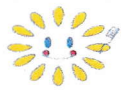




2024ボランティア活動
ありがとうございます

今年も1年ハロル
新聞を宜しく願っています



せきぐち歯科 NEW ハロアル新聞

受付だより

明けましておめでとございます

新春のお慶びを申し上げます。この一年がみなさんと
とって良い年になりますようお祈り申し上げます。
年が改まり気持ちも新たにこの一年を想い描き目標に
向かい前向きな気持ちの昂ぶりは多くの方々には芽生える
のではないのでしょうか。特にコロナ禍で制限されていた
様々なことがコロナ前の水準に戻ってきました。喜ばし
い事ですが、新型コロナウイルスの感染は続いておりま
す。基本的感染症対策と共にこの一年も健やかに過ごせ
るよう取り組んで参りましょう。
私たちが継続している「ハローアルソン・フィリピン
医療ボランティア活動」は来たる2月に現地活動を行
います。コロナ禍での延期を余儀なくされ、
る昨年6月の現地活動を受け本格始動となります。みな
さんにはコロナ禍にも係らず、募金や支援物資のご協
力を続けて頂き、本当に有難うございます。今回も沢山の
支援物資を届けることが出来ます。どうぞこれからも引
き続きご協力をお願い致します。
健やかな心身を保つために質の良い食事が大切です。
なんでも食べることが出来る歯を維持するために虫歯・
歯周病の予防は欠かせません。毎日のハミガキは当院で
おススメするハブラシ「プロスペック・コンパクトスリ
ム」をお選びください。一生自分の歯で食べるために定
期的な歯科検診も続けて下さい。
スタッフ一同、今年もみなさんの歯の健康を守るお手
伝いに努めて参ります。

(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、インシャルなど、
どんな名称でもかまいません。30000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願っています。

受付 歯ツピースマイル

「唾液腺マッサージ」

皆さんは、唾液がお口の中の健
康を保つ働きがある事をご存知
ですか？

唾液には、食べ物の消化を助け
たり、味を感じやすくしたりす
る働きがあります。それだけで
なく、口の中の汚れを洗い流すこ
とや細菌の繁殖を抑えること、む
し歯を防ぐ効果などを持ってい
ます。

では唾液の分泌を促す唾液腺
マッサージをやってみましょう！

1. 耳下腺マッサージ
上の奥歯辺りに4本の指を当て
て、円を描くように10回ほどく
るくると優しくマッサージします。

2. 顎下腺マッサージ
親指で耳の下から顎の下まで、3
〜4か所順に押ししていきます。



各ポイントをゆっくり5回くらい
ずつ押しましょう。

3. 舌下腺マッサージ
両手の親指を揃えて当て、顎先
の骨の内側から10回ほど上方
向にゆっくり押し上げます。喉を
押さないように気を付けましょ
う。



唾液腺マッサージを行うタイミ
ングは、食事前が良いと言われて
います。唾液の分泌が促進され、
食事のための準備が整ったお口に
なり、食べ物を飲み込みやすく
するからです。

3つの唾液腺マッサージを行う
ことにより、お口の内側にある複
数ある唾液腺を刺激し、唾液を
出しやすくします。歯の再石灰
化を起しやすくしたり、乾燥
気味だった粘膜や舌などの口腔
ケアができたりなど様々な効果
があります。お口の中の健康を
保ちましょう。

(受付 大森 七海)



力溢れる辰年!



パワー!!! 私達の信念



昨年から、患者様の治療に直接関わる仕事が増え、色々な「気付き」が出来た1年でした。今年も1日1日を大切に「日々勉強」、少しでも患者様に寄り添える助手でありたいと思います。

プライベートでは、昨年末に約2年ぶりに風邪をこじらせてしまったので、健康第一に!そして、筋力をつける為に、まずは「柔軟(ストレッチ)」を毎日継続します!

ボランティア活動としては、目標としていた「物資」を昨年はあまり集められなかったので、家族にも声をかけ、不足しがちな物資⇒タオル・固形石けんを集めていきます!

