

せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

受付だより



みなさん、こんにちは。ようやく暑さも一段落。とはいえ日中の暑さはまだ夏の様。秋の走りを感じつつ、もうしばらくは暑さ対策の日々ですね。

9月1日は防災の日です。いつ起こるかも知れない自然災害から身を守るため、日頃の備えは大切です。台風も多い時季とされ、かつて経験した事の無い災害に見舞われる頻度が各地で増えているのも温暖化によるものとなれば、防災も温暖化も一緒に考えていかなければならない問題です。

学校が始まり日常生活に戻ったお子さんたちに、ひとつと息の保護者の皆様、学校の歯科検診でチェックされた項目は歯医者さんにみてもらいましたか。速やかに受診をして軽い虫歯のうちに治療が終わると良いですね。しかし社会人になるとお口の中の管理はほぼ自分で行うなければなりません。自発的な歯科受診で虫歯・歯周病の予防と早期の治療につなげ、その他のお口のトラブルも早めに対処できるようにして下さいね。

虫歯・歯周病の予防に大切なことは毎日のハミガキです。柔らかい毛先かつコシのある毛束のハブラシが虫歯・歯周病の原因となる歯垢の除去に適しています。当院のおススメするハブラシ「プロスペックコンパクトスリム」はその2つの要素を備えておりハミガキを効果的に行えます。食後のハミガキと定期的な歯科検診も併せて一生自分の歯で食事が出来る様努めていきましょう。

(歯科コンシェルジュ 菊地 正子)



新聞周りの口で囲まれた空欄には、フィリピンボランティア活動における協賛者名が記名されます。私たちのこの活動は、みなさんの善意(募金)のみで全ての運営をまかなっているのが現状です。物資輸送費や現地活動費は多額の資金を必要としています。そこで、

会社名やサークル、個人名、インシヤルなど、どんな名称でもかまいません。3000円の協賛をして下さる方を募集しています。尚、協賛金は全額ボランティア活動に寄付されます。詳しくは、スタッフまでお尋ね下さい。皆さんのご協力をよろしくお願い致します。

受付 歯ッピースマイル

初めまして。私は、4月から当院に入局致しました。受付の大森七海です。

高校を卒業してから1年間専門学校に通い、国社数理英という基礎的な勉強をしていたため、事務のことや歯については学んだことがありませんでした。

未知の世界に飛び込み、分からないことだらけで最初は頭の中が真っ白になることが多々ありました。知らない言葉ややったことのないことを教えてもらいながら何度も行っていく中で少しずつ身に入ることになっていき、始めよりはできることがたくさん増えました。最初は失敗ばかりしてしまい、本当に私はやっていけないのかと不安でいっぱいでした。そんな私を勇気づけてくれたのは皆さんです。優しく笑顔で声をかけてくださったおかげで私ももっと頑張ろうと思うことができました。もっといろんなことを覚えて自分から動くことをたくさん増やしていきたいです。教えてもらったことを吸収し、行動に移せるよう日々学んでいきます。これからよろしくお願ひします。



受付

笑顔で
明るく
頑張っています!
よろしくお願いします。

(受付 大森 七海)



なつぞら	現地活動に思いをはせてー	現地活動頑張ってください富	自然薯	滝谷昭勝	今年も大変お世話になりました	心	
晴仁くん＆明莉ちゃん	訪問看護ステーション那須	2017ボランティア活動に	S＆S	感謝	No.1575	東原M・K	さくら
かすみ草	草っぱ農園	No.12204	丸さん	Happines	ひたすら感謝です・H		現地活動お疲れ様でした



『お口ぽかん』

最近の子どもたちの咀嚼能力、いわゆる「噛む力」が年々低下しているようです。

子どもは3～4歳になると噛む力がついて、顎や顔の周りの筋肉が発達するので、口を閉じて鼻呼吸ができるようになります。しかし近年、「噛む力」が弱くお口の周りの筋肉もうまく発達できないせいで、いつも口が開いている「お口ぽかん」状態の子どもが増えているということです。

