



茨 歯 会 報

No.660

茨城県歯科医師会
Ibaraki Dental Association

September

2024

令和6年

9





Contents

デンタルアイ	1
谷口 秀和	
理事会報告	4
会務日誌	6
地域保健医医会だより	8
医療管理委員会だより	11
学校歯科委員会だより	13
女性歯科医会だより	20
専門学校だより	22
地区歯科医師会だより	23
投稿	25
有波 三千晴	
ピンクのエプロン	27
高木 恵	

表紙写真について

近所の畑のひまわりです。
花いっぱい茨城。
見事に咲いた姿に思わず車窓から撮影しました。

(社) 茨城・県西歯科医師会 白土 貴之

縁の下の力持ち



理事
谷 口 秀 和

会員の先生方は、茨城県歯科医師会事務局の方々がどのような仕事をしているかご存知でしょうか？

以前の私のイメージでは？

- ・ 歯科医師会に電話を掛けると出てくれる。
- ・ 新しいスタッフの歯科医師国民健康保険の相談をする。
- ・ 入退職のスタッフの雇用保険、離職票について聞く。
- ・ 歯科医師会でやっている保険（アイ・デー・エス）の相談をする。

こんなところでしょうか？

県の委員会に出向されている先生方は事務局の方と接する機会があるかもしれませんが、多くの先生方は私のようなイメージをお持ちではないでしょうか？

実は事務局の方々の仕事は途方もない量なの
です。

恥ずかしながら私は県の理事になるまで事務局の方々の仕事がいかに多岐にわたり大変とは思っていませんでした。

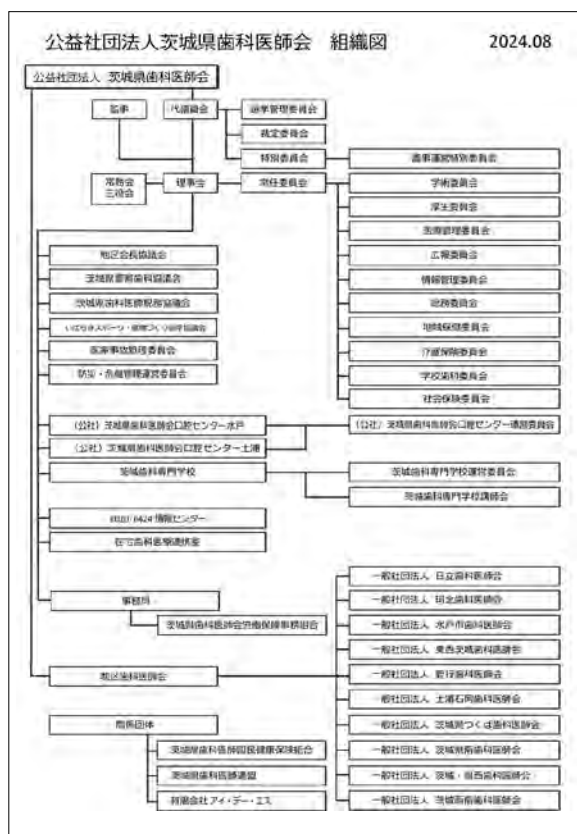
いわゆるお役所と同じような仕事！？くらいに思っていたのです（汗）。

しかし、さにあらず!!!

茨城県歯科医師会には膨大な委員会が存在し

ますが、そのすべての委員会に対して事務局の方が裏方として担当します。

以下に茨城県歯科医師会の組織図を記しま
す。



公益社団法人茨城県歯科医師会組織図

上記のように各委員会の他にも、歯科医師労働保険事務組合、歯科医師国民健康保険組合、

歯科医師連盟、（有）アイ・デー・エス（保険関係）といった関連団体があり、これらもまた事務局職員の方が運営に携わっております。

また8020・6424情報センターでは藤田課長が月に何度も各地区に講演して廻り、歯科医師会として歯科に関する啓発活動に取り組んでおります。

さらに事務局から送信されてくるメールは夜遅い時間のことも多く、その大変さが想像されます。

日常以外でも、歯科医師会の年間行事である代議員会、地区会長協議会、県民歯科保健大会、県歯科医学会等の準備や開催にはかなりの労力を要するようです。

このように、茨城県歯科医師会事務局では、村田事務局長、藤田課長、新沼課長、林課長、山田課長ほか13名の事務局員がフル稼働で頑張ってくださっております。

（さらに現在は体調不良にて休職者もあり、仕事を分配しつつやり繰りしている状況だと聞きます。）

注：口腔センター水戸、土浦の診療従事職員及び歯科専門学校の教職員はまた別枠で人員が確保されています。

そのような中、これら仕事の合間には一般の方々より電話が掛かってきて、一般開業の歯科医院の苦情を受けることも多いと聞きます。

歯科医師会の総務委員会では、月に2日歯科診療に関する苦情、問い合わせの窓口を電話で受けておりますが、そんなことは関係なく歯科医師会事務局に一般診療の苦情を言ってきて、事務局員が対応に追われ苦慮しております。

そのような電話の中にはかなり辛辣な話し方をしてくる人もいるらしく、対応する方の心を疲弊させているとのことでした。

最近になって歯科医師会に電話を掛けると始めに「この通話は録音されています」と流れるのも、このような電話に対する防衛措置なのだそうです。

仕事なので忙しく、大変なのは仕方ないかも知れませんが。

ただ、私たちの歯科医師会がこのような方々の手助けがあって成り立っているということをは是非知っていただき、これら縁の下の力持ちの方々に敬意と感謝の気持ちを持って接していただければと思います。

さて、私の担当しております厚生委員会では、年に地区対抗親善ゴルフ大会、地区対抗親善ソフトボール大会を開催しております。

茨城県歯科医師会が高齢化が進み、ソフトボール大会では参加地区が減ってきているのが現状です（昨年は10地区中6地区参加）。

厚生委員会としては参加地区が減っても少しでも参加したい地区があれば、県の歯科医師会の事業として引き続きソフトボール大会の存続を考えております。

日々の診療に差支えのない範囲で出来るだけ参加して頂き、会を盛り上げていただければ幸いです。

しかしながら毎年平均年齢（現在約62歳）が1歳近く上がっている今の状況を考えますと、今のうちに先々の交流の仕方を考えておく事も必要かもしれません。

スポーツでは月並みですがボーリング大会、あるいは卓球大会、ビリヤード大会なども考えられますが、どれも競技人口が少ないのがネックです。

スポーツに限らず、文化面では将棋、チェス

大会、あるいは囲碁大会なども考えられますが、これまたやる人が集まるかどうか。

会員の方々が楽しみ、交流をより深めていくのが厚生委員会の責務です。

会員間の親睦が図れ、面白いスポーツ、企画を思い当たる先生は、是非厚生委員会にご連絡頂ければ幸いです。

事業所案内

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1504-4	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 1F	TEL:03-5912-1180
横浜支店	横浜市磯子区中原2-1-19 1F	TEL:045-770-4182
前橋支店	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
盛岡上堂支店	盛岡市上堂1-6-5	TEL:019-648-2777
盛岡本宮支店	盛岡市本宮6-24-43 1F	TEL:019-635-7750
東大和支店	東大和市立野3-640-1	TEL:042-590-5770
つくば営業所	つくば市花室940-6	TEL:029-863-0720
仙台支店	仙台市若林区荒井5-7-6	TEL:022-794-7066