(歯科助手 渡邊 有美子)



年々体のあちこちに痛みを感じている日々。昨年に引き続き今年も健康第一で頑張ります。そして、「患者さんと元気に楽しくお話しをしながら仕事をしたい!」これは私のモチベーションアップと患者さんの為に続けたいです。ボランティア物質の毎月歯ブラシ10本、1年で120本寄付。今年はタオルも加え、60枚を目標に継続します。

(歯科衛生士 藤田 友希子)



私の今年の目標は2月に現地活動に参加することが決まったので、通訳として精一杯頑張りたいです。そのためにはもっと日本語が上手に話せるように頑張ります。

あと、私はパソコンが全くできません。今年はパソコンを入力したり、使えるように頑張ります。

(歯科助手 藤田 プリンセス)



歯や歯肉などの口腔内の健康は、「自分の歯でおいしく食べる」、「楽しく会話する」など、健康で生き生きとした生活を送るための基本となります。今年もそのお口の健康を改善し維持するお手伝いをさせていただきます。一人でも多くの患者さんが笑顔になれますように☆

ボランティア活動においては、皆さんに物資のご協力をお願いするとともに、私自身も特に不足しているタオルの協力をしていきます。

プライベートでは、毎日の充実と元気である為にも今年も推し活に全力を注いでまいります

(歯科衛生士 黒川 淳子)



仕事では、去年より自分でできることや知識を増やし、もっと自ら行動できるようにします。そして、笑顔をお客さまに欠かさずにご覧いただきたく思います。

ボランティアでは、フィリピンの人々のために募金をしたり、物資を持ってきたりします。それだけでなく、物資の呼びかけも行います。

プライベートでは、休みの日に妹の塾などの送り迎えや野菜の袋詰めの手伝いをし、少しでも家族の負担を減らし、支えていきたいと思っています。

(受付 大森 七海)



昨年は新しい矯正治療を取り入れ、主にその担当をさせて頂くようになりましたが、今年さらには私自身も勉強し、患者さんと共に楽しく治療に取り組めるようにしたいと思います。

また、子供も大きくなり「お母さん業のお休み日」を許可されました(笑)ので、「推し活」を楽しみたいと思っています。

ボランティア活動も今年から本格的に再始動しますので、お留守番隊として活動準備や報告の壁新聞作りなど、現地に参加できない分、積極的に取り組みたいと思います。

(歯科衛生士 小柳 かおり)



と気合いで乗り切るしかない年齢の の抱負です



仕事に対峙するためには体力勝負。健康管理に努め、良く食べ良く休み一年間息災に過ごせるよう、そして様々なお声に応えられるよう自己研さんにも努めます。

今年は2月にボランティアの現地活動が行われます。ご協力をお願いの声掛けと、自身の募金とタオル・歯ブラシ・石けんの支援に努めます。

趣味の園芸が高じ増えたしまった植物たち。お手入れの時期を逸して悪い見た目を今年こそは剪定やら植え替えやらきちんと整えてあげたいと思う年の始まり。

(受付 菊地 正子)



「予防に勝る治療はなし」という事で、歯を守る為が一番大切な歯肉磨きをしっかり皆さんにお伝えし、歯周ポケット内のプラークは私が責任を持って除去します。そして毎月1,000円のフィリピン医療ボランティアへの募金を引き続き行いたいと思います。

プライベートでは、週2回の「休肝日」を絶対に作るよう心掛けます!!

(歯科衛生士 菊地 久美子)



今年から仕事復帰するので、育児、家事も忙しくなるとは思いますが無理せず頑張ります。ボランティアでは、たくさんの人にも知ってもらえるように物資と募金の協力の声かけをしていきたいです。

(歯科助手 堀切 まゆみ)



今年はボランティア活動への参加を《長男の受験の為》泣く泣く見送りました(涙)陰ながら、高校生や現地組のサポートや日本でできる仕事を全力でやりきります!!

毎年「ダイエット」を目標に抱えてきましたが…なんてたって動かない。美味しいもの食べたい!(笑)痩せるわけない!!

もうこれ以上太らないように

「現状維持」が目標です。

※ちなみに現状維持が一番難しいと重々承知しております。

(歯科助手 人見 理紗)



2023年の目標は週に一回の運動でしたが、達成できず…万年運動不足の私には週に一度でもハードルが高かったかもしれません…ので少しハードルを下げてストレッチを継続して行くことを目標にしたいと思います。ここ数年悩まされてる肩こり改善の為にも頑張りたいと思います。そして同じ理由で診療中の姿勢…どうしても気付いたら猫背になってしまっているのので背筋を伸ばして肩こり改善!