例えば、ろうそくの火を吹き消せない子や、ストローを上手に使えない子も増えていますが、これも「お口ぽかん」が原因と考えられます。上唇の動きが弱いせいで唇をすぼめることや、すぼめて息を長く吐いたり吸ったりすることができない子どもが増えているのです。

「お口ぽかん」状態の子どもには、次のような特徴があります。

1. 上唇が富士山型になっている
2. 食べる時に口を開いてクチャクチャと音を立てる
3. 唇の内側の粘膜が見えている

そのほか、「お口ぽかん」状態でもっとも心配されるのが、口呼吸になることです。

人間の正常な呼吸は鼻呼吸です。吸った空気が鼻を通ることで、鼻毛で細菌などの異物を取り除くことができます。また、冷たく乾燥した空気を

湿り気のある鼻の中であたためて、直接のどを刺激しないようになっていきます。しかし口呼吸では、口で吸った空気が異物を取り除いたりあたためられたりすることなく、そのまま口から入ってきます。その為、口の中や喉が乾燥し、唇のひび割れや歯肉の炎症、細菌やウイルスによる感染症などを引き起こしやすくなります。

また、お口の筋肉がうまく使えないと舌も正常な動きができなくなります。その結果、歯並びにも影響が出てくるのです。幼少期から気を付けることで早期に改善できる場合もあります。日常生活の中でお子さんの仕草を観察してみてください。そして気になる方はぜひご相談下さい。

『お口ぽかん』の例です。



「うちの子これ!!」「そい猫背!!」ってお母さん
タラいのではいいですか!?

(歯科衛生士 菊地 久美子)



急募! 物資が不足しています

来年の活動に向けて物資を集めています!

- ・タオル
 - ・バスタオル
 - ・固形石鹸
 - ・シャンプー、リンス
- (ホテル、旅館等にあるアメニティグッズ)



皆様のご協力が
必要です!!
宜しくお願いします



仁菜ちゃん&明ちゃん	Nika!!!	今日一日元気な歯	ボランティア活動ご無事をお祈りいたしております	らーら	麺屋たか	風	業
NIKA. II	歯は命	五竜登山記念	コンフォートブリッジにしてよかった	ツグ工房and.mi	頑張ってください 大森雪	じよじよ	

MANA	葉太郎と花	ご親切に感謝	チューリップ	小さな感謝の習慣	グリーンパール那須	頑張ろう日本!	Nasunocafe joynas
侑空 & 青空	祥吾	平成3年度黒磯高校3年3組	祝20周年いつもありがとうございます	Y・S	株式会社 アマガイ	笑顔	仲良し夫婦♡
(医)弘徳会	ひたすら日々感謝です	和多志	7957 & 8767	えりちゃん大好き!	トニーズC224	トニーズ224	那須拓陽高校陸上部



ハワフル衛生士のわ・歯・歯教室



『身体と水分』

今年は異常なほどの暑さが全国各地で観測されていて、沢山の方が熱中症で運ばれたというニュースを何度も見ました。そして残暑厳しい9月。皆さん、夏バテしていませんか？

人間の身体には沢山の水分が含まれています。水分量の違いは、新生児80%、成人女性55%、成人男性60%、高齢者は50%だといわれています。補給した水分は腸から吸収され、血液などの「体液」になつて全身をたえず循環しています。体液は私たちの生命に関わる様々な役割を果たしています。

身体に水分が失われることは口腔内にも関係のある事で、口臭、虫歯、歯周病にまで影響してしまうこともあります。歯周病菌に対する免疫力が落ちてしまい、歯周病が進行しやすくなります。また、普段は唾液の自浄作用で細菌の繁殖を抑えられていても、体内の水分不足で唾液の量も減少し、自浄作用が低下してしまいます。舌に付いた汚れは「舌苔」の上で繁殖し、硫化水素のような臭いを出します。口臭が唾液の分泌低下で起きている場合は、水分補給のほかに唾液腺を刺激する「唾液腺マッサージ」「ガムを噛む」ことも有効ですが、一番は舌も磨くことで予防になります。夏はいつも以上に口臭、虫歯、歯周病が悪化する危険性があります。この時期は水分補給と丁寧なホームケアをしっかり行いましょう。



(歯科衛生士 藤田 友希子)



歯っとして...Q!

