



祝 20 周年！ ヘルスケアミーティング参加レポート

11/23-24 東京、秋葉原で開催された 1 年に一度のヘルスケアミーティングに参加してきました！
プログラム詳細はニュースレターに掲載されているので、ここでは、私の独断と大幅な偏見でお伝えします。

1 日目
お堅いプログラムで眠くなるかと思いきや、意外に（…失礼）面白かった！
歯科の保険点数で、3 人で決めてるんだ！が鮮烈な印象。
恒例になりつつある「交流会」は別の医院の方とお話するだけで、情報交換できて楽しい。本会は参加しても交流会を参加しない人がいることが残念なくらい。
そして、懇親会！
盛り上がる盛り上がる！ 年齢も職種も関係ない！ 会場内あちこちで常に笑

いが起きていて、皆笑顔。赤ら顔。これぞヘルスケアの魅力！
2 日目の発表を控え、ノンアルで参加していた歯科医師に寄ってたかってベテラン歯科衛生士軍団が「先生大丈夫だよ！ 飲んじゃいなよ」と無責任な発言しながら大笑いしているところがなんともヘルスケアらしい。
2 日目
3 つのパートそれぞれの構成が綿密に練られていて、当日までの準備を思うと頭が下がりまくりました。
登壇された歯科医師が口を揃えて「スタッフに恵まれている、スタッフあって

こそ」とスタッフを持ち上げまくるので何か裏があるのではないかと思うくらいだった（もちろん心からの発言！な、はず）。登壇された医院に勤務しているスタッフは当たりくじを引いたね、と心がほっこりした。
最後のパートは、我らヘルスケア歯科衛生士の登場！
本人達は緊張していたようだが、発言は落ち着いていて何とも頼もしい。若手歯科衛生士が目指す道を示せばと思う。
2 日目後半は歯科衛生士主体の禁煙支援。こちらは、麻里恵の報告で！



落合真理子

禁煙支援歯科衛生士育成ミーティング参加報告

麻里恵です。禁煙支援歯科衛生士育成ミーティングに、ファシリテーターとして参加しました。

グループディスカッションの時間が多く、受講生の皆さんとたくさんお話しすることができました！
そこで感じたことは、禁煙支援に対して苦手意識を持っている歯科衛生士が多いこと。実際私もそうでした。
どうせ聞いてくれないし…でも言わなきゃいけないし…自身の苦しい体験をみんなで共有し、「そうそう」「わかるー！」という声がたくさん聞こえました。
みんな同じような思いを抱えていたんだなあと感じました。
ロールプレイでは女優さんになってもらったり（皆さんめっちゃ圧巻の演技でした）。
タバコの害を話すだけでは患者さんは

変わりません。だからこそ禁煙の成功も失敗も患者さんと一緒に体験すればいい。
いつか何かのきっかけに、「あーそういえばあの衛生士さんそんなこと言ってたな〜」って思い出すことがあれば、大事なものは、患者さんに寄り添い長くお付き合いをしていくこと。しっかり記録を残すこと。
変えようと頑張りすぎなくていい、ゆっくり患者さんと歩めばいい、そう思うと心が軽くなりました。
本当に有意義な時間になりました。
山田美穂さん、杉山理恵さんの花の 51 年コンビも最高でした〜！
ありがとうございました！！



The HyG Times について

2009 年 8 月 24 日に創刊しました【The HyG Times】は今年 9 年目に入りました。
「日本ヘルスケア歯科学会のなかで、歯科衛生士発信の何かができないか？」という藤木省三先生の言葉をきっかけに始まりました。
当初はニュースレター同様の冊子タイプでスタートしました。
スタッフの皆さんにも楽しんでいただけるような紙面をみんなで試行錯誤作っていたので

すが、どうやら院長先生からスタッフへ渡ってない…という風の噂が入ってきました。
せっかく頑張って企画し、記事を依頼し、集め、作り上げているものが読者に手にとってもらえていないというのは実に残念でした。
そこで、2014 年 10 月 7 日 28 号よりリニューアルをし、壁新聞タイプへ変更しました。
スタッフルームに貼れるようなものであれば、手元に届かなくても見る機会ができるのではないかと…という作戦です。またフルカラーになったので楽しい紙面にすることができました。
The HyG Times 編集部は有志の会員歯科衛生士で構成されています。つまり、日々の

診療をこなしながら作っているの正直なかなか大変なんです（笑）。ですが、やはり全てのスタッフに届いていないという…
今年に入り、ニュースレターがフルカラーになりましたよ。そこで、再リニューアルとして、ニュースレター内にピンクの HyG ページを導入していこうと思います。
今までとまたひと味違った企画を考えていきたいと思っていますので、今後とも【The HyG Times】をどうぞよろしくお願い致します。
編集長 山田美穂（太陽歯科衛生士専門学校）
※ The HyG Times のバックナンバーは会員用ホームページよりダウンロードできます

デンタルオフィス 白書

- 青森県 たかはし歯科
メーカー：白衣はナガイレーベン、エプロンはクレージュ
- 気に入っているところ：
生地がしっかりしている、乾きやすい、通気性が高い
- 寒さ対策：
カーディガン、靴下
- 生地がしっかりしているけれど乾きやすい
優秀な白衣ですね！
- シューズ：パルフェのうさぎナースシューズ
- 洗濯方法：各自自宅です毎日洗濯する
- 明るいピンクのエプロンがとっても可愛いです。
医院が華やきますね。