そして2月にはフィリピン現地活動があります。今回は高校生も参加し、ようやく以前と同じように活動が行われます。そして今回は医療奉仕活動が3日間。しっかり体力をつけて臨みたいと思います。

(歯科衛生士 北島 紗希)



今年こそは、いい伴侶を見つけないと思いません。(笑)

そして今年は一ヶ月に1万円を貯めて12月にハロアルに寄付したいと思いません。

(栃木県認知症介護指導者 庄司康善)



歯として...Q!

「入れ歯安定剤 必要?」

先日私の母が来院し、部分入れ歯を装着しました。帰り際に「入れ歯って、安定剤使うんでしょ?お父さんも使ってるし。」と言われました。入れ歯をセット後の患者さんからも、「安定剤を使った方がいいよね?」といった質問が多くあります。

入れ歯安定剤は入れ歯の方には必須なものなのでしょうか?実は、入れ歯安定剤は本来不要なものなのです。入れ歯が安定しない方は外れやすく、痛みがあつて噛めない等の症状が出やすいです。「この状態では入れ歯安定剤に頼ることになりやすいです。そして、フィットしていない状態を入れ歯安定剤で無理やり適合させることは、顎の骨の状態が悪化することになりかねません。安定剤を使わないと調子の悪い入れ歯は、調整が必要です。自己判断で長期的に使用を続けると問題があります。

※ちなみに、入れ歯安定剤の使用説明書には、一時的に使用するのはOKだが原則的には定期的な歯科を受診すること、と記載されております。

それから、入れ歯安定剤を使用した入れ歯の清掃を怠ると、バイ菌の繁殖を助けてしまいます。特にカンジダ菌は入れ歯に付着して繁殖しやすいです。普通にしているカンジダ菌などが付着しやすいのに、入れ歯安定剤が残っていればもつと菌の繁殖につながりやすくなります。カンジダ菌をほつたらかしにすると、歯肉の炎症や顎の骨を溶かすことになりやすくなります。また免疫力が弱まり、さらにカンジダ菌が繁殖すれば、誤嚥性肺炎のリスクも高まるので注意が必要です。

フィットしなければ、どうしても入れ歯安定剤の効力に頼りたくありませんが、調子の悪い時は必ず調整をしに来院して下さい。安定剤に頼らず快適に使えるようにして、美味しく食事を頂けるようにしましょう。



(歯科衛生士 小柳 かおり)



『歯と寿命』

年齢を表す「齢」という字は「年齒」とも書き、「よわい」とも読みます。「数珠つなぎにならぶ年月」という意味があります。「年齒(としは)」は年齢のほどということで、年齢の若い場合に言うことが多いようです。また、年齒月(としはづき)という、陰暦正月の異称でもありました。「齢」には長寿への願望が込められていて、歯の無くなる頃に寿命が尽きるという、あきらめにも似た思いがあつたのです。

『論語』に「没齒(ぼつし)」という言葉がありますが、これは(生命が終わる)(寿命が尽きる)という意味を表しています。昔から人々の最大にして究極の関心事は、健康と長寿につきるといっても過言ではありませんでした。そして、「歯」と「長寿」とを結びつけて、歯は長寿の条件とみなす考え方があつたのです。

古代ギリシャのヒポクラテスは「長寿者はたくさんの歯を持つ、すなわち、健康者は歯が丈夫で老年になるまで保存される」と説いています。滝沢馬琴も『玄同放言』の「草木身体同訓考」に「老年になっても歯がしっかりしている人は長生きできる。それで歯

を与波比という。わが国のならわしで初春に大きな餅(鏡餅)を固めて、松柏の類とともに飾って延年を祝い、しかる後これを食べる。名付けて歯固めという」と記しています。このように長寿を祈る行事に「歯固め」というのがあります。

現代においては、まだ歯も生えていない赤ちゃんが噛んだり、しゃぶったりして歯肉を固める玩具そのものを「歯固め」と言いますが、赤ちゃんが健やかに育ち、長寿をまっとうできるようにと、親心をこめて与えたと言われてしています。いつまでも元気で、食事も美味しく楽しめるように口腔内を健康に保ちましょう。



(歯科衛生士 黒川 淳子)

