

# みずえだに新聞

Vol. 38  
2022年1月  
新年号



## ～新年を迎えて～



明けましておめでとうございます。

早いもので令和も四年目を迎え、皆様もまた新たな気持ちで新年を迎えていらっしゃる事と存じます。当院におきましても昨年同様、いえ、それ以上皆様のお口の健康維持のために尽力して参りますので、本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

昨年の夏以降だいたい新型コロナウイルスの方も落ち着きを見せていきましたが、またここに来て「オミクロン株」という新株によって日本各地、拡大の様相を見せ始めているようです。この欄には毎回のようこのコロナの話を書かないといけない状況ですが、まだまだこれが現実だといふ事を皆様にも分かって頂きたいという思いで書いています。私の場合、このような仕事をしていますので、ある意味異常ではないかと思えるほど、この

コロナ感染に関して敏感になっていく部分もあるかと思うのですが、危機感を持って行動し、それがやり過ぎという事はないのではないのでしょうか。

昨年の十二月くらいには感染者数もだいぶ少なくなっていたので、ほんとに久しぶりに休日のランチにラーメン屋さんに行きました。どのくらいぶりだったでしょう、いわゆる外食をしたのは。店内は結構お客さんが居ました。すると中にはマスクもせず、しゃべっている人も随分見かけました。そういう状況を見てみると、せっかくの食事の底から楽しむことが出来なくなってしまうました。「とにかく早く店から出よう。」家内とそう言いながら黙々と食べて急いで店を後にした次第です。もうほとんど日常と変わらないという方の中にはいらっしやるかと思えますが、自分たちはまだまだかなと思う休日の午後でした。家内曰く、「大勢の中に行くのは怖い。リハビリが必要かも。」誰が悪い

わけでもありませんが、憎きコロナウイルスです。第六波がいかにほどの規模になるかはわかりませんが、引き続き感染防止の努力は皆さん怠らないようお願い致します。私どもも、医院における感染防御策は徹底して行い、皆様が安心して来院できる環境作りをしていきたいと思えます。という事で今年の正月もどこに出かけることもせず、朝から食っては寝食つては寝の、正に「寝正月」でした。三が日の間に動いたのは、近所の「菖蒲神社」への参拝と、「吉野公園」への運動のみです。しかしこういう正月も悪くはないかなあと思ってしまうました。写真は自宅からの初日の出の瞬間です。これも我が家の恒例になってきました。来年こそは手を振って初日の出を見に行ったり、初詣に出かけたりしたいものです。



ここ数年、正月に書初めをするようにしています。精神を集中して書にたためる事によって、よりその思いが心に刻まれるからです。一年の抱負的な事を書くのですが、今年はこの言葉にしました。「不退転」！ その意味は、人が何かしらの信念を持って困難に屈しないという心持ちや様子を指します。決して諦めないという人間性の強さを示す言葉としても使われます。由来は、仏教用語として用いられ不退転の境地という言葉で使用されます。この不退転の境地は、修行によって達成した境地から後戻りをしないこと、すなわち退転をしないことを指します。この段階で得た功徳を失うことがない状況を不退転の境地といい、仏教的な幸福状態を指し示すのが本来の意味です。私もこの一年、不退転の信念をもって歯科医業に取り組んでいこうと思えます。



歯科衛生士  
池増奈津美  
いけますなつみ

あけましておめでとーございます。毎年思うことですが家族皆が元気で一年を過ごせる事が一番かなって思っています。そのために怪我や病気をしないように健康管理に気をつけたいと思います。また去年に引き続き本を読むことも続けていこうとおもいます。最後にコロナウイルスが一日でも早く終息することを願うばかりです。今年もどうぞよろしくお願ひします。



歯科助手  
郷原 理子  
ごうばら りこ



明けましておめでとーございます。今年のお正月は二年ぶりに初詣に行き、おみくじも引いてきました。おみくじは「大吉」が出たので、仕事の面では今年で六年目を迎えることもあり、今まで以上に頑張っていきたいと思ひます。また恋愛はいい出会いがあることを願つていい一年にしたいです。

歯科衛生士  
川野 眞代  
かわの まよ



明けましておめでとーございます。今年、本をたくさん読む年にしたいと思ひます。まずは、一ヶ月に一冊は読む時間を作りたいです。また、続けている筋トレも継続して毎日丁寧に過ごせるようにしたいと思ひます。今年もよろしくお願ひいたします。