まりえ奮闘記 その2



菅根麻里恵

寒くなってきましたね。
こちら嵐山は、観光客の方で賑わっていますよ〜^^!
今回は脱アルコールです。
以前の私は、アルコールをまるで万能薬のように何でも使用していました。いわゆるアルコール中毒でした。
しかし最近いろいろ言われている通り、アルコール使い方について私自身も疑問が出てきました。そこで正しく使うために、薬効についても一度学び直しました。そして、即重や仮封に使う筆やスリーウェイシリジなど、できるものはなるべく消毒サブルにしまし

ールに依存することがなくなりました^^
また話からは少しそれぞれですが、当院では医療の場としての理想的な環境を保つため、汚れの原因の段階で対処する予防清掃の仕組み（歯科の現場の予防清掃“デンタルクレンジング”）を取り入れています。清潔な器具を扱う現場がホコリまみれとかダメですもんね。スタッフは空いた時間アポのスキマ時間があれば、床を拭いたりハンディワイパーを片手に棚の上にホコリがないかのチェックをし予防清掃を心がけています。
当院ではこれをスキマクレンジングと呼んでいます^^
日々の業務もあるので、なかなか大変なこともあります。やはり無理なくできる事が一番かなと思っています。

育成プログラムに参加して 第13期

歯科衛生士育成プログラム基礎コースの 1 回目はヘルスケア歯科診療の概念、歯科衛生士の役割について、患者さんと動かすコミュニケーションについて学んだ。
まず、ヘルスケア歯科診療の概念の講義ではヘルスケア歯科診療とは「病因論に基づいた治療と定期的健康管理をし、その結果を検証し改善を続けるかたち」のことなのでそのために規格性のある口腔内写真や精密検査が必要で、それをもって長く患者さんと付き合っていくことが大事だと学んだ。
私は歯科衛生士になって 2 年目でヘルスケアの認定を目指すのに経験が浅すぎるのではと不安に感じていたが、これから長く患者さんと付き合っていくために学んでいるんだという気持ちになれて、より意欲がわくきっかけになった。その長く患者さんと向き合っていくために「コミュニケーション能力」も大事でそれについて学べたものこれらの自分にとってとても意義のあるものになった。まずは相手にどうみられているかを知ることが大事でそれを踏まえて相手に合わせて身振りや頷き等を意識的にし、傾聴を高めることが大事と教わった。
今回学んだことを常に意識して、信頼されるヘルスケア認定歯科衛生士になるために技術向上できるように努力しようと思う。
(吉田夕夏 枳敷歯科医院)

身につけるのはもちろん、インストラクターの方、受講者の方、色々な方と交流人としても成長できるように頑張りたいです。
(石橋紅穂 おかもと歯科医院)

3 回目の午前の講義で私が特に興味を持ったのは ICDAS という歯の診査システムです。臨床にて、まだう窩になっていない初期う蝕の進行状態をカルテ上に文章で表現することに難しさを以前から感じていました。それによりその初期う蝕が前回よりも治療できていたのが、進行しているのかを伝えることがうまく出来ていなかったように思います。
ですが、ICDAS を取り入れて、初期う蝕を 6 段階に分けることにより、的確にカルテに初期う蝕の状態を記録することが可能になると感じ、是非自分の医院でも取り入れていきたいと思いました。
午後に行ったシャープニング実習では、日々行っている自分のシャープニングの甘さを痛感しました。持参したスクレーラーは自分では砥げていると思っていたものの、部分的に砥げていなかったことを今回の実習を行うことで気づくことが出来ました。シャープニングやテストスティックでのチェック方法も講師の方々に分かりやすくアドバイスをいただいたので、翌日からすぐに教えていただいた技術を活かすことができたと思います。改めて基本を振り返ることが技術をさらに向上させることにつながったと感じました。
(赤壁冴子 安藤歯科クリニック)

ブの選び方や当て方、水量の調節など、縁下で行うのと縁上で行うのでは全く違うのだと勉強になりました。これまであまり超音波スクレーラーを使わずに行っていました。今回の実習を機にたくさん活用していこうと思いました。
午後の実習では PMTC を行いました。染め出しを行った後、その患者様のリスク部位に対して PMTC を行いました。頬側の近心に残る染め出しは視診で確認できましたが、遠心は見落としが多く、しっかりミラーを使って確認することが必要だと感じました。PMTC も超音波スクレーラーでもただ行うのではなく、操作の仕方や当て方、持ち方など一つひとつ意識して行うことが大事だと今回の実習で学びました。学んだことをこれからの臨床で生かしていきたいです。
(白井里帆 武内歯科医院)

編集後記

【The HyG Times】 The HyG Times 39 号です。この冬は寒暖差が激しく、体調管理が難しいですね。学校ではいよいよ国家試験に向けて気合が入ってまいりました。春にはたまご達がひよことしてデビューします。どんな育て方をするかで将来が決まってくるので、みんなでヘルスケア DH を大事に育てましょう！（「ハイジなわた歯」 隊長：山田美穂）
情報提供・質問・問い合わせ | The HyG Times 編集部 | HygTimes@gmail.com

お詫びと訂正

HyG Times no.38「他の医院さんは…」にて、横田 茜さん（受付・歯科助手 やすおか歯科医院）の似顔絵イラストが違っていました。訂正してお詫び申し上げます。