株式会社岩瀬歯科商会 と 株式会社ウチャヤマ は ヘンリーシャインジャパンイースト株式会社 に社名変更いたしました

改めまして、私たちはヘンリーシャインジャパンイーストです！

We try best! -for healthy and white teeth-

理事会報告

第4回理事会

日 時 令和6年7月18日（木）午後4時

場 所 茨城県歯科医師会館 役員室

報告者 柴岡 永子

1. 開 会

2. 会長挨拶

3. 連盟報告

4. 報 告

(1) 一般会務報告

(3) 新規指定の歯科医院について

(4) 疾病共済金の支払いについて

(5) 令和5年度茨城歯科専門学校の学校評価について

(6) 令和6年度茨城県がん検診推進強化月間の後援について

(7) 令和6年度茨城県医療安全研修会の後援について

(8) 関東甲信越歯科医療管理学会第30回記念学術大会の後援について

(9) 難病フェスタ2024の後援について

(10) 言語聴覚の日県民公開講座後援名義の使用許可について

(11) 肝がん撲滅運動茨城の会講演会の後援について

(12) 東京デンタルショー2024の後援について

(13) 各委員会報告について

医療管理委員会、広報委員会、地域保健委員会、学校歯科委員会、社会保険委員会、専門学校、フッ化物洗口プロジェクト委員会

(14) その他

5. 協議事項

(1) 入会申込みの受理について

中嶋 祐先生	土浦石岡地区	日大松戸卒
	2種	承認

高橋宏明先生	つくば地区	昭和大卒
	1種	承認

横島利久先生	西南地区	松本歯大卒
	1種	承認

(2) 令和6年度第1回地区会長協議会（案）について

回答者を選任

(3) 令和6年度関東地区歯科医師会役員連絡協議会について

回答者を選任

(4) 第23回公開講座の後援依頼について〔土浦石岡歯科医師会〕

承認

(5) まつりつくば2024の協賛について〔茨城県つくば歯科医師会〕

承認

(6) サイバーセキュリティ対策事業継続BCPについて

茨歯会HP（医療管理委員会）より取得可能と報告を受けた

(7) その他

【今後の行事予定について】

8月22日（木）

15時から 第5回理事会

17時から 第1回地区会長協議会

18時30分から

役員等納涼会（ホテルレイクビュー水戸）

9月19日（木）

16時から 第6回理事会

9月26日（木）

13時30分から

関東地区歯科医師会役員連絡協議会

（ホテルグランビュー高崎）

会務日誌

7月18日 第4回広報委員会を開催。会報8月号の校正・編集作業、新入会員紹介について協議した。

出席者 柴岡広報部長ほか4名

7月18日 第4回理事会を開催。入会申込みの受理、令和6年度第1回地区会長協議会（案）、令和6年度関東地区歯科医師会役員連絡協議会、第23回公開講座の後援依頼について〔土浦石岡歯科医師会〕、まつりつくば2024の協賛について〔茨城県つくば歯科医師会〕、サイバーセキュリティ対策事業継続BCPについて協議を行った。

出席者 榊会長ほか16名

7月25日 第4回歯科助手講習会を開催。消毒、滅菌の必要性をテーマに「室、手指、器材、材料の消毒、歯科診療補助の実際」について講義を行った。

受講者 21名

7月26日 第1回県保険者協議会が県市町村会館にて開催され、令和5年度茨城県保険者協議会事業報告ほかについて協議が行われた。

出席者 榊会長

7月29日 医科歯科連携協議会が県立中央病院にてWeb併催で開催され、歯科口腔外科運営状況ほかについて協議が行われた。

出席者 榊会長ほか3名

7月31日 第3回オープンキャンパスを開催。ガイダンス、学校施設説明等を実施した。

参加者 歯科衛生士科31名 歯科技工士科8名

8月1日 第5回歯科助手講習会を開催。「薬品及び材料の取扱い」「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 20名

8月1日 学校歯科保健研修会をザ・ヒロサワ・シティ会館にて開催。清水歯科クリニック副院長の清水清恵先生が「口腔機能発達不全症」～地域で育む子どもの口腔機能～の演題で講演された。

受講者 195名

8月1日 第75回関東甲信越静学校保健大会が東京都「ビジョンセンター西新宿」で開催された。本年度テーマは「一人一人のウェルビーイングの実現に向けた豊かで健やかな心身の育成」特別講演『相撲部屋の365日』においては、大相撲荒汐部屋事務局の鈴木ゆか氏が講演され、午後からは5班編成での班別研究協議会が開催され、第4班〔学校歯科保健〕では「生活習慣病の予防等を目指した歯・口の健康づくり」をテーマに研究協議が行われた。

出席者 柴崎理事ほか1名

- 8月 1日 第75回関東甲信越静学校保健大会の歯科職域部会が東京都「ビジョンセンター西新宿」で開催され、「児童生徒の口腔機能の発達不全について」と題して昭和大学歯学部口腔衛生学講座教授の弘中祥司先生が講演された。
出席者 柴崎理事ほか1名
- 8月 1日 第2回厚生委員会を常総市内で開催。第44回茨城県歯科医師地区対抗親善ゴルフ大会について協議を行った。
出席者 谷口厚生部長ほか10名
- 8月 3日 第20回警察歯科医会全国大会が警察歯科医DXの進め方～データでつながる警察歯科医～をテーマに山口市「かめ福オンプレイス」にて開催され、特別講演、シンポジウム、及びポスターセッションが行われた。
出席者 櫻川防災危機管理小委員長ほか1名
- 8月 5日 第3回学術委員会をWeb会議として開催。令和6年度日歯生涯研修セミナー、有病者歯科医療実践のためのスキルアップセミナー、学術シンポジウム、第33回茨城県歯科医学会について協議を行った。
出席者 鶴屋副会長ほか11名
- 8月 6日 第1回介護保険委員会をWeb会議として開催。令和6年度事業計画について協議を行った。
出席者 鶴屋副会長ほか10名
- 8月 7日 第2回いばらきスポーツ・健康づくり歯学協議会運営委員会をWeb会議として開催。太陽生命カップでの救護及び補助活動、日本スポーツ歯科医学会認定MG講習会について協議を行った。
出席者 荻野SHPいばらき運営委員長ほか8名
- 8月 8日 真家栄子県食生活改善推進員協議会会長の緑綬褒章受章記念祝賀会が水戸京成ホテルにて開催された。
出席者 榊会長
- 8月 9日 第3回ナイトオープンキャンパスを開催。ガイダンス、学校施設説明等を実施した。
参加者 1名
- 8月19日 労働保険事務組合総コンシステム研修会がホテルレイクビュー水戸にて開催された。
出席者 事務局2名
- 8月20日 第2回摂食嚥下研修会を開催し、「哺乳・離乳・自食機能の発達とその障害」について研修を行った。
受講者 70名
- 8月21日 第4回オープンキャンパスを開催。ガイダンス、学校施設説明等を実施した。
参加者 歯科衛生士科27名 歯科技工士科9名