歯科衛生士  
岩山 華恵  
いわやま はなえ

あけましておめでとーございます。今年もよろしくお願ひ致します。

今年の抱負は「去年もなかなか達成できなかったので、フットワークを軽く！即行動したい」です。写真は、長女と縄から作ったしめ縄です。



歯科衛生士  
渡辺 舞  
わたなべ まい

明けましておめでとーございます。昨年は大きな怪我などもなく過ごすことができたので今年も健康第一で頑張ります。仕事面では何事も手を抜かず、技術力やコミュニケーション力を高めていきたいと思ひます。よろしくお願ひ致します。写真は磯海水浴場から見た初日の出です。とても綺麗でした！

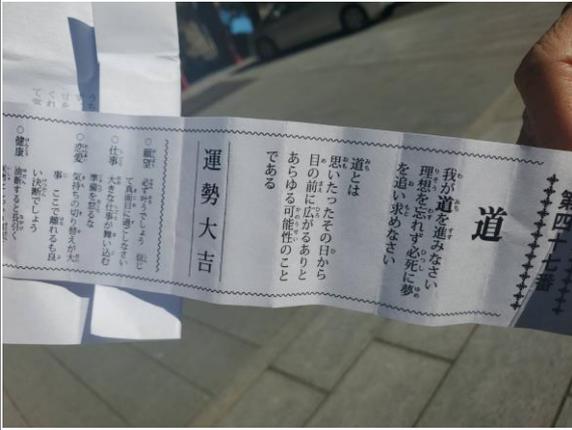


歯科衛生士  
末鶴 知子  
すえびる ともこ

あけましておめでとーございませう。

今年は何占い本ではあまりいい年ではないといわれてたので大きな期待はせずに初詣の時にのみくじをひきました。結果は「大吉」でした。そんなに悪い年ではないのかも...と少し気持ちが安くなりました。特に今年は何事もなく落ち着いて行動できるよーに意識していきたいと思ひます。

そして引き続き感染対策をしつかりしながら大きな病気や怪我もしないよーでございませう。



歯科助手  
畠中 萌  
はたなか もえ



あけましておめでとーございませう。今年もよろしくお願ひ致します。

今年の目標は、「できなかったことを少しずつ実行していく」と「何事も丁寧に」です。みずえだに歯科に来院された患者さんを笑顔で迎えられるよーに、努めてまいりたいと思ひます。今年の初詣は鹿屋にある吾平山上陵へ初詣に行きました。地元では「あいらさんりよう」という呼び名で親しまれていますが、お正月には初詣客で賑わっているそうです。おみくじは今年も大吉!でした(^o^)

歯科衛生士  
松田 梨菜  
まつだ りな

あけましておめでとーございませう。

二人目を出産してから約一年間の産休、育休をいただきお昨年の12月の半ばからまた復職させていただきました。あつという間の一年間でしたが、気持ちを切り替えて頑張ろうと思ひます。しばらくは子供中心の生活にはなると思ひますが、仕事にでてくる以上はしっかりと責任を持つてつとめたいと思ひます!

今年のお正月はお正月らしいことはできませんでしたが、家族みんな揃って2022年を迎えられてよかったです。この間年女ですといったばかりだと思ひましたが、今年年女です!一周するのがめっちゃ早く早かったです!!



明けましておめでとーございませう。昨年は新しい家族が増えました。柴犬の凜(リン)ちゃんです。仲良く楽しくほっこりと過ごしていきたいです。今年の抱負は、泰然自若。このコロナの日々にも慌てず動じず落ち着いて毎日を送っていこうと思ひます。宜しくお願ひ致します。

消毒滅菌  
室屋美津枝  
むろやみつえ





# 何でも瓦版

## 開院記念日

昨年十二月四日、当院十五周年の開院記念日を迎えることが出来ました。あれからもう十五年経つんだなあと感じもひとしおでした。本当に月日の流れは速いものですね。これまで色々な方々のお力添えがあつてここまでやってこれました。心から感謝致します。また病気一つせず、健康でいられたのも一つの要因かと思えます。この十五年間一日も休まず診療に当たれたのもこの健康な体あつてこそだと改めて思いました。こればかりは親に感謝です。私は今年で五十九歳になります。まだまだ元気です。若い人たちからいっばい元気をもらっているからかも知れません。これからも一人一倍健康には留意し、一人でも多くの方々の役に立てればと思つています。まだまだ頑張ります！

