

## ★I am DH★

## ～なってよかった衛生士～



## 振りかえって

私は結婚するまで7人家族で生活していました。自営業だったこともあり、家にはいつも誰かがいて人の出入りも多く、賑やかな家で育ちました。

ですが、やはり思春期の頃は、祖父母との生活が嫌でしかたありませんでした。明治生まれの祖父は、とても厳しく頑固で怖く、すぐ大声を出したりする人で近所でも「怖いおじいちゃん」と有名でした。大正生まれの祖母は、何をするのも大雑把でカレーに亀の子たわしが入っていたこともあったり、「おばあちゃん、たわしが入ってるよ」と言うと、「そうかい、食べられない物が入ったら出しときな～」と、さらーっと言って平気な顔している(笑)。「えーっ」って感じですよ。入れ歯が洗面所に浮いていることもありました。洗ったまま忘れてしまうのです。

でも友だちと出かける、旅行に行くという決まってる祖母がお小遣いをくれました。うれしいこともよかったことももちろんありました。

そんな祖母が祖父より先に他界し、その後の祖父は年をとったのかずいぶん静かになっていきました。1年たつたないかで今度は祖父が脳梗塞で倒れ右半身不随、入院・介護ということになりました。

私が歯科衛生士学校を卒業して2年くらいたった頃でした。それからの約8年間は本当に大変な日々でした。

両親は店(仕事)もあったので、付き添いの方をつけて介護してくれる病院に祖父をお願いしましたが、洗濯物を取りにいったり、食事を差し入れしたり、顔を見にいったり毎日交代で病院に通いました。年に3、4回1週間ほど自宅に帰って来る時がありました。そのときはお風呂、食事、排泄(オムツです)の身の回りの世話を家族全員でしました。

お風呂は父と弟の2人がかりで、食事も上手く飲み込めないのですり鉢ですったり砕いたり食べさせたり、オムツも今のような紙おむつがなく布のオムツでした。

私は歯科衛生士になり初めて、口腔内を湿らせたガーゼで拭いたりしました。口を大きく開けられないし、すぐ疲れてしまうのか閉じてきてしまうし、よく見えないために「痛い」といわれたこともありましたが、あんなに怖かった祖父が「ありがとう」と言ってくれたときはとてもうれしかったです。

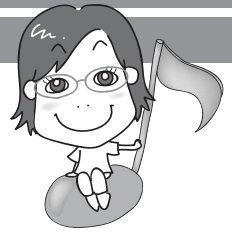
母は食べ物が付いてる入れ歯は触れないし洗えないと、言っていたので、このときは私が歯科衛生士でよかったと思った瞬間でもありました。両親は今でも子どもたちが一緒に世話を助けてくれたからやってこられたんだ、と言っています。

私が担当している患者さんのなかにも家族の介護でなかなか歯医者さんにも来られないし、毎日のホームケアに時間を割くこともできないとお話ししてくださる方もいらっしゃいます。

私はこれからいろいろな方々の話を聞き、その方にあったアドバイスやメンテナンスを考え提案していきたいと思っています。ずーと勉強という重いですが、知識を得ることや技術の向上は今後も地道に続けていき、歯科衛生士でよかった、やってよかったと言いたいです。

現在旦那様と娘2人と愛犬(雌2歳)4人家族のおばちゃん衛生士です。忙しい毎日ですが、家族に感謝し、充実した毎日を送りたいと思います。

(椎津ゆみ・医療法人社団 博山会  
沼澤デンタルクリニック)



## ～院内 BGM で患者さんも私たちも Refresh ! Relax !!～

いつも同じ院内 BGM が診療室に流れていませんか？

一日のうちで、長い時間を過ごす診療室。患者さんに対してはもちろんだけと

私たちだって BGM にちょっと癒してもらいたい！

院内に YURUYURU な空気が流れ、リラックス空間になっちゃう曲をご紹介します☆

(marico ・ ひかり歯科)



### 今回ご紹介するのはコレ！ 「森のオルゴール～α波オルゴール～」

オルゴールミュージックを BGM にしている医院も多いと思います。静かに流れるオルゴールは、緊張している患者さんの気持ちを和らげてくれる働きもありますし、歌がないので患者さんとの会話を邪魔することもあります。おなじみのジブリとディズニーの曲達がα波オルゴールミュージックに変身して診療室を流れます。季節を選ばないので、定番の一枚として置いておいても良いかも☆