「梅干しと唾液分泌」

さまざまな食品の中でも、梅干しは唾液を出させる効果の高い食品で、梅干しを食べ続けた時の唾液量はレモンの倍近くまでとも言われています。梅干しを食べた時のみならず、梅干しを見たり考えたりするだけでも唾液が出てくることはありませんか？これは唾液分泌が酸っぱい味で生じるだけでなく、過去に梅干しを食べた時に「酸っぱい」という味の体験が条件付けとなって唾液の分泌を促しているためです。

酸味の強い味は、腐った食べ物などのように私たちの体にとって「毒」となりうる危険なものが多いため、口に入れた際にすぐに唾液で洗い流すことができるようなしくみが備わっているそうです。それに加えて、酸味をいつまでも記憶することで体を守るための防御機能として備わっているものだと考えられています。

梅干しが他の食品と比べて唾液分泌量が多い理由として、2つの条件のもとで唾液の分泌が行われているためだと考えられます。

1つは**無刺激唾液**です。これは梅干しをただただ無意識的に出てくる唾液にあたります。実際に食べ

た時の「酸っぱい味」体験が条件として出てくるものです。

もう1つは、**刺激唾液**です。実際に梅干しを食べた時に、脳が食べ物に反応して出る唾液のことで、無刺激唾液とは違い消化酵素をはじめとするさまざまな酵素が含まれています。

また唾液の働きとして、**食べ物の味を感じやすくして、消化を助ける・口の中の清潔、健康を保つ・食べ物を飲み込みやすくする**などがあります。

さらに梅干しには、**自律神経への効果・疲労回復効果・肝臓や臓器への効果・ダイエット効果・美容や肌荒れへの効果・食欲増進効果**があります。特に暑い日が続くこの時期、疲れもたまりやすく食欲も低下しやすくなります。梅干しで残暑を乗り切りましょう。



(歯科衛生士 黒川 淳子)



に菜ちゃん&明ちゃん	Nika!!!	今日一日元気な歯	ボランティア活動ご無事をお祈りいたしております	らーら	麺屋たか	さよ子
みっちゃま717	カットハウス なみき	CIELO BLU	ウリウリ	No.899	フィリピンの子供達に笑顔を	つけ麺 竹風 No.6039

い～歯の学校

「骨粗しょう症と歯周病」

骨粗しょう症は特に女性に多い病気で、患者さんの80%以上が女性といわれています。

女性ホルモンの一種であるエストロゲンは、骨の新陳代謝に際して骨吸収をゆるやかにして骨からカルシウムが溶けだすのを抑制する働きがあります。

そのため、閉経期を迎えてエストロゲンの分泌が低下すると、急激に骨密度が低くなります。また、エストロゲンには、歯周組織の炎症を抑えてくれる作用もあります。閉経に伴いエストロゲンの分泌が低下すると骨粗しょう症に加え、歯周組織の炎症も進行しやすくなります。歯周組織の炎症が悪化すると、歯を支える骨が溶けて歯がぐらつくようになり、より一層その進行が加速されてしまい、歯を失うリスクも高まるのです。歯を失うと、咬む能力が低下して、食物の消化吸収力の低下を招きます。その結果、低栄養となり、骨粗しょう症を悪化させることがあります。