令和6年度 第49回日本労働衛生研究協議会総会及び 学術大会に出席して

労働衛生コンサルタント 柴岡 永子

第49回日本労働衛生研究協議会の総会及び第47回学術大会が令和6年7月20日（土）～21日（日）愛知県名古屋市のホテル ルブラ王山にて、以下の日程で開催されました。

スローガン：

引き継ごう！知識・経験・現場の知恵を
目指そう！明日への世代交代を
今日がこれからで一番若い！

7月20日（土）

11時30分 理事会

13時15分～14時15分 総会

学術大会

14時30分～16時15分

①作業主任者技能講習シンポジウム

座長 加藤 尚一先生（愛知県）

・シンポジスト

- 安藤 栄吾先生（山形県）

特定化学物質及び四アルキル鉛等作業主任者技能講習

- 大井手 伸行先生（東京都）

石綿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

- 吉田 精司先生（奈良県）

有機溶剤作業主任者技能講習

衛生管理者国家試験受験準備講習会

- 清川 虎之進先生（大阪府）

鉛作業主任者技能講習

金属アーク溶接等作業主任者限定技能講習

・総合討論

今回の学術大会では2本のシンポジウムが企画されました。まずは全国における本会の活動を新入会員の先生方へ周知することを主眼にし、地区においてどのように広げていくかについて話し合いました。

そして歯科医師と労働衛生コンサルタントの二つの資格を用いて行う活動内容は様々です。歯科医師として歯科特殊健康診断に従事、作業主任者技能講習講師としての活動、職域労働者における口腔の健康維持増進活動に従事、または労働衛生コンサルタントとして事業場の衛生診断に従事、地区の労働安全衛生コンサルタント会業務部会で活動など広く活躍されています。

この中で歯科特殊健康診断に関しては歯科健康診断結果報告書（様式第六号の二）の事業所規模によらない一律報告が義務付けられたことから、リモート研修を主体に歯科特殊健康診断の研修が実施されております。

作業主任者技能講習シンポジウムに登壇された先生方は、それぞれの所属または地域の中で

多くの経験値をお持ちで、注力している講義内容や地域における職務の必要性、また講師になれるまでのエピソード等を中心に大変興味深い内容のお話を頂きました。さらに今でこそ酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者技能講習の講師を歯科医師が従事することに疑問を感じませんが、実は多くの先達の努力のお陰で現在に至っていることを初めて知り、深く感銘を受けました。

16時30分～18時00分

②特別講演

座長 鈴木 史香先生（愛知県）

加藤 尚一先生（愛知県）

演題「労働安全衛生コンサルタントの活動事例」

演者 金森英二先生

金森労働安全衛生コンサルタント事務所

1995年労働衛生（工学）コンサルタント、1999年労働安全（機械）コンサルタント登録等数多くの資格を得られ、静岡県内外各地の企業において職場の安全管理や労働者の健康管理、リスクアセスメントの実施、作業環境の改善についてのアドバイスを含めた専門コンサルタントとしてご活躍とともに、後進への指導にも熱心に取り組まれており、多くのスライドを用いて、職場巡視の極意を示されました。

・職場巡視（パトロール）の携帯品について

デジタルカメラ（防塵タイプ）

検電計

非接触表面温度計

秤、メジャー

レーザー測定器、レーザーポインター（緑色）

ソーラー充電式ライト

グローブ

ラベル（さわるな、使用禁止）

防塵眼鏡、防塵マスク

シールド付きヘルメット（270グラム程度の軽いもの）

デジタル温度計、湿度計、熱線式風速計、WBGT指数計、照度計、騒音計、

・職場巡視のフォローについて

巡視時撮影した施設写真を添付し、コメント（なぜ？どこが？どうして？）を必ず入れ、その後、改善後の写真の添付、さらに施設側からのコメントもいただき、一覧表を作って確認しやすくすることが大切であるとされました。その他様々な実態での改善策や予防策など多くの事例を具体的にお示し下さり、明日からの巡視に生かせる多くの知恵をいただきました。

7月21日（日）

9時15分～10時45分

③職場巡視シンポジウム

座長 袴田 和彦先生（静岡県）

加藤 尚一先生（愛知県）

・シンポジスト

- 加藤 尚一先生（愛知県）製造業での活動

- 沼田 和治先生（高知県）非製造業での活動

- 当間 裕先生（埼玉県）協議会視察研修会での活動

・総合討論

歯科特殊健康診断に従事した際に必要となる職場巡視に関して、製造業、非製造業での活動と協議会事業である実地研修会を担当された先生方の労働衛生コンサルタントとしてのお考えを拝聴できる貴重な機会であり、特に職場巡視未経験の先生方へ大変分かりやすく提言されました。

総合討論では座長からのご指名により茨城県の戒田敏之先生から次のようなご教授がございました。

～職場巡視に大切なことは作業環境管理なら五感を働かせる、作業管理なら整理整頓、5Sなど抑えているか等、基本的なことから覚えていくことに加えて、いかに自分の足を運ぶかが大事である。さらに健康づくりに関するものは歯科医師会だけでは1回で留まってしまう、なかなか先へは進めない。事業を前進させるためには、必ず保健師、産業医など多職種との連携が必須である。アウトプットだけでなくアウトカムに繋げてこそ成果が期待できる。～

日頃の職場巡視での疑問や不安が解消され、勇気を頂き、現在担当している事業所への責任を改めて痛感し、今後も巡視における経験を積みながら、自己研鑽に励んで参りたいと思いました。

11時00分～12時00分

④教育講演

日本産業衛生学会東海地方会産業歯科部会

日本労働衛生研究協議会共催企画

座長 加藤 一夫先生

(日本産業衛生学会東海地方会産業歯科部会長)

加藤 尚一先生

(第47回日本労働衛生研究協議会学術大会長)

演題「職場における化学物質の法規制管理から自律的管理への転換」

演者 内藤 久雄先生 金城学院大学教授
生活環境学部 食環境栄養学科

2022年労働安全衛生法施行令等の改正により化学物質の自律的管理が事業者に義務付けられた経緯より、化学物質に関わる労働災害、管理上の問題点を踏まえながら労働衛生コンサルタントとしての役割について講義を受けました。