※日頃からの、お母さんや歯科衛生士による「歯磨き」が大切ですよ♡

## あたりしもん好きっ!!

お姉さん衛生士  
YASU の一刀両断



GC ルシェロフロス Unwaxed タイプを  
使ってみました

(YASU ・ まさき歯科)

使った感想は

- ・触れた感じがソフトで使いやすい
- ・補綴物が入っているコンタクトも意外とスツと入る
- ・プラークもよく取れる
- ・ワックス付きよりもプラークがよくとれそう
- ・幅が広くプラークが取りやすい
- ・ほつれにくい
- ・デザインがかわいい
- ・束が太い
- ・多少挿入しづらいが支障なし



使ってみると今までの Unwax タイプより、滑らかな感じがし、使いやすいです。  
前回試した、wax タイプより、プラーク除去効果が感じられました。

**デンタルハイジーン** (1月20日発行)  
 B5判 122ページ 1,365円  
 新春特別企画「～新人, 中堅, ベテラン, 復職者… すべての歯科衛生士へ贈る～  
 2011年・歯周治療のスキル・知識をどう磨いていくか?」歯周治療に取り組む歯科

衛生士の実態・問題点を、臨床・研究・教育それぞれの現場の歯科衛生士・歯科医師の立場からディスカッションしています。歯科衛生士として責任をもって診ること、歯周治療のスペシャリストとしてステップアップしていくことの必要性を改めて痛感

しました。  
 1月号ということで新連載が三つスタートしました。



医歯薬出版刊

# あの本 この本 読みくらべ 隊

(吉弘 幸・たかはし 歯科)



**DHstyle** (1月1日発行)  
 B5判 91ページ 1,260円  
 新春特集「キャリアを重ね、きらめき放つ歯科衛生士になろう」キャリアを重ねた4名の歯科衛生士の働き方やライフスタイルの紹介、仕事の魅力と働き続けることで女性として輝く秘訣が書かれています。結婚・出産など女性のライフスタイルは変わ

身近な内容が多いと感じます。わたなべ歯科渡辺勝先生がコーディネートしている「HEARTFUL STORIES ～伝える, 伝わる, 大切なこと～」歯科衛生士の感動体験談を集めたものです。今回は7回目ですが毎回欠かさず読んでいます。

来の歯科衛生士の働き方では対応できません。「地域に出る」が必要になってきます。変化する社会にどう適応するのか、地域とどう関わるかを考えるきっかけとなる内容でした。



クインテッセンス出版刊



デンタルダイヤモンド社刊

ります。その経験を積んで生涯歯科衛生士として働いている姿はとても魅力的です。

「読者と創る Dental Hygienist magazine」サブタイトルどおり

**歯科衛生士** (1月10日発行)  
 A4判変型 90ページ 1,470円  
 新春特集「あなたの診療所も超高齢社会まっただ中 すでに始まっている! 地域密着型で働く歯科衛生士」通院できない患者、治療(キュア)ではなく看護や介護(ケア)が必要な人々が増えてくると、従

「今よりもワンステップ上へ! 臨床歯科衛生士のためのスキルアップジャーナル」サブタイトル通り初級・中級・上級と各ステージで構成されているので新人からベテランまで自分に合った内容を読むことができます。

今回は「ホワイトボード」です。

毎日、忙しく診療していると、スタッフに対する、希望や報告を忘れてしまいがちにはなりませんか?

この人には伝えたが、あの人には伝えていない。そんなことがあると、スムーズに診療が出来ないという事態も起こりかねません。

そこで私たち杉山歯科医院では、ホワイトボードを活用しています。

- ・新しく入れた材料、機材の報告
- ・保管場所の移動
- ・参加したセミナーの報告
- ・新しい提案
- ・急ぎの用事 など…

スタッフ全員に伝えたいことを、思うように書いています。提案などはミーティングで話し合いで解決します。

全員が書きたいことを思いついたときに書き、話し合うことができるので新しい良いアイデアがたくさん出てきます。



(愛・杉山歯科医院)