歯周病と骨粗鬆症は、一見関係のなさそうな病気ですが関連しているのです。そして骨粗しょう症の薬は歯科治療に影響します。『ビスフォスフォネート製

剤』は閉経後骨粗しょう症の第一選択となるお薬で、骨密度を増加させる・骨折リスクを低下させるなどの治療効果が報告されており、ほとんど副作用がなく高い治療効果の期待できる薬剤であると理解されています。しかし、骨を丈夫にする代わりに「新しい骨や歯ぐきなどを作る機能」を抑えてしまう働きもあります。骨粗鬆症にかかっている閉経後の女性を対象にした調査によると、歯周病治療を受けて歯周組織の状態が良い人は、骨密度の低下を抑え改善傾向にすることができると報告されています。

病気の予防の為にも定期的な検診と口腔内のクリーニングが大切です。

様々な病気と密接に
関係している**歯周病**。
口腔内のチェックはおまかせです。



(歯科衛生士 小柳 かおり)



「歯列不正」

歯列不正とは、簡単に言うと歯並びが悪い状態をさします。歯列不正の種類はどのようなものがあるのでしょうか。

「叢生」

日本人が最も多い歯列不正。いわゆる『ガタガタ』の歯並びです。平成28年歯科疾患実態調査によると26.4%が叢生であります。

「上顎前突」

上顎が前に出ている状態。いわゆる『出っ歯』。平成28年歯科疾患実態調査によると、下の前歯より上の前歯が6mm以上突出している人は6.5%ですが、4.5mm出ている割合にすると33.6%に達します。

「下顎前突」

下顎が前に出ている状態。いわゆる『受け口』。外見だけでなく、ひどいと滑舌の問題も見られます。平成28年歯科疾患実態調査によると1.8%の人が該当します。

「空隙歯列」

歯と歯に隙間が出ている状態。いわゆる『すきっ歯』。見た目の問題はありますが、清掃しやすいというメリットがあります。平成28年歯科疾患

きれいな歯並び123!



実態調査によると12歳から20歳の10.4%が空隙をもっています。

「交叉咬合」

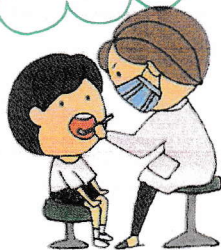
一方の歯が前で、もう一方の歯が後ろの状態です。噛み合わせに自由度がなくなり、顎の成長がしにくい他、歯列や顔貌に左右差がでやすくなります。

「開咬」

噛み合わせでもどこかが空いている状態です。前歯が空くことが多く、そこに舌が嵌まり込んでいることが多いです。普段口が空いている場合もあります。

歯列不正には色々な種類がありますが、そのどれもが自然には治りません。歯並びに不満がある場合は矯正治療を行うことで早めに対処しましょう。

「先生、こが
あ、たら
まず検診」



(歯科衛生士

北島 紗希)



超高齢社会に向けて

「お悩み相談室」

「熱中症」に「注意を」

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続くと予想されます。そこで注意したいのが熱中症です。人の平均体温は36.37度です。体温が上昇しすぎないように、汗をかくなどして自ら調節を行っています。

熱中症は、その体温調節がうまくできなくなつて体の中に熱が溜まつたために起こる状態をいいます。体内の水分や塩分(ナトリウム)のバランスが崩れて、筋肉のひきつけ症状や脳貧血などを起こします。重症になると死に至ることもあります。予防法や応急処置を知っていれば恐れることはありません。

熱中症を引き起こす条件は高温、多湿、強い日差しなどの外的環境と、体内の熱を発散できないような状態にある内的環境の2つです。

暑さ真つ盛りの7月中旬から8月中旬にかけて発症するケースが多いことは知られていますが、近年では温暖化による異常気象により9月に入っても熱中症により救急搬送される高齢者は多くいます。

例えば、炎天下の戸外での労働や運動。ゴルフ場や河川敷のグラウンドで行う草野球などでは、熱中症が起これやすいので注意が必要です。でも、それだけではありません。日常生活のなかでは、体温よりも低い25度の室内で熱中症にかかる場合もあるのです。特に暑さに鈍感になつ