今学術大会は前年度に引き続き対面での開催でした。会員構成にも注目が集まり、若手、女性の労働衛生コンサルタントが多く参加する集いへの変化が話題になりました。シンポジウム、特別講演、教育講演に懇親会も含めて大変充実した内容で盛会裏に終えました。茨城県からは戒田敏之先生、北見英理先生、今年労働衛生コンサルタント試験に合格された齋藤香里先生と参加し、産業衛生活動への士気が高まりました。労働衛生コンサルタントとしての活動を通して、産業保健分野における歯科の重要性を痛切に感じながらも日々悩みながら続けておりますが、これからも御指導を頂きながら邁進していきたいと思います。



医療+管理委員会 だより

令和6年度 第1回歯科衛生士復職支援講習会

医療管理委員会 馬場 耕平

令和6年7月11日、茨城県歯科医師会館にて令和6年度第一回歯科衛生士復職支援講習会が開催されました。今回の参加者は県南地区の自治体在住の方、1名の参加でした。昨年度の第3回講習会に続いて参加いただきました。



実習内容としましては医療管理委員がデモ患者となり、染め出ししプラークチャートの作成、歯周精密検査（6点法）等を行いました。

参加者が1名であったこともあり、時間を気にせず、わからないことや実際の手技の注意点などを衛生士科専任教員に質問をしながらの実習でした。

中井部長、委員3名にも積極的に質問してもらい、それぞれの医院ではどの様に歯科衛生士が診療しているか等も話させていただきました。

復職に対しては積極的にしたいと考えている参加者であったためか、実際に不安に思っていることや、実習にはどんな内容を求めているかなど求職者本人の意見もお聞きすることができました。

今回の参加者は牛久市在住の方でしたし、以前行われた講習会でも遠方からの参加者が目立っており、会場を専門学校として講習会を実施している点が参加のハードルを下けているのではと思っていたのですが、今回の参加された方は2回目の参加でしたが牛久市周辺、つまり居住地の近くでの開催を希望していました。このことからもちろん私たちが考えている参加のハードルを下げるためにも、専門学校開催は継続必須だと思いますが、コロナ禍前のように各地区市町村で開催する意義を改めて感じました。

各地区開催講習会の高いハードルとなっているのは、講習会を実施する会場が会員の歯科医院であるということもその一つではと考えております。であるのであれば（あくまで私見ですが…）県内にある私立の歯科衛生士養成校3校に協力を要請し、場所などを提供してもらうことでもしかしたら参加者を増やすことができるかもしれません。実際には色々な問題があるのでなかなか難し



いとは思いますが、各校へ講習会開催のメリットを提示することは可能かと思ひますし、交渉は不可能ではないのではないかと思ひます。

卒歯科衛生士が減ってきている今、潜在歯科衛生士の掘り出しは歯科業界にとって必須案件であると思ひますので、医療管理委員会でも議論が必要ですし、会員の先生方にもご意見をお聞きしたいところです。

現在離職しているが復職を考えている歯科衛生士の方が、まずは茨歯会の講習会を受けてみようと思ってもらい、講習会を実施していることを知ってもらいことが大切だと思ひます。それにはまず継続的に行われること、参加者がいなくても講習会を開くことが「知って」もらい第一歩だと考えております。



令和6年度 「学校歯科保健研修会」報告

学校歯科委員会 河野 健太郎

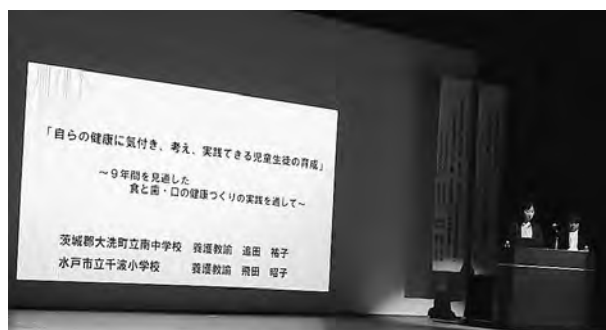
令和6年8月1日、ザ・ヒロサワ・シティ会館小ホールに於いて、令和6年度学校歯科保健研修会が開催されました。事例発表には、大洗町立南中学校養護教諭の追田祐子先生と水戸市立千波小学校養護教諭の飛田昭子先生。また歯科講演の講師には、清水歯科クリニック（東京都）副院長の清水清恵先生をお迎えし、養護教諭、保育士、看護師等の方々を含め約200名にご参加いただきました。

榊会長のご挨拶、柴崎理事の趣旨説明の後、



【第1部】

追田先生と飛田先生から「自らの健康に気づき、考え、実践できる児童生徒の育成 ～9年間を見通した食と歯・口の健康づくりの実践を通して～」と題して事例発表していただきました。



1. 大洗町立南中学校の概要と課題

平成28年度に学区内の2つの中学校が統合し、大洗町立南小学校の敷地内に南中学校として開校。小学校から9年間を見通した教育を行っている。

歯科健康診断の結果が県内の平均よりも、う蝕・歯周疾患ともに上回っていた。

2. 対策

当時養護教諭であった飛田先生と、学校歯科医、栄養教諭を中心に基本的な生活習慣と歯科保健、食育を盛り込んだ9年間を見通した継続的な指導・教育を行い、追田先生が引き続き継続していった。

9年間を見据えて、学年ごとに指導内容のテーマを決めて歯科保健教育と食育の指導計画を策定後、実践。

例：養護教諭と栄養教諭が連携した歯科保健教育と食に関する指導、歯科衛生士によるブラッシング

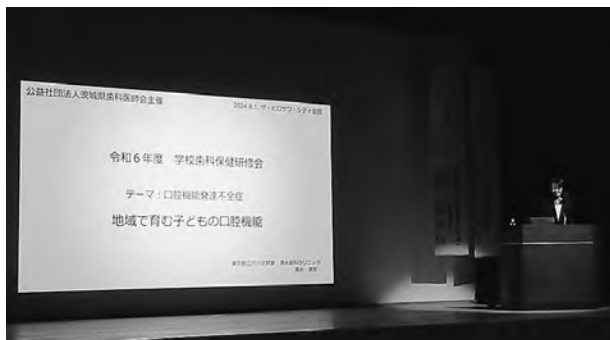
グ指導、保健体育や技術・家庭科など各教科での取り組み、南中学校特有のスペースの活用、各学年の先生と学校歯科医や健康増進課の保健師など関係者を招いて学習会、歯科健康診断、給食後の歯磨きタイム、生徒会活動、小中合同学校保健委員会

3. 成果と課題

歯肉炎の生徒が1割となったが、コロナ禍で口腔衛生状態が悪化したため継続的に歯科保健教育を継続する必要がある。

【第2部】

休憩後、清水先生より「口腔機能発達不全症」～地域で育む子どもの口腔機能～と題して講演いただきました。



1. 口腔機能発達不全症の解説

養護教諭を中心とした参加者向けに口腔機能発達不全症について、定義から保険収載の経緯までを解説。また、保護者からのアンケートから食への悩みの相談対象として歯科医が少ないことも解説。

