

みずえだに新聞

V o l . 22
2018年1月
新年号

院長のささやき

今年の抱負

二〇一八年、いよいよスタートしました。どうぞ本年もよろしくお願い申し上げます。

毎年、新年の抱負を心に誓い、それを目標に一年頑張ろうと思うようにしているのですが、なかなか守れないという印象の強いこの新年の抱負、ここ数年は何とか達成できているような気がしています。そもそも達成不可能な目標は掲げないようにはしているんですけどね・・・。

さて今年はどうしたものかと思案を巡らせていたのですが、今年は縁があつて初詣に近所の「菖蒲神社」に行つて参りました。



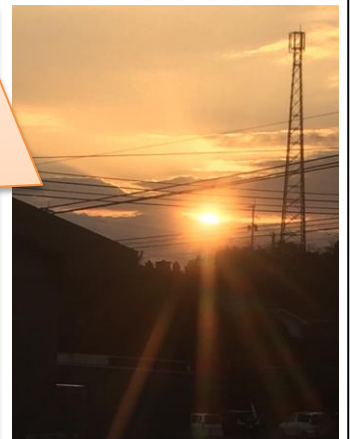
この吉野の地に身を構えて十数年が経ちますが、こんな近所にありませんが初めての参拝でした。とても趣があり荘厳な印象を私は受けました。創建年代は不詳との事ですが

境内に祀られている石祠には享保二十年八月吉日とあり、創建はそれ以前。昭和三十一年七月二十六日に「菖蒲神社」となったそうです。境内には庚申、二十三夜待ちが祀られており、末社には三熊の狛犬が彫られています。今年は戌年という事もあり、思わず縁起を担ぎとなりました。



また三月十六日に近い日曜日の春祭には、春の農耕に先立ち、五穀豊穡・無病息災を祈願して踊られる「西菖蒲踊り」もここに奉納されています。

自宅からの初日の出



何回か当院にも出向いて頂き、駐車場で踊って頂きましたが、伝統色豊かで、とても感激しました。

今回初めて地元の「菖蒲神社」を訪れ、地元吉野の新たな一面を発見できた事に素直に感動しました。開院当時、『地域に密着した、地域の為の歯科医院を目指して行きたい。』それが私の志すところでした。今年で十二年目を迎え、ちょうど干支も一

回りしたところで、心機一転、初心に立ち戻って、あの時の気持ちを思い返しながらか、この一年精進して行こう。それが私の今年の抱負です。

「初心忘るべからず」簡単なようで非常に難しい事です。しかし私はとても大事なことだと思っています。「慣れ」、「奢り」、絶対あつてはならない事です。

しかし初心を忘れた頃になると、人間必ずそうなりがちです。今一度平成十八年十二月四日、開業したあの時の気持ちを思い出し、思い出し、毎日思い出しながらか日々頑張つて行こうと思っています。

プライベートでは「少し、体を鍛えない」と思っています。運動不足がたたり、体がなまって仕方ありません。一昨年手術した腱鞘炎の方もほとんど完治したので、今年は遠ざかっていたゴルフも再開できそうです。

二〇一八年、皆様にとりまして素晴らしい一年になりますようお祈り申し上げます。



今年も被災した熊本県の「阿蘇神社」に行つて来ましたが。まだまだ復興には程遠い状況

でしたが、阿蘇山の頂が雪で覆われる寒空の中、ひしひしと復興への力強さを感じました。この力を頂いて、今年一年頑張る決意を！

スタッフ

新年の抱負

歯科衛生士 池増 奈津美

私は今ジグソーパズルにハマっています。始めたきっかけは、今年で91歳になる母のボケ防止にと思ってさせ始めたのですが、ちょっと手伝ってみたらこれがおもしろくて自分もしたくなってしまいました。

現在「コスモス咲く西都原古墳」という千ピースの4作目に取り掛かっているのですが、今までの中で一番難しくてなかなかすすんでいきません。脳トレにもいいようなので頑張って完成させたいと思っています。皆さん今年もどうぞよろしくお願ひ致します。



