

# みずえだに新聞

Vol. 8  
2014年7月  
夏号



んでした。ですから田舎の同級生は九年間一緒にしました。

## 院長のささやき

### 私の故郷



いつも登っていた町のシンボル 辻岳です

機会あるごとに言ったりしていただきましたのでご存じの方もいらつしやるかと思うのですが、私の故郷は肝属郡の南大隅町根占というところ。大隅半島の南の部分に位置する所で、有名なところでは佐多岬などがあります。以前は根占と佐多は別々だったのですが、市町村合併で一緒になり、ある意味少し説明し易くなりました。以前は「根占ってどこ？」というふうには知らない人が多かったのですが、「佐多岬の上の辺り」と答えていました。

田舎です。とにかく自然いっぱい。たまに実家に帰ると、こんなに山深いところだったかなあ？と感じるくらいです。最近有名なところで、温泉施設の「ネッピー館」やイベントでは「ドラゴンボートフェスティバル」などがあり、徐々に観光客なども足を運んで下さっているようです。私はそんな田舎で育ちました。今は卒業した小学校も中学校もなくなり、子供が少なくなり、合併されたのです。寂しいです。母校がないって事は、私たちが子供のころも、一学年一クラスしかありません

中学卒業するまで。もう家族と同じですよ。何人かは鹿児島市内にもいますので、たまに飲みながら昔を語ったりしています。そんな田舎で育った私ですが、それなりに誇りに思っています。今の私の原点だと思っていますから。人と人の繋がりがやふれあい、あるいは今の仕事に繋がることになる「何でも自分で作る」など、(子供の頃、遊び道具とか何でも自分で作ってました。)田舎で生まれた事がいっぱいあります。その田舎者の「こころ」を忘れずに今もこれから歯科医業に邁進して行きたいと思っ

ています。いつまでも初心を忘れず、そしておこることなく。



## 鹿児島なかよし保育園

### 中村院長先生をお迎えして



このような専門職に就いている以上、各々が個人のスキルを高めて行く事はとても大切な事。日常の忙しさの中では色んな研修を受けたりする機会もなかなか得られないのが現状ですが、今回は吉野町にある「鹿児島なかよし保育園」の園長中村先生をお迎えし、院内研修会を行いました。

歯科診療において小児の診療に携わる事も非常に多い中、時として思うように治療が出来ず、だだをこねたり、泣いたりしてしまうお子さんもいます。そういう時、その対応に困り、なかなか治療に進めない事もあります。

そこで今回、その道のプロである中村先生にお話をさせて頂きました。話を聴くと意外と「目からうろこ」的な事がたくさんあり、そういう事なら自分たちでも出来そうだと、今後の診療のヒントになりました。

ちなみに先生とは根占の幼馴染でして、同じ吉野の地でお互いに協力し合いながら頑張っています。



# 医学 豆知識

頭がキーン・・・

## 「アイスクリーム頭痛」の原因と予防法

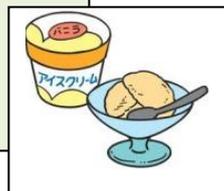
ついつい食べてしまうアイス。

でも頭痛が心配・・・。

アイスに限らず、氷菓子全般を食べるときに、頭がキーンとすることありませんか？暑い場所ですぐに冷たいものを飲み込むと起こる、こめかみや側頭部がキーンとなる頭痛。

実はこの頭痛、「アイスクリーム頭痛」という正式な医学用語なんです。冷たさによる刺激が強すぎて、三叉神経から脳への感覚信号の伝達が混乱し冷たさを痛みとして錯覚してしまうことに起因しています。脳が刺激部分を勘違いしてしまっているのです。

アイスクリーム頭痛は片頭痛のある人に起こりやすいと言われてます。片頭痛のない人は3割で起こるのに対し、片頭痛のある人では7割に起こると報告されています。



アイスクリーム頭痛は普通、数秒程度でおさまりますが、片頭痛持ちの人だと結構長く続くそうです。

アイスクリーム頭痛は痛みがある時におでこに氷など冷たいものを当てると止まります。より早く痛みを無くしたい場合は、舌を口の上の部分（口蓋）に押し当て、血管を早く温めるようにすると良いです。