2. 食べる機能の正常発達の概要

ステージ1

・哺乳期（出生～4ヶ月ごろ）

正常な授乳方法と妊婦さんへの指導方法、哺乳障害について

・離乳初期（5～6ヶ月ごろ）

離乳食開始の目安、離乳食の与え方の注意

点、歯の萌出、機能の発達と離乳食の解説

・離乳中期（7～8ヶ月ごろ）

舌や唇の動きに合わせた離乳食の与え方、離乳食を与える際の姿勢の解説

・離乳後期（9～11ヶ月ごろ）

手づかみ食べの注意点、食具の解説

ステージ2

幼児期初期（12～18ヶ月）

食具の持ち方や食形態、自食・食の自立について解説

ステージ3

幼児期中期（18ヶ月～3歳ごろ）

食性状の変更のポイント、孤食の注意喚起

3. 口腔機能発達不全の原因と対策

上記の口腔機能発達段階中に生活習慣からボタンのかけ違いのように症状が出ることを解説。

発見方法のポイント

- 1) 問診票の活用
- 2) 日頃の生活の様子での聞き取りのポイント
- 3) 口唇閉鎖不全、仕上げ磨き、うがい、大人



と同じものを食べている、睡眠時無呼吸症候群など症状の抽出のポイント

4. 対策

実際の症例を提示しながら発達段階に応じた食に関する指導、機能訓練、小児用MFT（口腔筋機能療法）の解説

全国小児歯科開業医会の資料の活用

（感想）

会場からの質問がありましたが、養護教諭の先生方は口腔機能発達不全症への関心は強く、学校歯科医との関わり方や口腔機能発達不全症に対応できる歯科医への興味があることを感じました。

また、学校や保育所での水筒の形態など知らないことが多く、養護教諭の先生方とコミュニケーションをとることは勉強になると感じる一日となりました。

第75回関東甲信越静学校保健大会 報告

学校歯科委員会 櫻井 英人

令和6年8月1日（木）東京都新宿区のビジョンセンター西新宿において開催された関東甲信越静学校保健大会に参加しましたので報告します。

開催目的

幼児、児童、生徒の心と体の健全な発育発達を目指し、健康教育の当面する課題について研究協議し、その具体的な方策を究明するとともに、健康教育の充実と発展に資する。

主題

一人一人のウェルビーイングの実現に向けた豊かで健やかな心身の育成

午前10時20分開会式が穏やかな雰囲気の中始まりました。

開会挨拶

1. 東京都医師会会長
実行委員会委員長 尾崎治夫
2. 東京都教育委員会教育長 浜佳葉子
3. 日本学校保健会会長 松本吉郎



一人一人のウェルビーイングの実現に向けて子供たちの心身の健康に大きな影響を与え、アレルギー疾患や感染症、肥満や痩身、メンタルヘルスの問題、薬物乱用や生活習慣の乱れ等、様々な問題が複雑多様化しております。これらの課題の解決を目指して関東甲信越静の11都県学校保健関係者が一堂に会する事は大変有意義であります。

特別講演

「相撲部屋の365日」

講師 鈴木 ゆか氏 荒汐部屋先代女将
相撲部屋の一年を通じて関取への道が閉ざさ

れた少年達と女将の未来へ向けた行動の話であった。じっくり少年の話に耳を傾ける女将の姿に感銘を受けました。

班別研究協議会

第1班 学校経営と学校保健

第2班 健康教育

第3班 いのちの教育

第4班 学校歯科保健

第5班 学校環境衛生と安全教育

5班に分かれ希望する班の講義を受ける事ができます。私は第4班に参加しました。

第4班

生活習慣病の予防等を目指した歯、口の健康づくり

「子どもにとって効果的な歯科健診と保健教育の在り方とは」

ー 実感できる自分が主役の学校歯科保健 ー

新潟県胎内市立築地中学校

養護教諭 菅原 菊子

提案者は効き目が目に見えて現れる歯の健康づくりを目標としている。

①他律から自律へ

②自分達の行動の価値づけ：新潟県で表彰された。歯科保健についての情報を逐一掲示板でアナウンス

③強化された歯科健診：健診日の2週間前から歯ブラシの事前指導。当日の健診会場でPPT資料を自動再生し待ち時間に視聴

④歯の健康に対するスキルアップ：中1から中3まで年に1回歯科衛生士によるブラッシング指導。テーマを持った歯科保健授業

⑤今後の課題：歯科健診時間を現状より長く出来るように学校歯科医の協力。養護教諭が転勤しても継続できるシステム作り

「夢につなげる～良い歯の田原っ子育成への取組」

千葉県鴨川市田原小学校

養護教諭 富永 綾華

提案者は田原小学校の教育目標である賢い子、明るい子、逞しい子の育成を歯科保健についても実践出来るよう奮闘している。

①う歯未処置歯保有率を減らす事を目標とする。

：平成30年の33%からの脱却

②食育の充実：栄養教諭と協力し正しい姿勢でしっかり咀嚼するよう指導

③食後の歯ブラシ強化とフッ化物洗口

④歯科医による歯の健康相談：年1回健診時

⑤歯磨き教室：学校歯科医による指導

⑥歯科健診結果からの指導：養護教諭から個別指導

⑦今後の課題：平成30年33%だったう歯未処置歯保有率が令和5年14%まで下がった。けれどもこの成果は個別指導や特別授業によるもので、今後も時間の確保が必要である。

大会を終えて

今回は新宿で保健大会がおこなわれました。以前参加した事のある埼玉県での保健大会のイメージとは違い、都会のオフィスビルでした。800人の参加者が5部屋に分かれて開会式、特別講演を拝聴しました。

私はモニター室であった為、最初は対面形式ではない感じがしました。けれども班別研究協議会になってからは提案者の先生と対面になり、しっかり熱気が伝わってきました。養護の先生方の生徒を思う気持ちがハッキリと感じられ生徒達の顔が目に見えようでした。提案者である養護の先生が歯科保健に対して必要最大限頑張っている姿は心が打たれます。

私も何事にも精一杯の努力ができる人を目指したいと思いました。来年は千葉県の主催になります。

第75回関東甲信越静学校保健大会 歯科職域部会 報告

学校歯科委員会 櫻井 英人

令和6年8月1日(木)東京都新宿区のビジョンセンター西新宿1階イベントホールにおいて、第75回関東甲信越静学校保健大会歯科職域部会が開催されました。県歯学校歯科担当の柴崎理事と参加しましたので報告します。