綺麗ですね



歯科衛生士 西野 佳奈

明けましておめでとうございす！

昨年は毎月のように風邪をひいてしまい、声がかすれながら仕事をするということが多々ありました。

体調管理には気を付けているつもりでしたが・・・今年こそ風邪をあまりひかないように気を付けていきたいと思っています！

そして、仕事ではいろんな患者様とお話しできるのですが、プライベートになると店員さんが話しかけても人見知りが出て話すことや声をか



けることができないので、今年は少しずつでも人見知りが克服できたらいいなと思います。

また後輩も増えたので負けないように常にスキルアップしていけるように頑張ります☆

今年もよろしくお願ひいたします！

歯科助手 郷原 理子

あけましておめでとうございす！

昨年は一年目ということで仕事に對して不安や患者さんとのコミュニケーションに慣れない面もありましたが、これからは昨年学んだことを活かして頑張っていきたいと思っています。



祖母を囲んで！！

あと、体を動かすことが好きなので長く続けている社会人バスケットも仕事と両立しながらやっています！

今年もよろしくお願ひします。

受付・事務 今掛 真菜

あけましておめでとうございす。今年も皆さんが快適に来院できるように日々感謝して、寒さに負けないように頑張っていきますのでよろしくお願ひします。

今年の抱負は、読書の時間を作れるようにすることです。普段はアウトドア派ですが、家でじっくりいろんなジャンルの本を読んで知識や言葉を増やせたらいいなと思います。

写真はお正月に地元のテニス部OGメンバーで集まり今年初のテニスをしました！



歯科衛生士 前畑 めぐみ

新年明けましておめでとうござい
ます。昨年は仕事とプライベートの両
立が日々定着した年でした。終わり良
ければ全て良しと言う事で無事に
二〇一七年も終えることができました
た。ありがとうございます。

一年の計は元旦に有りと云うもので、
数十年ぶりに除夜の鐘が鳴ると同時
に近所のお寺へ、心新たに初詣に行っ
てきました！お寺では温かいぜんざ
いが振舞われ、お腹一杯にもかかわら
ず甘いものは別腹で美味しくいただ
きました！その後お坊さんの説法を
頂きました。「もう一日、もう一ヶ月、
もう一年」と呆気なく終わったと後悔
の無い様に、「一日一生」を念頭に今
年は一瞬一瞬を大事に過ごして行か
ねばと決意したところでした。
最後にお坊さんからおめでたい御神
酒を一人ずつ頂き記念の小皿を頂い
て帰路に着きました。

こちらみずえだに歯科でも、仕事を
円滑にまた患者様方の健康増進のア
ドバイスやヒントをお伝えできれば
と思っております。まだまだ未熟では

有りますが、本年もどうぞよろしくお
願いいたします。



一日一生！！

歯科衛生士 川野 眞代

去年は慣れることに精一杯だったの
で少しでもスキルアップして仕事面
の効率をよくしていこうと思います。
また、体力づくりのため愛犬の散歩も
毎日行くようにします。寒いときや
雨の日、疲れているときは行きたくな
いですが、帰宅時出迎えてくれる犬
を見ると行かなくちゃと思います。
今年も一つ一つ丁寧に頑張ります。
よろしくお願いいたします。



歯科衛生士 岩山 華恵

初めまして、こんにちは😊
昨年 11月に入社しました岩山です。
子供が二人おり、ママになって初め
ての勤務です。また、前とは目線が
変わり毎日学ぶ事の多い衛生士業務
!!先生・スタッフと連携しみずえだ
に歯科の一員として一生懸命頑張
りたいと思っています!!
よろしくお願いいたします😊
《今年の抱負》
健康第一!!気持ちから丁寧に生活し
たいと思います💡



受付・事務 麻井 湖紀

昨年同様、年末年始は故郷である奄
美大島へ帰りました。

十二月三十一日、久々に会う友人と出
かけ、年越しのカウントダウンで記念
にジャンプをして、写真に残そうとな
ったのですが、携帯のカメラでセルフ
タイマーを設定していたら年を越し
て3分過ぎていました(笑) 慌てて
写真を撮るも失敗に終わりました。家
へ帰って昼ごろ起きたら熱があり、ま
さかとは思いましたが、二〇一八年の
幕開けは風邪でした(泣)これから、病氣
にならないためにも、昨年以上に体調
管理に気を付けて、笑顔で頑張ります
ので、今年もよろしくお願いいたします★
皆様にとっても素敵な一年になりま
すように。