## おぼえときんさい!

その六

# セミナー報告

## 【DH marico Probing Seminar】

2011年2月20日、神戸のたかぎ歯科医院さんをお借りして参加者15名のプロービングセミナーが行われました。

講師は歯周組織マニアの歯科衛生士：落合真理子。微力ながらわたくし山田もトレーナーアシスタントとして同行してまいりました。

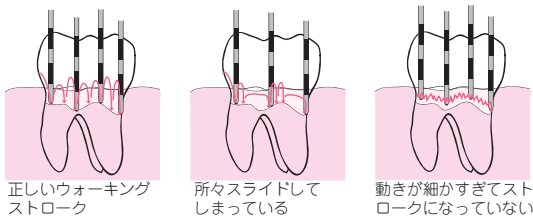
午前の部はマニアらしく『生物学的幅径』を描いてみよう!! から始まり、正しいプロービングがなぜ必要なのか、そこから何が読み取れるのか、楽しくわかりやすい講義のおまけに「粘土で6番を作ってみよう!」と…さあ、あなたは正しく作れますか? 根は何本? どちら向き? 分岐部は???

いかに基本的な知識が大切かを体感できる時間でした。

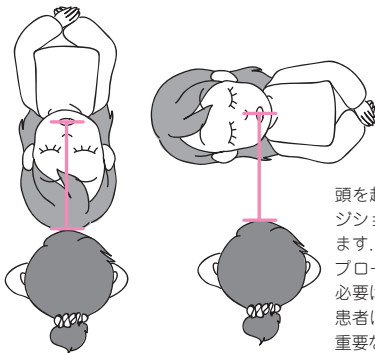
午後の部はいきなり【模擬検定】です。今回の参加者には検定コースで残念ながら合格できなかった方、現在育成コースを受講中の方、またそれ以外の方、様々な方が参加されましたので、それぞれ刺激になったと思います。

その20分間の様子から、注意すべき点を私たちがチェックし、フィードバックする形式で行われました。なかでも共通してチェックが入ったものを紹介します。

### \*ウォーキングストロークができていない。



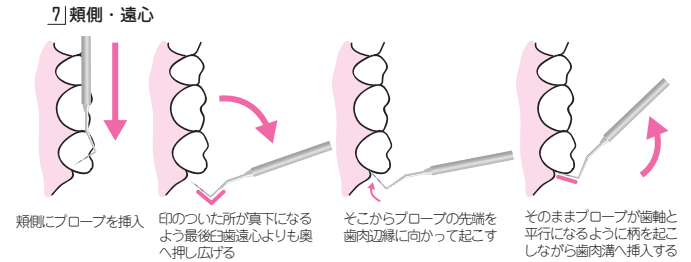
### \*術者と患者の距離が近い (特に12時の位置を好む歯科衛生士さんが目立ちました)。



頭を越え、目を越え、鼻を越えやっと覗ける口腔内もポジションを変えるだけで視野がぐんと広がることもあります。プロービングとSRPは必ずしも同じポジションで行う必要はありません。むしろプロービングの場合、いかに患者に不快感を与えず正しくスムーズに検査することが重要なのです。



### \*最後白歯の遠心が測れない。



普段の診療のなかで、癖になってしまっていることを直すのはとても難しいことです。

スタッフさん同士での相互実習や診療中の姿勢をカメラで撮ってみるなど、お互いに協力しあって、更なるステップアップ!

今回めったに会えない関西のみなさんと楽しく充実した時間を過ごせたことを感謝しています!

丸山和久先生、高木景子先生はじめ色々とお世話になりました。ありがとうございました。

そして、次号紹介させていただく予定ですが早く診療室の見学をさせていただいた藤本省三先生ありがとうございました。そしてみなさま今後ともよろしくお願いいたします。

(山田美穂・河野歯科医院 落合真理子・ひかり歯科)



### 編集後記

【The HyG Times】第9号です。新しい年が始まって最初の『The HyG Times』です。みなさんはどんな2011年を始めているのでしょうか? 我らが【ヘルスケア】も【日本ヘルスケア歯科学会】へと生まれ変わり、新たなスタートを切りました。

次号は4月になると思いますが、新年度ということで『The HyG Times』の内容も新しい連載を含め、これからもみなさんに楽しく読んでいただけるものづくりを目指していきたいと思っております。ぜひ「ハイジなわた歯」のメンバーであるみなさんとの協力をよろしくお願いいたします!!ね♪

(「ハイジなわた歯」隊長：山田美穂)

情報提供・質問・問い合わせ：yamie\_damie76@yahoo.co.jp