東京都学校歯科医会専務理事である山室直子先生の司会で16時15分に開会しました。

1. 開会の辞

東京都学校歯科医会副会長

澤田 章司 先生

2. 挨拶

東京都学校歯科医会会長

鈴木 博 先生

3. 来賓祝辞

東京都教育庁次長

猪口 太一 様

日本学校歯科医会会長

柘植 紳平 先生

東京都歯科医師会会長

井上 恵司 先生

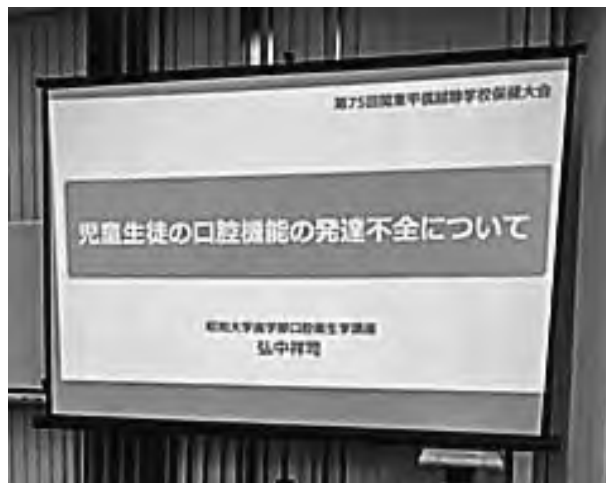
4. 講演

「児童生徒の口腔機能の発達不全症について」

講師 昭和大学歯学部口腔衛生学講座

弘中 祥司 教授

平成30年に口腔機能発達不全症が歯科の病名と



なって5年の月日が経過した。その間にも口唇圧や舌圧の測定など検査の点数も追加され、評価用紙も一部変更となって算定しやすくなっているが、保険算定の件数はかなり伸び悩んでいるのが実際である。一方で、我々の臨床の中で口腔機能発達不全症を算定せざるを得ない健常児も多く紹介されてきており、また当講座関連の都内保健センターでの食べ方相談では、毎月予約が一杯になる程、相談件数は増加している。乳幼児に与える

健康被害は、偏食やよく噛まないことによる体重増加の不良が主であるが、児童生徒に対する健康被害は、窒息による死亡や、偏食による栄養不良等の全身への影響や骨格性の歯列不正や歯周病まで様々なバリエーションで存在することは理解できる。

しかしながら、児童生徒の発育に関する特徴は、学童期は大きく変化する時期であって、口唇や舌、歯列等に介入する時期の見極めは難しい。また、放置すれば、骨格性の歯列不正にも変化するの、その点も加味しなければならない。本来ならば、乳幼児期に完成する食べる機能が児童生徒にまで不全を呈する状態は決して良い状況ではなく、幼稚園や就学児童健診等でより早期に発見されることを願ってやまない。さらに拍車をかけているのは、アレルギー性鼻炎や花粉症の有病者率が大きく上昇していることである。口腔機能をよりよく維持するために関連医学、特に小児科や耳鼻咽喉科との連携が今後の鍵を握っていると感じている。

約1時間の講演でした。児童生徒の口腔機能発達不全症が増えている原因として、子供達の人口が減っているにも関わらず特別支援学校の児童生徒が増えていること。普通学校には通えているがケアの必要な子供が増加していることから口腔機能発達不全症と定義される割合が増えているということ。また一般児童生徒にも摂食嚥下が上手いかない事から窒息等の事故が後を絶たない。

対策として乳幼児期からの食育の考え方、口呼吸と鼻疾患への対応を挙げられていました。私の不勉強で離乳食の取り組みが目からウロコでした。乳臼歯が萌出していないうちから噛む必要のある食事を摂っていると急いで飲んでしまう癖がついてしまう。乳臼歯萌出前までに、押し潰し機能獲得期、咀嚼機能獲得期にしっかりとトレーニングが必要であるとのことでした。

弘中先生の考察として児童期嚥下障害について子供達の体幹筋力不足を挙げられていました。高齢者の栄養と口腔機能の訓練を参考にして思うようになったようです。その原因として幼児期から習い事で忙しく登下校もスクールバスや送り迎えが増えているからではないか、生真面目なタイプの保護者は栄養を考えて早くから固形の離乳食に取り組んでしまいがちだからではないか。

口呼吸が原因と思われる口腔機能発達不全の増加と共に児童生徒の鼻疾患増加については耳鼻咽喉科学会発表の2人に1人がアレルギー性鼻炎であることを挙げられました。

1時間にわたって弘中先生は分かりやすく冗談を交えながら詳しく児童生徒の口腔機能発達不全症について講演していただきました。先生が話されたなかで私が強く心に残ったのは、子供達が本来にも難しくない噛んで飲み込む行動がとて手下になっていることです。その要因の一つに保護者からいつも「早く食べて、早くご馳走様してね」と言われて幼児期を過ごしているケースが多いのではないか。その結果早く飲み込もうという癖がついてしまう。私も妻と2人で共働きで子供達は1才にならない時から保育所でした。仕事前に保育所に送らないといけない為「早く食べて」といつも言っていた様に思いました。

今回の講演の口腔機能発達不全というと普段の診療ではハードルが高いか、と思い参加しまし



た。けれども離乳食の話や食事を急かさないなど保護者の方に話すことは難しくなく診療時説明に取り入れようと思いました。

講演会終了後ハイアットリージェンシークリスタルルームに移動し交流会が開催されました。東京や山梨の先生方と意見交換したり、弘中教授とバイクの話に花が咲き有意義な時間を過ごすことができました。最後に来年の千葉県主催の挨拶をもって終了となりました。



関東女性歯科医師の会へ参加して

茨城県女性歯科医会 長岡 未佐子

山梨県甲府市で開催された関東女性歯科医師の会に、当県から7名で参加してまいりましたのでご報告させていただきます。この会は1都5県で構成され持ち回りで当番県となり、年に一度開催されております。本年度は山梨県が担当となり、7月28日（日）に甲府市で行われました。

茨城県としては、参加者7名の懇親を今以上に深めたい、更には是非山梨の観光地見学をとの事で、前日27日（土）に揃って甲府に入りました。甲府駅前でジャンボタクシーに乗車し、山梨が誇る日本遺産の昇仙峡へと出発、到着後まずは流しそうめんの昼食で観光のスタートです。その後、ロープウェイでパノラマ台へと昇り、昇仙峡の絶景を眺めて参りました。更に世界初である影絵の美術館“影絵の森美術館”で幻想的な絵画を堪能し、昇仙峡を後にしました。甲府市内へと戻り、夕食は甲州郷土料理を味わい、当初の予定通り懇親が深まった一日の終了です。

28日（日）、素敵な洋館の会場「ベルクラシック甲府」にて、いよいよメイン行事のスタートです。関東女性歯科医師の会は、全体会と呼ばれる総会・講演会・懇親会の3部構成で開催されます。全体会では、開会の辞・当番県会長挨拶・会計報告や各都県代表者挨拶等の後、協議事項へと移りました。

協議事項としては、①繰越金について②会名から「女性」を外す件について③各都県の組織運営について④歯科衛生士求人倍率23倍についての衝撃、人材不足について、意見交換がなされました。③協議時に茨城県では、女性歯科医会についてのアピールのハガキ及びビラを作成し、県歯入会後の女性歯科医師へ送付活動を開始した事を報告し、組織運営の一助になればと発言致しました。