晴にくん & 明莉ちゃん 2024ボランティア活動ありがとうございます

訪問歯科診療に関するお知らせ

当院が開業してはや21年になります。院長をはじめスタッフもとてもいい年齢になってきました。

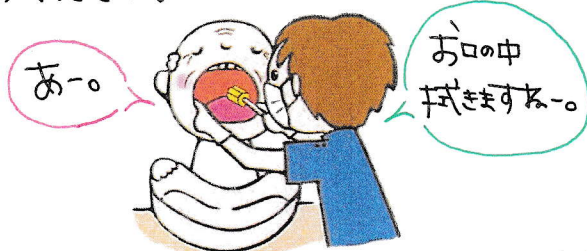
開業当初からの患者さんも共に年を重ねてきて、高齢になられた方が多くいらっしゃいます。時々「いつまで来られるかな」「来られなくなったらどうしたらいい？」と言った声を耳にすることがあります。そんな通院困難な患者さんに対し、当院では「訪問歯科診療」を行っています。

訪問歯科は歯科医師や歯科衛生士が、お身体に障害を持っている方や、一人で歯科医院へ通院するのが困難な方のために、ご自宅や施設にお伺いして行う歯科治療や口腔ケア

です。

この度、多くの患者さんのご要望により、新体制として副院長が往診を担当することになりました。

火曜日の午後以外も訪問可能になりました。日時等は要相談になりますので、ご希望される方やご家族の方はお気軽にスタッフまでお声掛けください。



「小帯」

みなさんは小帯という言葉聞いたことはありますか？小帯と呼ばれる筋状の粘膜は唇、頬、舌の周囲にあり、それぞれ上唇小帯、下唇小帯、頬小帯、舌小帯といいます。これは誰にでもあるものですが、その位置関係や筋のかたさなどが個人で異なります。帯の位置やかたさ、太さなどによっては日常生活に支障をきたす可能性があります。

①上唇小帯が関係すること

上唇小帯が上の前歯付近まで伸びてしまっていると、歯並びに悪影響を及ぼすことがあります。前歯と前歯の間に入り込むように筋張ってしまっていると、永久歯に生え変わっても前歯の隙間がなくなり、すきっ歯になってしまう可能性があります。成長過程で小帯の位置が変化することもあります。歯並びに影響すると考えられる場合は、この小帯を切除することもあります。

②頬小帯が関係すること

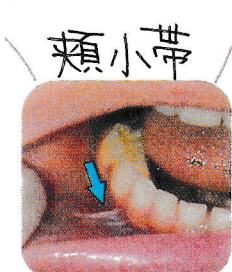
まれに義歯を作る際に頬小帯が邪魔をしてしまい、上手く義歯が入らない場合があります。

③舌小帯が関係すること

舌の下側についている筋ですが、この筋が短す

ぎてしまうと突っ張ってしまい舌を前に伸ばすことができなくなってしまいます。舌を前に伸ばしたときに、ハート型になってしまう場合はこれを疑ってください。また、舌が上手に動かせないために滑舌が悪くなり舌つ足らなくなってしまう可能性があります。こちらも、異常がある場合には筋を切る必要があります。

歯科検診等でチェックされることもあります。気になる場合は診せて下さい！



様々な小帯が大切な役割を担っています

(歯科衛生士 北島 紗希)



超高齢社会に向けて

「お悩み相談室」

「お費銭はいつまで」

私が現在勤務しているグループホームでは、毎年1月上旬に初詣に外出しています。お年寄りの希望を聞いて、黒磯神社か金乗院に行っています。

昨年、女性入居者Aさんと一緒にお参りに行った時の話ですが、お費銭箱の前で、預かっている彼女の財布から5円を取り出し手渡すと、

「5円じゃ、少なすぎるわー。5円じゃ、御利益がないでしょー。」というのです。そこで、500円を取り出し再度手渡すと、「これでも少ないというのです。それではいくら必要なのか彼女に聞いてみると、「最低10000円じゃ

しよー。」というのです。皆さんは、初詣にいっくらお費銭していますか？私は、5円〜1000円でしたので、この額には正直びっくりしました。お金持ちの高齢者なら、まだ分かるのですが、彼女は国民年金のみの受給者であり、決して裕福ではないのです。

彼女は認知症高齢者であり、判断能力が低下しているのかもしれないし、後で家族から苦情があったらいやなので、私はその場で家族に電話し、お費銭を1000円も出してよといのか確認しました。すると、家族は少し笑いながら話したのです。

「母は昔からそつでした。お金に困っていても、初詣のお費銭はお札でした。私は子供ながらに、そのお金でクリスマスマスのプレゼントを買ってよ。」と思っていました。厳しかった母にはいえ