ている上にあまり汗をかかない高齢者は、風通しが悪くて閉め切った部屋にいただけで気づかないうちに熱中症の症状が起きるケースも珍しくありません。

熱中症にかからないようにするには、まず熱中症を起こしやすい環境を避けることです。暑い場所に出る場合には、首や胸を締め付けないような風通しのいい衣類を着て、できるだけまめに休憩をとること。最も大事なものは、スポーツドリンクなどでまめに水分と塩分をとることです。のどが渇いてから飲むのではなく、少しずつ口の中を潤すだけでも違います。

熱帯夜に閉め切った部屋の中で寝ていると、知らないうちに脱水状態に見舞われてしまします。部屋の換気をよくする、寝室の戸を開けっ放しにする、寝る前にコップ1杯の水を飲むなどして、気をつけましょう。しかし、認知症の高齢者は、このように自ら予防をとることができない場合が多いのです。家族介護者は大変でしょうが、寝る前に寝室の温度調節と、「暑いから、水を飲んでから休みましょう。」などと言って水分補給を促しましょう。

(栃木県認知症)

介護指導者

庄司康善



h5v3v8@bma.biglobe.ne.jp ←介護のことでお悩みの方は、直接庄司さんまでお問い合わせ下さい。

今月のカレンダー

9月のお知らせ

9月 の予定	日	月	火	水	木	金	土
表示の見方						1	2
○…診療						○/○	○/○
休…休診	休	○/○	○/○	休	○/○	○/○	○/○
往…往診	10	11	12	13	14	15	16
講…講演	○/1	○/○	○・往	休	○/○	○/○	○/○
学…学会	17	18	19	20	21	22	23
勉…勉強会	休	休	○・往	休	○/○	○/○	休
○/1… 午前のみ	24	25	26	27	28	29	30
	○/1	○/○	○/○	休	○/○	○/○	○/休
<診療時間>			午 前 午 後 日曜のみ	9:00 ~ 13:00 14:30 ~ 19:00 13:00 まで		<往診日>火曜午後 <休診日>水曜日・祝祭日	

3日(日) 休診
17日(日)

18日(月) 祝日のため休診
23日(土)

19日(木) 勉強会のため休診

ご迷惑をおかけしますが、皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

新型コロナウイルスの終息を願って

キカンシャ・トーマス

防水工事のプロテック

せきぐち歯科にきた安心感

クミコ

楓と颯

Chaco's family

みんなの那須ポータルサイト

今年もお世話になりました

キウイ大好き人間

御縁に感謝

エステサロン プリティ

浜のカモメ

ハロアル新聞愛読者

Y・えはら

みっちゃん

さくら

愛

エヌ・DL

人見

東証歯研

三鈴堂

黒磯陸上クラブ

プリンセスの歯ロー♡フィリピン♡

「ストリートチルドレン」

院長先生がフィリピンのボランティアでマニラのストリートチルドレンを見たと言っていました。私も昔その場所に行ったときによく見ていました。

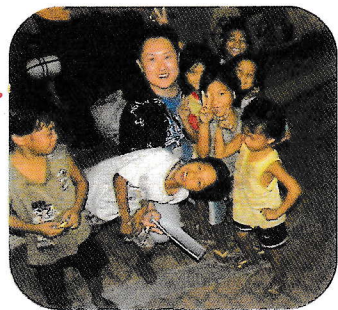
道路には本当にたくさんのストリートチルドレンがいます。5歳以上の若い子供達です。彼らはお金や食べ物を街の人や観光客に要求したり、キャンディーを売ったりしています。彼らの家族は自分の家を持たず、子供達は両親と一緒に道端で寝ています。

だから、先生のボランティアは私の国にとってとてもありがたく、今回のボランティアの写真でストリートチルドレンを見て昔を思い出しました。

私はフィリピンに子供がいますが、今の仕事があるので日本から自分の子供達をサポートできていることがとても幸運だと思っています。

そして、歯の治療ができないフィリピンの人の為に寄付をして下さっている患者さんに感謝しています。これはスラムの子供達にとって本当に大きな助けになっています！

2008年の活動で
出会ったストリートチルドレン



今年の活動で出会った
ストリートチルドレン
のゴミをあさっている姿...