④については、山梨県歯科衛生専門学校校長の七沢久子先生より、現状報告及び今後歯科衛生士に未来を与える為の方法等、試行錯誤中とのお話がありました。

また、その他として、女性歯科医師の自殺の原因は家庭の悩みが多くを占めているとの事。これ



は、仕事を継続する上で、ライフステージの変化は男性より大きい事が影響していると考えられます。そんな時に悩みを言えて、そして聞く事が出来る、その様な会でも良いのではというご意見もありました。

いずれにしても、この会で協議をしても決定する事では無い事は承知しております。しかし、それでも協議する事は、私たちの業界の発展を皆が願っているからだと確信致しました。

次に、日本のソムリエ会を代表する、五味丈美先生を講師としてお迎えし、講演会が開催されました。先生は、有名な田崎真也さんの次と称されるソムリエで、山梨ワインについては勿論、ワインの歴史や日本へ伝わった経路、日本人のワイン消費量、ワインに合うお料理等、興味深いお話を伺う事が出来ました。更には、山梨ワインも試飲させて頂き、高揚した気持ちで講演会の終了となりました。

講演会の後は、日本歯科医師会常務理事の伊藤智加先生、参議院議員の比嘉奈津美先生、山梨県歯科医師会副会長の大森一先生をお招きした懇親会が始まりました。ワインの産地、山梨県ならではのワインの販売もあり、帰宅後余韻に浸るため、皆様ご購入されておりました。

お料理は、山梨県の特産物を主とした食材で構

成され、大変おもてなしの心がこもった物でした。それらを頂きながら、他県の先生方との交流、そして意見交換が出来、大変有意義な時間を共有出来たと実感しております。

また、懇親会の途中で、各都県にフリータイムの時間が設けられておりました。当県は、次年度がこの会の当番県と言う事もあり、茨城県のPR動画を上映させて頂きました。また、他県からは、踊りや歌の披露、94歳現役女性歯科医師の先生からのお話も頂き、いずれも思い出に残るものでした。先輩の先生方の放つオーラとパワーを頂き、アドバイスを頂き、歯科医師人生まだまだ頑張らなくてはと心に刻みながら、閉会となりました。

次年度は当番県として、茨城に来県して良かったと、そして再来したいと思って頂けるような、心のこもった会を目指して準備に取り掛かろうと決心し、帰路へと着きました。

以上、思い出に残る関東女性歯科医師の会への参加報告でございます。最後になりましたが、女性歯科医師の先生方がこのような活動を行っている会へ、是非とも気軽にご参加頂ければと思います。そして、ご意見とご協力を頂きます様お願い致します。





【東京歯科大学見学実習】

令和6年7月24日（水）、東京歯科大学見学実習に歯科技工士科（1年生）及び歯科衛生士科（2年生）の学生合わせて45名が参加しました。大字校長をはじめ、小澤副校長と高根教務副部長が引率され、総勢50名で東京歯科大学の門をくぐりました。

解剖学教室に案内され阿部教授の講義が始まりました。講義の後は、全員で黙祷、その後に3班に分かれ大学講師の先生方が、筋肉や臓器について丁寧かつ詳細に説明してくださいました。学生は真剣な表情で、自分の手で実際にご献体に触れることでその説明の一つ一つを確認していました。

その後、標本室に移動し数々の希少な標本を見学させていただきました。乳幼児の顎模型や歯牙の標本には、非常に興味を示し友達同士で今まで学んだ知識を確認し合う様子が見られました。

大学に滞在した時間はわずか2時間程でしたが、学生は大きな印象を受け、守秘義務についても改めて自覚を深めたことと思います。

解剖学教室においてご献体に実際に触れ、標本室では希少な標本の数々を拝見し学生にとって生涯に残る貴重な1日となります。

今日の貴重な経験を糧にして、今後医療の道に進んでいくことを臨みます。

（文責：根目沢）



「第一回 男の介護教室」を開催

(社) 東西茨城歯科医師会 伊藤 和宏

「第一回 男の介護教室」が6月16日に笠間市立友部小学校で開催されました。

東西茨城歯科医師会会員に加え友部小学校の教職員の方、地域で介護職にかかわる方々が参加しました。

まず初めに東西茨城歯科医師会会長 伊藤雅彦先生の挨拶の後、石巻市雄勝歯科診療所 所長で「男の介護教室」の代表でもある河瀬聡一郎先生(第26回茨城県歯科医学会 県民公開講座 弁当プロジェクト5 講師)にご講演をいただきました。

講演では日本の医療・福祉の現状と「男の介護教室」立ち上げまでの経緯についての説明がありました。男性の在宅介護者の割合は35%で、男性は女性と比べて

- ① 育児・家事の経験が少ない
- ② 他人に聞くことに抵抗がある
- ③ 地域との関わりが少ない
- ④ 完璧にこなそうとする

などの特徴があり、1998年から2015年の介護が原因となる死亡事例のうち72.3%が男性加害者であった。河瀬先生はこの現状に不安を感じ、「ストレスを抱えながら介護をしている男性がもっとたくさんいるのでは?」という思いで男性向けの介護教室「男の介護教室」を2014年から開始しました。

「男の介護教室」では主に介護のストレスを軽減させる、男性に限定することで安心感がある、介護を基本から学ぶ、男性介護者が集まる機会作り



河瀬聡一郎先生

ということを目的に、①座学・実習 ②調理実習 ③食事をしながらのグループディスカッションで行われています。

今回は小学校での開催で、災害時には避難場所となるという点から

- ① パッククッキングの説明・実習
- ② 災害時のパッククッキングの応用方法
- ③ 熱中症対策のための経口補水液の作り方

の内容で行いました。

最初に埴 由紀子先生(東西茨城歯科医師会、パッククッキングインストラクター)からパッククッキングの説明とデモがありました。食品は高野豆腐含め煮と蒸し鶏でした。パッククッキングは別名「家庭版簡易真空調理法」といい、高密度ポリエチレン製ポリ袋(半透明)に刻んだ食材と調味料を入れ、空気を抜いて最上部でよく縛ってから炊飯器で炊く、もしくは鍋にお湯を張ってその中で加熱するという調理方法のことで、2品で



約30分で完成することができました。

次に塙 章一先生（東西茨城歯科医師会食文化研究会）から災害時にも応用できるバッククッキングで、おむすびと蒸しパンでした。こちらも同様に高密度ポリエチレン製ポリ袋（半透明）にお米など材料を入れて加熱して調理するのですが、驚くことは水でなくてもお茶や牛乳、コーラなどでもご飯が炊けるということ。災害時にはその場にある食材で調理する必要があるためとても勉強になりました。

続いて笠間市で薬剤師をされている山本 大先生から猛暑の熱中症対策として、誰でも作れる経口補水液の作り方の講義がありました。砂糖40g（大さじ4と1/2杯）と塩3g（小さじ1/2杯）を水1ℓによく溶かして作製します。経口補水液の一日の摂取量の目安は、学童から成人（高齢者を含む）では、500～1000mlで基本自宅にあるもので作製できるので、これも非常時にはとても役立ちます。最後に全員で試食を行ったのち各テーブルでグループディスカッションを行い閉会となりました。