いずれにしても、アイスクリーム頭痛は「暑い場所で」「急激に」食べることが発生の主な要因。当たり前のことですが、冷たいものを口にする時は慌てずにゆっくりと食べたり飲んだりしましょう。そして食べ過ぎには気を付けましょう。



## デンタルスタッフ講座にて

### 院長講義

私は現在、鹿児島県歯科医師会に於いて「医療管理委員会」という部署に所属しており、歯科医師会の中に於いて、歯科医師の会の会員の相談や県民の歯科に関する相談などについての仕事をさせて頂いております。他にも色々な部署があり、様々な分野に於いて活動をしているわけです。その活動の中の一つに、各医院に於いて新しく入ったスタッフの研修を行い、その知識や技術を向上させ、より高度で安全な医療を提供出来る体制作りを行うため、



「デンタルスタッフ教育講座」を開設しております。会員の中の数名が分担して講師として話をしていきます。

先日、その講座の開講式が行われ、その後の講義を私が一部分ではありますが、行って参りました。「歯科に於ける材料と薬品」をテーマに一時間ほどの講義でしたが、これから歯科に携わり、頑張って行こうとする若い人達の意欲に圧倒されればかりでとても頼もしい限りでした。

この業界もなかなかの人材不足でありまして、このような試みで新たな人材を育てて行く事も我々の使命だと感じております。一人でも多くの人が「歯科」という仕事に携わって行って欲しいと切望しております。



# 裏千家師範会 in 京都

## 助手 本庄 利恵



茶道歴20年。きっかけはもう覚えていませんが、今も貴重な趣味として続けています。

先日京都にて師範勉強会があり参加して参りました。鹿児島代表として桜島と錦江湾をテーマにした茶会を催させて頂きました。お陰様で話題性たっぷりでも評判が良かったです。お茶を続けている理由として、忙しい時間の中で、静けさ



を得るために、わざわざ時間を作っているという事と、あの緊張感と達成感がたまらなく好きなんです。準備には膨大な時間をかけるのに、一瞬で終わる儚さも魅力の一つです。濃い濃いとされた抹茶を頂くと、よーし頑張ろうという気になります。ですからこれから是非続けて行きたいと思っています。皆さんもマナーなど気にせず、気軽にいかがでしょうか？

## 呼子旅行



下の写真、何だかわかりますか？刺身を食べ終わったあと、ゲソとか残ったものをてんぷらにしてくれるんです。この写真はそくてんぷらを食べ終わったあとの皿の写真です。誕生日の記事と同様、あまりの興奮のため、食べる前の写真を撮り忘れてしまいました。皆さんも機会があったら行ってみて下さい。

みなさん、佐賀県の呼子って行かれた事ありますか？言わずと知れたイカの活造りで有名なところです。先日、福岡でセミナーがあったので、そのついでに足をのばしてきました。イカの刺身、やっぱり美味しかったです。



## 頑張れ！ 吉野東バレーボール少年団



当院理事の三重廣（副院長の父）が監督を務める「吉野東バレーボール少年団」が先日の県大会にて惜しくも準優勝となり、全国大会への切符を逃してしまいました。大会ごとに素晴らしい成績を収めるこのチーム、メンバーには当院の患者さんも数名入っているんですよ。診療中には見られない勇敢な表情です。カッコいいですね。

このチームのモットーは「思いやりのバレーをめざして」。パスを出す時、そのパスを受けの人が受けやすいようなパスを出す。（思いやりを持ったパスです。）技術的にはそういう事ですが、もちろんそれだけではなく、

人間形成の上に於いても、どんな時も相手を思いやる気持ちを持てる子供になって欲しいという願いが込められています。とても素晴らしいですよ。我々はこれからも応援していきますので是非頑張ってくださいね。次は間違いなく全国大会出場！

「頑張れ！吉野東バレーボール少年団」