(歯科助手 藤田 プリンセス)



有美子の健康



歯いっ！どーぞ！

「高カロリードリンク」

まだまだ暑さの続く9月。どうしても冷たい飲み物が飲みたいくなりますよね。もちろん汗をかくこの時期に水分補給は大切です。

ですが、私たちが普段飲んでいるものの中には、砂糖などが多く含まれた高カロリーなものもありました。のど越しが良いからと冷たい飲み物に頼ってしまうと、体重が増える原因となってしまうかもしれません。そこで今回は、改めて水分補給の大切さを振り返りつつ、見落としがちな「太りやすい飲み物」について説明します。

喉が渴いていると感じるときにはすでに脱水症状が始まっています。脱水状態は、汗をかきやすい夏は体から失われる水分が多くなり、その分を補ってあげなければ熱中症のリスクが高まってしまいます。熱中症を防ぐためには、脱水を起こす前に水分とミネラルを取り、糖分も一緒に取るのが大切です。砂糖や脂質の量が見えづらくなっている飲み物です。ラテ系の飲み物はチョコや生クリーム、シロップをたっぷり

ぷり使っているのが高カロリードリンクドリンクの代表格です。ドリンクというよりもスイーツと捉えた方がいいでしょう。お茶はお茶でも、ミルクティーは多量の砂糖や乳脂肪が含まれています。炭酸飲料は、ペットボトル1本で200g、300g、400g、500gのパッケージの成分表示は100mlあたりでカロリーが表示されているものが多いので注意が必要ですよ。



(歯科助手 渡邊 有美子)



院長手記

「息子の帰省」

八月。息子が大学から帰省してきた。

四月から私や家内と同じ大学に進み、寮生活にもあつという間に慣れ、日々勉強、運動そして遊びに青春の全てをつぎ込んでいる息子が久しぶりに帰ってきた。

私は帰省日の数週間前より、家内に「いつ帰ってくるんだ、何時に帰ってくるんだ」と何度も聞いていたが、その度に家内からは「どうせ帰ってくるんだから黙って待ってればいいじゃないの」と窘（たしな）められ続けていた。「どうせって……」

こういう時、母親はとても強い。私などは露骨に寂しさや嬉しさが態度にでるが、我が家の主は一向に態度に出ないのが不思議だ。

そして帰省の日。実は息子は大学で野球部とバスケットボール部に所属している。そして毎年夏休み中に全国の歯科大学生だけの大会が開かれていたため、今回はバスケットボール部の部員として茨城県まで大会に行っていた。私の時代からもあったが、この大会は一年間で一度、全国の歯科大学生が一堂に集まるとても大きな大会だった。当時私は剣道部に所属していたが、正直私の大学はとても強く団体戦などはいつも優勝を狙えるほどだった。

しかし近年学生も減り、また部活動などやらない生徒もいるらしく、多くの大学で伝統ある部でさえ廃部になっているという。そんな中帰省日は茨城県での大会で試合

後そのまま栃木に帰省する予定だったので家内と妹が試合を見に行きがてら迎えに行っていた。

仕事が終わる私は息子たちが帰ってくるため、急いで帰宅した。しかし、家の電気は真つ暗、待っているのは2匹の犬だけだった。仕方がない、まだ茨城からの帰る途中だろうと、リビングで犬たちと家族の帰りを待っていた。