多業種のメンバーで介護のことについて話しあったのが初めての経験で、介護の現状について知る良いきっかけになったのと同時に、オーラルフレイルの防止の観点からもこのバッククッキングがより多くの人に浸透することが現状の問題を解決する1つの糸口になると実感しました。

「男の介護教室」は現在日本全国で実習を行って



塙 由紀子先生



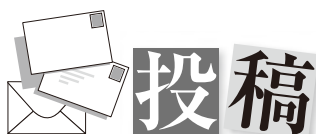
塙 章一先生



山本 大先生

います。多業種メンバーで介護についての勉強を重ねて自分の身近で介護が必要になったとしても動揺せず、周りのみんなと自然と助け合える環境が1人でも多く増えるように、今後も積極的に男の介護教室を迎え入れて地域として前に進んでいくことが重要と感じました。

各地区歯科医師会にて、開催希望などございましたら、食文化研究会までご連絡いただければ幸いです。



健康づくり

(社)東西茨城歯科医師会 有波 三千晴

令和6年7月11日開催の茨城町健康づくり推進協議会 出席にあたり、茨城町健康づくり推進協議会委員として、健康づくりについて考え、調べたことを報告します。

健康の定義ですが、1948年に発効されたWHO憲章の前文において「健康とは、病気でないかとか、弱っていないかということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます（日本WHO協会訳）」を健康の定義としています。又、「健康とは、肉体的、精神的および社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない」とも訳されています。

健康づくりを行う目的は、個人の健康を改善することで、個人のQOLを向上し、将来の不安を解消する、健康を理由にした早期退職や欠勤、生産性低下を防ぐとともに、就労の拡大や労働生産性の向上を通じて経済成長につなげる、とのことです。

健康づくりにおいて、適度に「運動」する、バランスが取れた「食事」をする、十分な「睡眠」をとることが大切になります。

「運動」

健康づくりのための適度な運動をする目的は、

- ・糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドローム、循環器疾患、がんなどの生活習慣病を予防する。
- ・生活機能レベルの低下を予防する。
- ・健康に生活することのできる健康寿命を延ばす。

健康づくりのための適度な運動とは、

- ・身体活動以外に、週2回以上、1回30分以上の運動を習慣的に続ける。
- ・高齢者の場合、「1日10分程度、ストレッチングや体操を行う」、「1日に20分程度歩く」、「1週間に2回程度、下肢及び体幹部の筋肉トレーニングを行う」のいずれかの運動を年齢や身体能力に応じて行う。

健康づくりのための適度な運動をするためには、

- ・立つ、立って作業する。
- ・歩く歩幅を広くして、速く歩く。
- ・エレベーター、エスカレーターを使用しないで、階段を使う。

「食事」

健康づくりのためのバランスが取れた食事をする目的は、

- ・身体、精神の働きを整える。
- ・高血圧症、糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞、腎臓

病などの病気を予防する。

健康づくりのためのバランスが取れた食事とは、

- ・タンパク質、脂質、炭水化物、ビタミン、ミネラルの必要量が含まれた献立である。
- ・1日3回決まった時間に同量の食事をする。
- ・年齢、活動量で異なるが、適量である。
- ・食材の彩りを意識し、楽しめる食事にする。

健康づくりのためのバランスが取れた食事をするためには、

- ・食材が咬める咀嚼筋の筋力がある。
- ・食材が咬める前歯、奥歯がある。

「睡眠」

健康づくりのために十分な睡眠をとる目的は、

- ・疲労を回復する。
- ・ストレスを解消する。

健康づくりのための十分な睡眠とは、

- ・7～8時間眠る。
- ・規則正しい睡眠、覚醒が保たれている睡眠をとる。
- ・睡眠の質は体温調節や体内修復・成長に関連するホルモン分泌と相関関係があり、質の高い睡眠は、体内の代謝活動促進、自律神経のバランスを整える要素となる。

健康づくりのための十分な睡眠、質の高い睡眠をとるためには、

- ・毎日、朝早い時間に起床し朝の光を浴びて体内時計をリセットさせる。
- ・就寝の3時間前までに夕食は済ませる。
- ・就寝の2～3時間前に入浴し、38度の湯に20～30分間つかる。
- ・就寝前にカフェイン、アルコール、ニコチンは摂取しない。
- ・温かい飲み物は内臓から体温の上昇を促し、体温が下がり始めると眠気を起こさせるので、白湯、生姜湯、カモミールティーを飲む。
- ・室温や湿度を季節に応じて調整する。
- ・日中に適度に運動する。

筋肉には、体の様々な器官を動かす、水分を蓄えておく、体の末端の血液を心臓まで押し戻すなどの働きがあります。小児の体の75%、成人の体の60%、高齢者の体の50%は水分で構成されています。加齢とともに筋肉量が減少するので、水分量も減少します。適度に運動し、バランスの取れた食事をする事で、筋肉量を保つことは高齢者の熱中症の予防にもなります。

日頃から健康づくりを意識することはとても大切です。

ピンクのエプロン



〒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
<https://ibaraki.jdha.or.jp>
E-mail jimu@ibaraki-dh.net

(公社)茨城県歯科衛生士会 東西茨城支部 高木 恵

歯科衛生士として36年目に入りました。

途中、パート勤務になりましたが、結婚後も子育て中も辞めることなくずっと同じ歯科医院に勤務しています。患者さんから「知っている顔を見ると安心するよ」と言っていただけでも多く、大きな励みになっています。

3年前からは、先輩歯科衛生士さんの誘いで市町村の訪問歯科事業にも携わっています。事故や病気で歯科医院に通院できない方々の往診や口腔ケアを行っています。これまでに経験をしたことのない様々な状況の中で、障害のある患者さんへ

の対応に悩むこともありますが、先生、先輩歯科衛生士の方々に指導していただきながら頑張っています。

どちらも歯科衛生士になりたての私には想像もできなかったことです。こんなにも長く働いてこられたのは、家族の協力、先生、スタッフの方々のおかげと感謝しております。

普通に生活することが当たり前ではなく、とても幸せなことだと忘れず、今後も歯科衛生士として成長していきたいと思っています。



みんなの写真館

Photo
Gallery



(社) 茨城・県西歯科医師会 白土 貴之

会 員 数

令和6年7月31日現在

地 区	会員数（前月比）	
日 立	119	-1
珂 北	144	
水 戸	158	
東西茨城	72	
鹿 行	105	+1
土浦石岡	178	+1
つくば	150	
県 南	181	
県 西	153	
西 南	97	+1
準 会 員	13	
計	1,370	+2

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	1,091名
2種会員	112名
終身会員	154名
準 会 員	13名
合 計	1,370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 令和6年9月

発 行 茨城県歯科医師会 水戸市見和2丁目292番地の1

電 話 029(252)2561~2 FAX 029(253)1075

ホームページ <https://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。