歯科衛生士

松田 梨奈

無事、出産しましたあ！

明けましておめでとーございます！
私事ですが、昨年12月22日に長男を出産いたしました。名前は「悟佑」と書き、「ごう」と名付けました。

産休に入るまでの間にたくさんの方から、気にかけて声をかけていただいたり、お腹を撫でていただいたりしました。そのお陰様で、安産で大きな元気な子が生まれてきてくれました。

早いものでもうすぐ一ヶ月が経とうとしていますが、母子ともに元気です。何より幸せです！！



毎日少しずつの成長を見せてくれます。その成長がとても嬉しく心を穏やかにさせてくれます。いつか抱っこさせてくれる日が来るんだな・・・と、寂しく思うこともあります。色んな感情を経験しながら育児頑張ります！！



歯のマメ知識

古代から受け継がれる、

歯磨きの大切さ！

古今東西、歯にまつわる言い伝えや記述はいろいろな形で残されています。例えば古代エジプトのパピルスにはすでに歯みがきの処方について記述がありました。インドでもあのお釈迦様が「朝はやく起き、虫食いのない木を使って歯をみがきなさい」と啓蒙していた痕跡があります。

当時の仏典にこのような記述があることからお釈迦様の言葉として伝えられてきたといえます。ところで、「歯をみがく」という考え方は仏教の伝来とともに日本に輸入されたそうです。6世紀の中頃に輸入された仏教がやがて平安朝のころになると加治祈禱の儀式で人心を得た密教にも発展、その儀式のなかに楊枝の儀式というものがあって、それが民間への歯みがき奨励に大きな役割を果たしたと伝えられています。このように、歯みがきは時代を超え、民族を超えてその大切さが伝えられてきたようです。

おいしいお酒は

乙女のお口から！

虫歯予防の第一歩はよく噛んでものを食べること。

唾液は噛むことにより分泌される消化液で、虫歯のもとになる酸を中和させてくれます。

よく噛むといえば、太古日本ではひたすら噛むこととお酒をつくっていた。ごはんやパンをしばらく噛んでいると甘いお味が口中にひろがってきますね。これは唾液中の糖化酵素の働きによりデンプンがブドウ糖となつて甘くなる現象です。

このブドウ糖を古代の日本人はお酒づくりに活用しました。穀物をかみくだき、甘くなつてから容器の中に吐き溜めます。すると空気中に浮遊している野生の酵母がそこに付着し、やがてアルコールの発酵を引き起こす仕組み。

穀物を噛むのは汚れを知らぬ乙女たちの専業と伝えられてきました。

清らかさあふれる乙女たちは、昔から清潔なお口の健康を象徴する存在だったのでしょう。

何でも瓦版

診療室改修工事及び

休診について

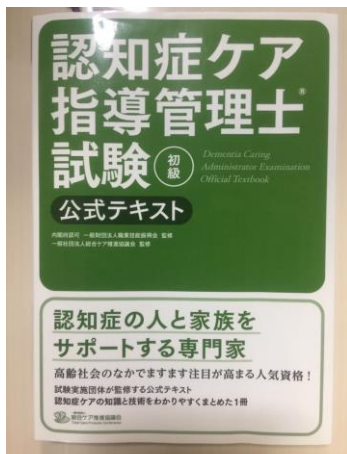
開院して十二年目を迎え、院内の壁や設備などいよいよ痛んできております。また現在5台の診療台をフル回転して診療にあたっておりますが、予定外の治療が出て来たり、治療時間が予想以上に長引いたりして、患者の皆様方には多大なるご迷惑をお掛けしております。この件につきましては以前より頭を痛めておりました。また最近、予約が取り難いなどの声も届いております。そこでこの度、院内の改修工事と診療台の増設をすることに致しました。皆様の待ち時間の短縮、予約の取り易さなどが改善されればと思っております。