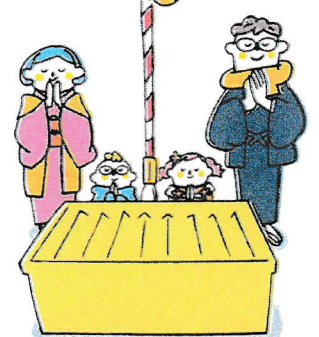
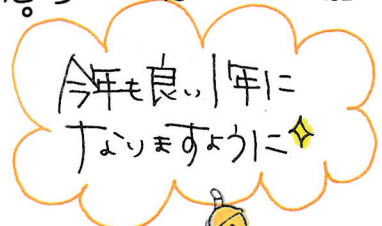
ませんでした。認知症になっても、そういうところは変わんないんですね。いいですよ。10000円お費銭して下さい。」

その後、彼女に10000円を手渡し、本人も納得の上お参りを済ませました。

私は、どんなお願いしたのが気になつてしまい、さりげなく尋ねてみると「私はいつも、来年もお参りできますように。いつもそれだけ。」というました。

彼女の願い事は、これまでに一度も裏切られることなく、御利益があったのです。今年から私も彼女のように、実現可能なあたりまえな事が幸せと思える願い事をするべきなのだなと思えました。

今年も彼女に、冗談で1万円手渡そうと考えています。どういふ反応が返ってくるか楽しみです。



(栃木県認知症 介護指導者 庄司康善)

syoji.y.77ka@outlook.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

1月のお知らせ

1月の予定	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
		休	休	休	〇/〇	〇/〇	〇/〇
表示の見方	7	8	9	10	11	12	13
〇…診療	休	休	〇/〇	休	〇/〇	〇/〇	〇・往
休…休診	14	15	16	17	18	19	20
往…往診	〇/1	〇/〇	〇・往	休	〇/〇	〇/〇	〇/〇
講…講演	21	22	23	24	25	26	27
学…学会	休	〇/〇	〇/〇	休	〇/〇	〇/〇	〇・往
勉…勉強会	28	29	30	31			
〇/1…午前のみ	〇/1	〇/〇	〇・往	休			
<診療時間>			午前 9:00 ~ 13:00 午後 14:30 ~ 19:00 日曜のみ 13:00 まで			<往診日>火曜午後 <休診日>水曜日・祝祭日	

7日(日)・21日(日) 休診
13日(土)・27日(土) 午後休診
16日(水)・30日(水) 往診のため午後休診

皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願い致します。

い～歯の学校

「歯の硬さ」

歯は体の組織の中で最も硬く、鉄よりも硬いと言われていいます。食べ物を噛み砕いている歯には、いつも大きな力がかかっています。しかし、硬いからといって強いわけではありません。歯磨きをしないで汚れがついたままにしていれば、歯周病や虫歯になってしまいます。

物の硬さを表す「モース硬度」という指標をご存知でしょうか。10段階で表され、数字が大きいほど硬いことを意味します。歯はエナメル質、象牙質、セメント質で構成されていて、最も硬いのが表面のエナメル質になります。モース硬度7に相当し、象牙質はモース硬度5.5、体の骨はモース硬度4に相当します。

では、どうして虫歯で歯に穴が開くのでしょうか。それは「歯は酸に弱い」からです。虫歯菌は歯垢に含まれる糖分と結合すると酸を作り出し、その酸がエナメル質を溶かして虫歯を作るのです。その際、歯を削るために使用されているのがダイヤモンドです。空気の中で高速回転させる切削器具の先端にダイヤモンドの粉末を付けたもので歯を

削ります。

歯は硬いとはいえ、もろい一面もあります。歯垢を溜めずに綺麗な歯を維持していく為、毎日の歯磨きをしっかり続けましょう。



(歯科衛生士 藤田 友希子)



「MYOBRACE」
 ～マイオブレース～

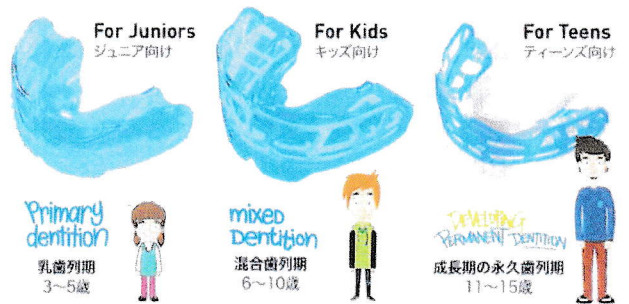
子育て歯っぴりスマイル☆

マイオブレースとは、約30年以上前にオーストラリアで開発された治療法で、マウスピース型筋機能矯正装置を使い、悪い姿勢、口呼吸や舌癖、誤った飲み込み癖などをきちんと正し、成長する力を使って自然な歯並びを整えていく治療方法です。

