ブラシ・電動歯ブラシ・義歯洗浄剤・洗口剤

どのようなものを使っているか

6. 不潔部位 部位を記入

・構音の簡易スクリーニング

「パンダのたからもの」

パ 「ふぁ」に聞こえる：口唇閉鎖が不十分
ば・ま行の練習

「ま」に聞こえる：軟口蓋の挙上不全
ぱ・ば行の練習

ン

ダ 「あ」に聞こえる：舌尖の挙上が不十分
た・だ・な行の練習

「な」に聞こえる：軟口蓋の挙上不全
た・だ行の練習

の 「お」に聞こえる：舌尖の挙上が不十分
な・た・だ行の練習

「ど」に聞こえる：鼻が詰まっている 鼻
づまりを解決

た (ダと同様)

か 「あ」に聞こえる：奥舌の挙上が不十分
か・が行の練習

ら 「あ」に聞こえる：舌尖の挙上が不十分
な・た・だ行の練習

も 「お」に聞こえる：口唇閉鎖が不十分
ぱ・ば・ま行の練習

「ぼ」に聞こえる：鼻が詰まっている 鼻
づまりを解決

の

・反復嚥下唾液テスト

30秒間自力で唾液の嚥下をしてもらい、何回出来たかを見て判定する。

唾液が少ない場合は、人工唾液や水を少量（約2cc）入れて補助する。

これが3回未満の場合、誤嚥の疑陽性とし、VF検査などの更なる精密検査へつなげる。

またOKならばフードテストを実施する。

・フードテストによる判定

ティースプーン1/2のクラッシュしたプリンなどを使用し、残った場所で判定

口腔前庭：前歯部 口唇機能不全

臼歯部 頬筋の協調不全

口腔底：舌の機能不全

舌背全体：舌の食塊形成不全

舌背中央部：食塊の移送不全

塊のまま残っていれば、押し潰し不全も疑う

・安全に食べるためには

1. 意識がしっかりしている。
2. 姿勢がコントロールできる。
3. 口唇を閉じることができる。
4. 口（顎）を閉じたまま止められる。
5. 「ゴクン」と飲み込むことができる。

・経口摂取準備

経口から移行する際のスタートとして

・スプーンによる冷刺激

氷水の中に入れて冷やした数滴の水が入ったスプーンを下唇に置き、口唇の動きを待つ。意識レベルの改善も期待して実施する。喉頭挙上を確認。

・飴による甘味刺激

舌の前方で甘味を感じる。刺激により唾液分泌、これを嚥下。

・アイスクリームによる冷・甘味刺激

下唇にスプーンを置いて上唇の動きを待つ。必要に応じて顎介助、スプーンの先端部に少量置く。

・基本的な摂食姿勢

安定する姿勢

1. 頭が直立する
2. 体幹と股関節、膝関節の角度が90度
3. 足の裏が接地
4. 嚥下時には顎をひくことができる

食卓との関係

1. 肩・肘に無理のない食卓の高さ
2. 食卓と身体はこぶし一つ分離れる
3. 奥の皿まで良く見える配膳位置



講演内容の一部を紹介させて頂きましたが、他にも貴重なお話を頂戴しました。古瀬先生の介護に対する取り組みに熱意を感じ、大変勉強になりました。

最後に感謝状、記念品の贈呈があり、講演は終了となりました。

古瀬先生ありがとうございました。

同好会 だより

第32回 春の茨歯会テニス大会へ参加して

(社)茨城県南歯科医師会 宮崎 善久

去る6月3日(日曜日) 土浦市『霞ヶ浦総合運動公園 水郷テニスクラブ』に於いて、恒例の春季テニス大会が行われましたので、結果を含めて裏方事情をご報告いたします。

当日の霞ヶ浦運動公園では、霞ヶ浦一周サイクリング大会が開催され、駐車場や路上は、カラフルな服を着たサイクリストで埋め尽くされていました。そんな大会の大歓声を聞きながら、隣の水郷テニスクラブにおいて茨歯会のテニス大会が開催されました。



その日は、クリーン大作戦を実施した自治体が多く、ゴミ拾いのお手伝いをしてから参加される先生方がいらしたので、予定より少し遅れて10時から試合開始となりました。早めに到着した私は、会場設営で、フェンス上部に団旗を掲げるお手伝いをしました。団旗の傾きの調整をする際は、秘



密兵器、“網野先生お手製の物干し竿”を使わせていただくと簡単に微調整することができました。そして、無事、団旗の設置が終わり「第32回」という数字を考えたとき、改めてこのテニス大会の歴史を感じ、感慨深いものがありました(集合写真背部が団旗)。

先生方が揃うと、記念撮影後、比企茨城デンタルテニスクラブ新会長のご挨拶があり、そして、試合開始となりました。組み合わせは恒例のあみだくじで行われたのですが、優勝請負人の比企能隆君(比企会長ご子息)を射止めたのは私でした。このペア決めで始まる前から私の頭には“優勝”という文字がちらついていました。しかし、私も、少なからずテニスを長年やっている人間として、他力本願ではなく自分の実力で優勝を勝ち取らねば!と思いながら試合に臨みました。

その他の組み合わせは、小杉厚先生、比企省吾先生、成井敏幸先生の3名チーム、鈴木宏昭先生、谷川好一先生ペア、宮田浩先生ご夫婦ペア、網野智一郎先生、柴沼博之先生ペア、飯坂章先生、川上雅広先生ペアの6チームで、総当たり戦の4ゲーム先取で行われました。