つきましては**二月十三日(火)から十七日(土)**まで休診とさせていただきます。

「認知症ケア管理士」

受験

去る、十二月三日、福岡の九州大学医学部に於いて行われた「認知症ケア指導管理士」の試験を院長、副院長ともども受けて参りました。医療・介護現場で働く方のスキルアップを目的とした認定資格制度で、自宅で認知症高齢者を介護するご家族にとっても最適な資格です。「一年に一個の資格取得を」の目標達成のために頑張ってみました。仕事の合間での勉強だったのであまり自信はありません。もうそろそろ合否の発表がありますので、また結果が分かり次第報告したいと思います。



餅つき大会

昨年恒例の「みずえだに歯科 餅つき大会」を12月16日(土)に開催しました。今回はあいにくの雨模様となりましたが、子供たちはもとより、大人の方々やスタッフも元気に杵を振り上げ、大声とともに餅をついていました。おかげで寒さも吹っ飛び、つきたての餅や蒸したてのもち米をおなかいっぱい食べられたようです。今年もまた企画いたしますので、是非是非ご参加ください。



誕生会そして忘年会



十月には誕生会を、そして十二月二十八日には仕事納めのあと忘年会を致しました。

昨年一年間何事もなく無事に仕事を終える事ができ、何よりでした。忘年会の席では仕事の緊張から解放されたせいか、みんな料理やお酒に舌鼓を打ちながら、一年間の反省や新年に向けての意気込みを語り合うなど、盛り上がっていました。

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。

昨年も多くの方々に支えられながら無事に過ごすことができ、こうして新たな年を迎えられることに感謝しています。この新聞を作るようになってから、新聞を監修する院長から言われ、今年の目標を立てなければならなくなりました。過去の記事を読みながら今年の目標を考えること数週間。元々コツコツと努力や継続することが苦手なくせに、目標を立てるとそれができない時の罪悪感はそのなりのあるので、目標を立てることを避けながら過ごしてきました。恥ずかしながら断捨離の早寝早起きの目標もすっかり忘れ、時々思いついては三日坊主といった有様です。それでも、三日坊主でもしないよりはいいと自分に対してとても甘い私です。

さて、そんな私の目標。「明日死ぬかのように生きよ。永遠に生きるかのように学べ」というガンジーの言葉があります。そんな風に生きていけたらと

思います。今年の目標というより人生の目標です。一日の中で、忙しいと言いなから、何となくテレビを観たり、インターネットの情報を見てみたり、必ずしも全てが無駄ではないにしても有意義とは言いがたい時間を過ごしてしまうことがあります。一日の中で起こった感謝すべきことよりも、嫌だったことを思いながら今日を終らせるのはもったいないと頭ではわかってはいるのですが、気持ちの切り替えが出来ないこともしばしばです。生きていること、今日起こったことに感謝しながら生きていけたら素敵だと思います。そして、人生死ぬまで学ぶことも大切です。死ぬまで現役を貫いた医師の日野原重明先生も「人のために自分を捧げる喜びを知っている人を、プロと言います。」と言われていました。プロとして皆さんのお口の健口のお手伝いをしていくよう、体力と精神力を磨き、日々研鑽を積んでいきたいと思えます。受験生の皆さんは、今、大変な時だと思えますが、受験はゴールではなく、人生の目標

を叶えるための第一関門です。体調に気を付けて実力を発揮してくださいね。大きな目標を掲げてしまいました。が、小さな目標も一つ。実家に置いたままにしてずっと気になっていいるものがあるのです。それを今年こそ持つてこようと思っています。実現できたら次回の新聞でお知らせします。

何年か
ぶりに
「大吉」
でした
(笑)



休診のお知らせ

2月13日(火)～17日(土)

は改装工事のため休診と致します。

編集後記

新年を迎え、ようやく新聞の方も「新年号」を発行する事が出来ました。私の新年の挨拶やスタッフの新年に向けての抱負などで綴ってみました。平成三十年も様々な情報を皆様にお届けしようと思っています。「患者さんの言葉」など皆様のご協力も頂ければ更に充実した内容になると思いますので、よろしくお願い致します。