ワイヤー矯正治療後ある一定の保定期間が過ぎると、歯は後戻りしようと再び歯並びが乱れる場合があります。その乱れる原因となるのが、誤ったお口の周りの筋肉の使い方なのです。この筋肉にアプローチしてトレーニングをしながら間接的に歯並びを作っていく矯正治療の方法がマイオブレースです。早期に悪い歯並びの根本的な原因に働きかけることを目的としています。

その方法は毎日お家で「あいラベ体操」というお口周りの筋トレを行い、正しい姿勢や正しい鼻呼吸などのアクティビティを1日2回行うことでマウスピースを日中60分と寝るときに装着するという誰でも簡単にできる治療方法です。真面目にしっかり行えば必ず治る治療方法ですがこれにはお子

さんの治したいというやる気と親御さんのご協力が必要不可欠です。
 ご家族で楽しくアクティビティを行いきれいな歯並びを作りませんか？当院でも2、3か月程前から新たに取組んでいます。気になる方はぜひご相談下さい。



それぞれの子に合った固さや大きさでマウスピースを決めます😊

(歯科衛生士 菊地 久美子)



有美子の健康🍎歯いっ！どーぞー！

「七草がゆ」

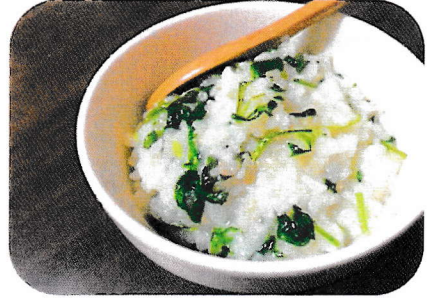
2024年、皆さんの今年の「抱負」はありますか？当院スタッフは全員、年始めの1月号にて「今年の抱負」を載せています。私が毎年掲げるものは、やはり「健康」です。年を重ねれば重ねるほど「健康」より大事なものはないと痛感します。自身そして家族の健康こそが1年間を通しての抱負です。それはきつと皆さんも同じではないでしょうか。

さて、年末年始は生活のリズムが狂いがちな方も多かったのではないのでしょうか。飲酒の機会も増え、お正月の豪華な食事で胃腸に負担がかかった状態です。そんな弱った胃腸には、1月7日に食べると良いと言われている「七草がゆ」があります。(①セリ②ナズナ③ゴギョウウ④ハコベラ⑤ホトケノザ⑥スズナ⑦スズヒコ)

早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うと言われていて、効能は様々です。造血作用(セリ)、解熱利尿作用(ナズナ)、タンパク質ミネラルが豊富なハコベラ、消化促進(スズナスズヒコ)等。もちろんいずれもみずみずしい緑の草ですからビタミンもたっぷり含まれています。

「今年も家族みんなが元気で暮らせますように」と願いながら頂くその気持ちには今も昔も変わりはありませんね。皆さんに少しでも「健康」を意識して頂けるような「ナー」にしたいと思っておりますので、今年も引き続きよろしくお願いたします。

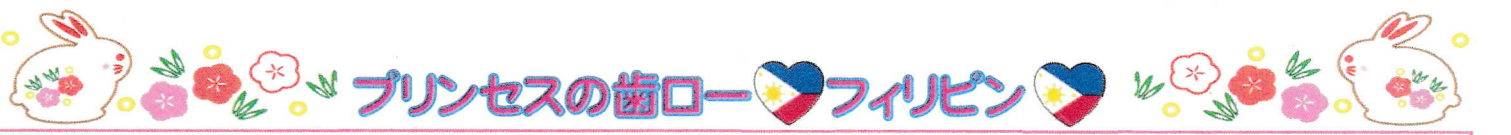
今年の健康は「七草がゆ」から🌟



(歯科助手 渡邊 有美子)



健康第一で
今年も元気に
過ごしましょう!!!