試合は、比企能隆君のプロ並みのバックストロークが炸裂して、甘く浮いてきたボールを私がポーチで決める…という、私がおいしいところ取りをした場面が幾度もあり、結果、比企能隆・宮崎組の全勝優勝でした。優勝は、やはり比企能隆君のおかげではありましたが、優勝できたことはとても嬉しく気分の良いものでした。

その他の結果は、準優勝、鈴木（宏）、谷川組、3位、飯坂、川上組となりました。

梅雨入り前の晴天で熱中症が心配されるほどの高い気温の中でしたが、途中棄権や怪我をする方もなく無事終わることができ、本当に良かったと思います。そして、今年も、この大会を通して皆さんと集まり親交を深めることができたこと、なにより嬉しく思います。これから、年齢的にも体力維持と健康管理が課題となってきますが、いつまでもこの大会に参加できるよう毎日の生活を見直していこうと思います（体重管理含む!）。

そして最後に、今大会へは参加されずに準備の為だけに来てくださった高野裕行先生、楽しい雰囲気づくり、ありがとうございました。また、早朝から毎回楽しいテニス大会を主催していただいている茨城デンタルテニスクラブの先生方（柴沼先生方）へお礼申し上げたいと思います。皆さんありがとうございました。

次回、秋の大会でお会いできるのを楽しみに、仕事とテニスに励みたいと思います。

A1 比企能隆 小杉厚	1-4	4-2	4-0	1-4	2-4	
A2 宮崎 成井敏幸	4-1	4-3	4-3	4-2	優勝	
A3 谷川 鈴木宏昭	2-4	3-4	4-0	4-3	4-2	2位
宮田浩 宮田浩	0-4	0-4	0-4	1-4		
柴沼博之 網野智一郎	4-1	3-4	3-4	4-0	2-4	
飯坂章 川上雅広	4-2	2-4	2-4	4-1	4-2	3位





〒310-0911 茨城県水戸市見和2-292
 公益社団法人
茨城県歯科衛生士会
 TEL・FAX 029-253-5807
<http://www.ibaraki-dh.net/>
 E-mail jimu@ibaraki-dh.net

(公社)茨城県歯科衛生士会 東西茨城支部 飛田 恵子

「私のお気に入りの場所」

末娘が、幼稚園年長の時に、歯科衛生士の仕事を再開しました。11年ぶりの仕事です。

月に1回、保健センターで2歳児歯科健診の仕事でした。初出勤は忘れもしない4月2日。朝からドキドキです。事前に保健センターの仕事を見学させてもらったり、学生時代の教科書を読み返したりと勉強はしたつもりでしたが、当日、保健センターでどんなお話しをしたのかは全く覚えていません。汗をたくさんかいたのだけは覚えています。手も震え、字をまともに書けなかったくらい緊張していました。今でも始まる前は緊張してしましますが。

その日から8年が経とうとしています。今では、1歳児相談、2歳児歯科健診、3歳児健診と色々な健診にも携わっています。そして新たに老人施設で口腔ケアも行い、毎日のように仕事をしています。本当にこの仕事が好きなんだな、と感じています。

歯科衛生士の仕事を再開したと同時期に、もう一つ再開した事があります。3人の子育てを生活

の中心に当てていたもので、自分の好きな事をすっかり忘れていました。思い出したのは、子どもたちが図書館に通うようになってからです。絵本を自分でおとなしく読めるようになったり、読み聞かせをしたりと、図書館を利用していました。絵本の面白さが改めて分かったりして、また本を読みたいという気持ちになりました。中学生のころから大好きだった読書を、また始めました。

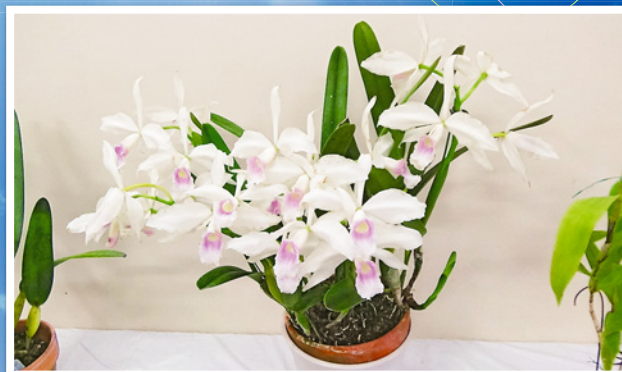
推理小説、トラベルミステリー、ハードボイルド、エッセイなど様々な分野の本をむさぼるように学生時代は読んでいました。

お気に入りの作家がいると、その方が書いた本ばかり読んでしまうという悪い癖があります。その作者の作品は、図書館の棚に置いてある物全部読まないと、気が済まなくなってしまう。本当に本を読むことが大好きなんだなと思いました。

歯科衛生士の仕事も、本を読むことも、私にとって、とても重要なことと感じています。どちらも私にとっては、なくてはならないものになっています。あとどのくらい仕事ができるのか、読書ができるのか分かりませんが、悔いのないようにしていきたいと思っています。

みんなの写真館

Photo
Gallery



夏の洋蘭展が開催されていました。
会員が丹精込めて育てた最新の園芸品種が
たくさん展示されていました。

(社)茨城県つくば歯科医師会 坂入 正彦

会 員 数

平成30年6月30日現在

支 部	会員数(前月比)
日 立	117 -1
珂 北	144
水 戸	154
東西茨城	71 +1
鹿 行	104 +1
土浦石岡	175 +1
つ く ば	124 +1
県 南	179
県 西	155 +1
西 南	103
準 会 員	5
計	1,331 +4

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、ご自宅の古いアルバムに埋もれた写真などをお送り下さい。

1種会員	1,151名
2種会員	51名
終身会員	124名
準 会 員	5名
合 計	1,331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 30 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 渡辺 進

編集人 柴岡 永子



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。