すると、車が止まる音がし、犬たちも気づき吠え始め、いよいよ息子が帰ってきた。玄関が開き「ただいま」と聞きなれた声が出た。

たった4か月程度会わない息子を見た時、思わず声を失った。

「大人になっている……」

どこがどう変わったかという説明が難しいが、確実に高校生の時と顔つきが変わった。

「おい、なんか痩せたな？ちゃんと飯食ってるのか？」息子はいつもどおり

「うん」

「夕食とかどうしてるんだ」

「寮で自炊するときもあるよ」

「自炊？お前が？何を作ってるんだ？」

「ごはん炊いて、納豆食ってる」

私は笑いながら、まあこんなものだろう

と思いつつ、今日から10日間、息子が我が家にいる楽しみを喜んだ。

しかし、不思議なものだ。あれほど楽しみにしていた息子の帰省だったが、次の日

ぐらいいになると冷静になるのか、そこいて当たり前だったからなのか、全くいつもと同じ気持ちだった。ただ、大学から夏季休業中の課題が山のように出ているらしく、珍しく机に向かう我が子を見て、少しずつ雰囲気が変わる姿を少し誇らしく思った。

私は息子や娘の夏休み中、特に何をするわけではなかったが、息子が大学に戻る8月15日の前日に私の仲間等も集まり庭でBBQをやり、私が釣った鮎を焼いてやった。

仲間たちも成長した息子に久しぶりに会い嬉しそうだったが、時間が経つにつれ酒の量も益々増し、呂律の回らぬ50歳の男たちを息子が冷静に見ているのがなんとも滑稽だった。

その日の夜、大学に戻るため荷造りをしている息子と久しぶりに話した。

どこの家庭も同じだろうが、毎日健康に生活して欲しい事、勉強、運動に頑張ること、そして最近では大学生の薬物問題が世間を賑わせているが、「君子危うきに近寄らず」決してそのような馬鹿な真似はしないこと、良き友と青春を謳歌すること……

私があればこれや言うのを息子はただ「うん、うん」と言うばかりで、終いには家内に「そんな事言わなくてもわかってるわよ」と再び窘められた。

大学に戻る日。天気予報は雨、そしてお盆を直撃したあの台風の時だった。幸い何とかかなりそうであったが、那須塩原駅に家内と見送りに行った。

道中、私は息子に言った。

「今日8月15日は当然何の日か知っているだろう。78年前、お前と同じような若者がペンではなく銃を持ち戦争によって多くの尊い命が犠牲になった。勉強できること、今を幸せに生きられることに感謝しながら頑張れよ。」

息子は再び「うん」と言うだけで、家内は一言「また始まった…」と呆れていた。

新幹線のホームまで見送った。車内は既に満席に近く大勢の利用者でいっぱいだった。

息子が電車に乗るとき私はもう一度言った。「たまには電話しろよ」息子は「うん」と言いながら握手を求めてきた。私は息子の手を握りながら「頑張れ」と言おうとしたとき、発車のアナウンスがなった。

窓際に座る息子をホームから見ながら手を振ると、隣に大きな外国人の方が座り息子の姿が見えなくなった。

けたたましいベルが鳴り息子を乗せた列車が動きだそうとしたとき、偶然にも雨が止み、夏の夕日が列車の影をひときわ長くさせる。

私が誰もいなくなり静まり返ったホームでいつまでも列車の後を見ていると、家内がまた一言「ほら早く帰るよ」

本当に母親は強い…。



2024年度 ハローアルソン・フィリピン医療ボランティア 参加高校生募集中!!

日時:2024年2月7日(水)~10日(土)

場所:フィリピン共和国首都マニラ近郊スラム

費用:190,000円

募集資格

- ①保護者と学校の認める学生(学校長の許可を得た学生)
- ②高校1・2年生、進路の確定している3年生
- ③各支部において規定された研修を受けることができる学生
- ④将来もハローアルソン・フィリピン医療ボランティアに協力できる学生
- ⑤帰国後に3月末に開催される活動報告会に参加し、発表できる学生

※切は9月13日(水)



✧ 私達と一緒に、フィリピンでボランティアをしよう ✧

壁新聞ができました☆

6月7日~10日、3年ぶりの現地活動中の様子を当院に来て下さった全ての皆様へお届けします!

私達の ✧ 団体の力作 ✧ ぜひ、お立ちになってご覧下さい♡

スタッフ同

スタッフの子ども達もお手伝い!



全員で床にへばりついて製作しています!