「Thank You Year2023」

今年は私生活でも、仕事でも沢山の思い出や経験ができ、幸せな一年でした。

そして、私は自分自身の経験の中で決して忘れることのできない事がありました。それは12月の長野での勉強会で発表をしたことです。私はフィリピン人ですから、たくさんの人の前で日本語を話すことは皆にちゃんと伝わるかどうか、とても怖かったです。しかし、発表が終わるとたくさんの人達が褒めてくれたことがとても嬉しかったです。仕事の面では毎日たくさんの事を学んでいます、今年ももっとたくさんの事を学べることを楽しみにしています。

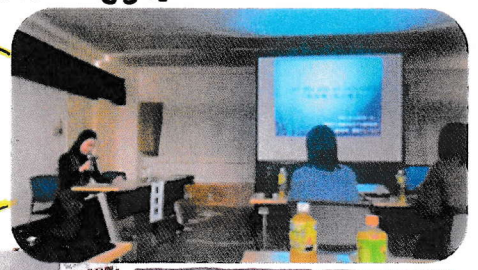
2月にはフィリピンでのボランティアがあります。仕事で学んだことを全て活かせるように頑張りたいです。いつも思うのですが、日本からボランティアに行く人の気持ちはどんな感じなのでしょう。ボランティアは本当に素晴らしいことですし、今年もきっと無事成功すると思います。

そして今年一年間、物資や募金の寄付をして下さった全ての患者さんに心より感謝します。

私が現地活動で話をする全てのフィリピン人に皆さんから頂いたものであるという事を必ず伝えたいと思います。

2023年に感謝し、2024年を歓迎します！！
 みんなで幸せになれるといいですね！
 [みんなさんかんぱい..🙏!!]

長野での発表の様子
と、お堂といたす👉



毎日の仕事の様子
仕事が楽しい📄と話す
セシ=キョ📄



(歯科助手 藤田 プリンセス)

ボランティア インフォメーション

歯とふるストーリー♡

埼玉県 松崎様



私達の医院には全国各地から、毎日のように郵送や宅急便などで、物資が届いております。今月も、皆様から頂いた物資についてご紹介したいと思います。

今回2度目の物資を送って下さった松崎さん。



鳥山高校の生徒さん
鳥山社会福祉協議会

約1時間かけて、たくさん
の物資を届けて下さ
りました♡物資の山!!!

以前からハロウィの活動にご協力しており、ホームページで栃木支部を知り、送って下さっています。私達の活動が、もっとたくさんの方に知っていただけるよう今年も頑張っています。

遠所、本当にありがとうございます😊



那須塩原市
社会福祉協議会

たくさん段ボールの中には
ハラジセタオルが

現在、来年の活動で使用
する物資を梱包している
所ですが、タオルが大変
不足しております。
皆様からのご協力を
お待ちしております...



いつもたくさんのご協力をして下さっていて、とても感謝しております。今年も引き続き温かいご支援を、宜しくお願い致します。ありがとうございます。

院長手記
「新年に向けて」
二〇二四年 新年明けましておめでとうございませう。今年もどうぞよろしくお願ひします。

皆さん。新しい年が始まりました。今年も皆さんにとって素晴らしい年になるといいですね。

当院は今年も皆さんのお口の健康のために、そして楽しい毎日の食生活のためにスタッフ一同全力で取り組んで参ります。

当院では「できるだけ歯を抜かない治療」「歯は命の源」を治療理念に掲げています。「歯」は人間にとって毎日を楽しく健康的に生活をするために必要不可欠な大切な臓器「歯臓」です。また、歯の喪失は「食べる」という生命の根幹的本能の低下だけではなく、消化器官への影響、栄養摂取能力の低下、免疫などにも影響します。そして、特に臼歯部（奥歯）は脳と密接な関係があり、奥歯を失うと大脳内にある記憶や学習を司る器官「海馬錐体神経」に大きく影響し、それにより「認知症」の発症や進行も見られることが医学的にも証明されています。つまり、「歯」は単に「噛む」というだけではなく、大きく生命活動の「入口」として大変重要な役割を担っているということなのです。