## 院内研修

昨年十二月、外部から講師の先生をお招きして院内研修会を行いました。歯科衛生士としての心構えや、診療に対する姿勢、患者さんの何をどのようにに診るかなど、経験を踏まえた講話をしていただきました。今後とも技術的な事、知識的な事など教えて頂き、日々の診療に活かしていきたいと思つています。



## 8020運動 達成者表彰

皆さん「八〇二〇運動」って耳にされたことがおありになるのではないのでしょうか？八十歳で自分の歯を二十本保とうというものです。昨年当院から三名の達成者の方を歯科医師会に推薦致しました。そして年明け当院にて表彰をさせて頂きました。皆さんも是非目標にされて下さいね。



## 数年ぶりの食事会



コロナの影響でなかなか皆で食事することもありませんでした。歡送迎会、忘年会、新年会など全くです。昨年の十一月、コロナ感染が下火となり、また当院の患者さんでもある「ベリボリマツダ」のご主人の計らいで、お店を貸し切る事が出来、数年ぶりの食事会することが出来ました。イタリアンのフルコース、とっても美味しかったです。皆さんも是非行ってみて下さい。

# 幸恵先生の 歯のはなし



明けましておめでとうございます。

なかなか終息しないコロナ禍で、どうか一年無事に過ごすことが出来ました。そして、皆様やスタッフのおかげで、昨年12月4日に開院15周年を迎えることが出来ました。2013年、院長の希望であった、初めてのみずえだに新聞を発行し、早いもので今回が38号目になります。日頃の診療時間の中では、お話出来ない事を伝える手段として、また、時には患者さんにも参加していただきながら季刊誌として情報発信を続けることが出来ています。今後様々な企画をお届けしようと思っておりますので、ぜひ毎号お読みください。

さて、今年寅年です。虎は、その昔、その勇敢な姿と虎の骨を粉末状にした物が病氣の特効薬として使われたりした事から、中国では魔除けの神聖な動物として信仰されているそうです。「寅」という字は「演」からきているといわれ、「演じる」人の前に立つ」という意味や「延」から「延ばす」という意味を表しているそうです。芽を出

したものが引つ張られるように「成長していく」、「新しく立ち上がる」といった縁起のよい年でもあるそうです。

そこで、毎年恒例の新年の目標です。

寅年に因んで「伸ばす」にしようと思えます。仕事柄、姿勢が悪く、慢性の肩こりに悩まされていますので、ストレッチで身体を伸ばすようにしたいと思えます。また興味のある資格もあるので、「才能を伸ばす」にも挑戦しようと思えます。人の前に立つて話をするという点では、「口の健康教室」を以前から考えていますが、コロナ禍で実現できていません。近い将来、実現に向けて準備していきたいと思えます。昨年の目標の断捨離は合格点には遠く及ばずといったところですが、年末の大掃除をしなくていいように、早くから少しずつと頭では考えていたのですが、身体がついて行かず、気づけば年末は掃除と片付けと溜まった仕事に追われていました。今年も継続しなければいけませんね。

コロナでも度々耳にするWHOですが、昨年口腔保健に関する決議が採択され

ました。むし歯は減ったと言われていいますが、約300あるあらゆる病氣の中で世界中で、永久歯のむし歯が一番多いという結果もあるように、他の病氣に比べると非常に多い病氣であり、日本人でも成人の3人に1人は未処置のむし歯があると報告されています。そのため、2030年に向けて、全ての人が適切な健康増進、予防、治療、機能回復に関するサービスを、支払い可能な費用で受けられる様にする事で、より良い口腔保健を達成するという目標が掲げられました。この目標を達成すべく、これからも皆さんの「健口」



のお手伝いをするためにスタッフと共に、コロナに負けず頑張りたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い致します。

## 編集後記

二〇二二年、最初の新聞発行となりました。例年この新年号はスタッフ一同の新年の抱負を中心に構成されていますが、こうやって公に自分の抱負を明らかにすることでよりモチベーションが高まり、実現へと近づけるような気がします。目標を掲げたからには、是が非とも達成できるように努力したいものです。こうやって見てみると今年初詣に行つて、おみくじを引いたという記事が多かったように思えますが、驚いたことにほとんどの人が「大吉」だったようですね。この幸運なスタッフの力が結集され、「みずえだに歯科」は今年も一年いい年になりそうです。ちなみに私自身はと言うと、かれこれ五年ぐらい「大吉」からは見放されていますが(泣)

また新年にあたって心からコロナの終息を願います。