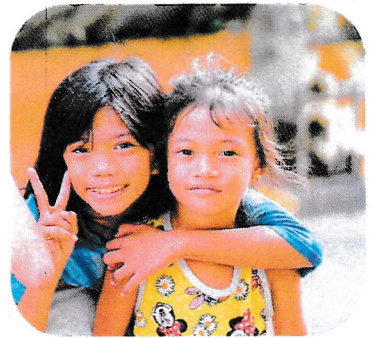
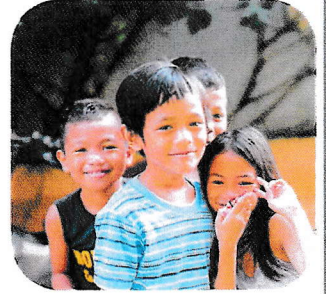
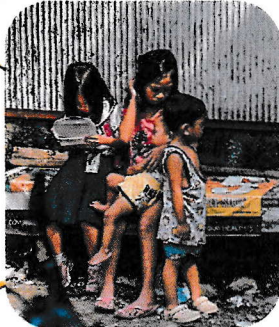
私たちは皆さんの現在の、お口の健康だけではなく、10年、20年、30年と、一生自分の歯で食事をして頂けるような治療計画を立て、どんな病院でも「抜歯」と言われてしまった歯でもあらゆる可能性を考え、誠心誠意これからの治療させて頂きたいと思ひます。どうぞ、皆さん、今年も私たちと一緒に頑張つて治していきましょうね。

さて、今年はいよいよ2月7日から第18回目のハロアル・フィリピン医療ボランティア現地活動が行われます。今年には全国から101名、内、中高生が37名参加をしてくれれます。2020年の活動を最後にコロナのために3年間延期となっていた活動がようやく全ての規制を排除して開催されます。

前記したとおり、歯は人間にとって大切な臓器です。しかし、私たちが支援をしているフィリピンのスラムでは貧困のためたった1本の歯ブラシさえも買うことができず、痛みがあればこめかみをさすり、痛みが引くように神様に祈るだけの人達が沢山います。子供たちは学校に行くこともできず、幼くして家計を助けるために路上に立ち、物乞いをし、ゴミを拾いながら生きています。また、コロナによりさらに富める者、貧する者の差が大きくなり、今首都マニラ市内では以前にもまして多くの子供たちがストリートチルドレンとして路上生活を余儀なくされています。

子供たちのお口の中は悲惨そのものです。病院に行くことも、歯ブラシを購入することもできません。

路上で生活をしていく子供達



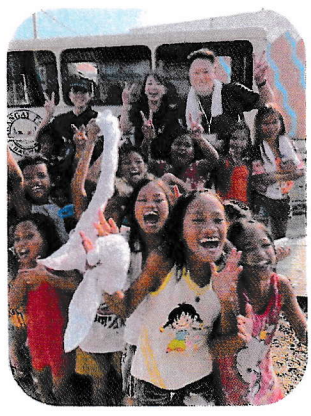
そんな彼らへの治療は日本のように継続的治療ができないため、痛みがある歯は、すべて抜歯となってしまうます。なぜなら慢性的栄養不良の子供たちはたった1本の虫歯の菌が全身に影響を及ぼし、感染症が悪化し死んでしまう子も少なくありません。そのため、痛みのある歯、感染をしている歯は抜かなければならないのです。現地活動中、会場に響き渡る子供たちの泣き声は本当に心が痛みます。



私は日本で皆さんに「歯は決して抜いてはいけない」とお伝えしながら、フィリピンでは力及ばず未来ある子供たちの歯を数百、数千と抜いてきました。恐らくこれからも続くかもしれませぬ。私たちの活動に多くの賛否が寄せられるのも事実です。しかし、私は19年間会場で子供たちの涙、

そして「貧困」という私たち人間が自ら作り上げた「不条理」を見続け、ひとりまた一人歯を抜きながら自分の無力さを感じてきました。だからこそすべてが満たされる日本での治療において、数ある歯科医院の中で私を頼ってくださる皆さんの大切な歯だけはとことん残し、誰よりも寄り添っていきたく思うようになりました。そして、私たちの活動を何年も待ち続け突然来た異国の先生に恐怖を感じながらも身をゆだねてくれるフィリピンのスラムの人達のためにひとりの人間として人生を懸けて頑張ろうと決意しました。

子どもとスラムの共通語は「笑顔」



今年も皆さんに沢山のご協力をお願いしなければなりません。しかし、1本の歯ブラシ1枚のタオルが全てを変えることはできなくても、「何か」は変わるはず。世界にたった10%と言われる物質的に恵まれた国に偶然にも生まれた私たちが、ゴミを拾い、雨水で体を洗うあのスラムの子供たちの現実を素通りしてしまつたら、いつしかこの地球はとても冷たく悲しい星になってしまいます。どうぞ皆さん、彼らのためにほんの少しの愛を持って今年も当院に通院してください。私も皆さんの優しさを決して裏切らないよう、誠心誠意頑張っていきます。今年もよろしくお願ひします！