みずえだに新聞

Ｖｏｌ．25
2018年10月
秋号

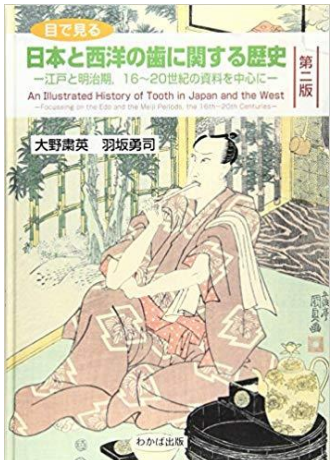
院長のささやき
～読書の秋～

今年の夏は本当に暑かったですねえ。皆さん、体調崩したりはされませんでしたか？異常気象が異常気象ではなくなった昨今、様々な災害に見舞われた地域もありましたよね。鹿児島はそういった意味ではまだ平穏な夏だったのかも知れません。そんな夏からあっという間に朝晩はグッと過ごし易くなった今日この頃ですが、最近は秋も短くなり、このままあっという間に寒い冬を迎えるんでしょうね。

さて、秋と言えば「みずえだに新聞」では毎年「読書の秋」にちなんでスタッフ全員で本に親しみをもってもらうために読書感想文を掲載させて頂いております。今年もみんな、素敵な「本」との出会いがあったのでしょうか？この後、紹介いたします。

私は今回に限らず、日頃からなるべく本は読むようにはしていますが、なかなか仕事の合間に時間が取れず思うように読めていません。歯科以外の本をと思っていたのですが、歯科分野でも普段の臨床とはちょっと異彩を放ったこんな本を読んでみました。

『日本と西洋の歯に関する歴史』



本というよりも写真集といった感じですが、我が国における「お歯黒」の習俗や抜歯に関する記述などは興味深いものでした。「お歯黒」の起源は『魏志倭人伝』にまで遡り、『紫式部日記』や『源氏物語』にもその記述があるのだそうです。江戸時代になるとお歯黒の風習は庶民に普及し、女性は結婚すると歯を黒く染めるようになり、また「お歯黒女性に歯医者はいらぬ」という言い伝えがあるようにお歯黒には虫歯予防効果があったようです。

図1－109　「お歯黒をする女」　竹久夢二画
大正期　18×11cm

また日本の伝統的な抜歯法についての記載はさらに興味深いものでした。弓と矢で抜いたり、三味線の糸などを歯に引っ掛けて抜いたり、また写真のように歯に紐を結んで抜いたりと様々な方法が紹介されていました。興味を持たれる方は少ないかと思いますが、もし読んでみたいという方がいらっしゃいましたらお声掛け頂ければと思います。

「歯に紐を結び抜く風景」

もう一冊紹介します。

『思い出が消えないうちに』
川口俊和著

『コーヒーが冷めないうちに』『この嘘がばれないうちに』との三部作になっている本で、一作目の『コーヒーが冷めないうちに』は現在「有村架純」主演で映画化されている作品です。ある条件を満たせば、自分が戻りたい過去に戻る事が出来るというストーリーで様々なエピソードが出てきます。しかし、たとえ過去に戻ったとしても決して今を変えることは出来ない。そんな中どのように話は展開していくのでしょうか。是非ご覧になってみて下さい。

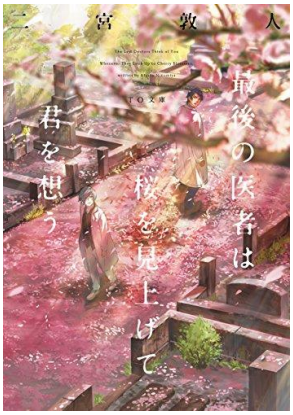
読書の秋！

恒例、スタッフによる『読書感想文特集』

歯科助手　郷原（ごうはら）　理子（りこ）

最後の医者は桜を見上げて君を想う

二宮敦人著



私は普段あまり小説とかは読まないのですが、本屋さんに行った時に「感動、涙あり」という文字に惹かれて読んでみました。主に「生」と「死」に目を向ける医師をメインにした話。奇跡を信じて患者に諦めさせない医師と今、目の前にある限られた命を突き付けられ、余生としての人生を導く医師。患者と一緒に迷い、悩む三人の医師。どの医師に診てもらいたいのか。命は限りあるものだという当たり前の事を再認識し、当たり前のように健康で毎日過ごせることが、とても尊くて素晴らしい事だと感じさせてくれる作品でした。

歯科衛生士　谷口（たにぐち）　睦（むつみ）

手のひらの音符

藤岡陽子著

私がこの本を読もうと思ったのは、本屋さんの目立つところにあり、〝良い小説を読むと幸せな気分になれます！〟というPOPに惹かれたからです。この物語の主人公は45歳女性のデザイナーさんです。彼女が努めている会社がアパレル業界から撤退することになり、デザイナーとしての自分の仕事がなくなり途方に暮れているというところから物語が始まります。そんな時に恩師のお見舞いで帰省することになり過去の思い出が蘇ってきます。これまで色々な困難を乗り越えてきたこと、たくさんの人に支えられて生きてきたことを思い返し、強く生きようと決意します。私はこの本の主人公のまだ半分も生きていないですが、思い返すとたくさんの人と出会い、支えられていて今の私があります。また45歳になった時にこれまでの人生を振り返って、一生懸命頑張ったなと思えるように今を全力で生きることが大切だと気付かされました。「明日も頑張ろう！」そう思える本なので皆さんも是非読んでみて下さい。

歯科衛生士　池増（いけます）　奈津美（なつみ）

『い人生は「ありがとう」がつくる』

斎藤茂太著

「ありがとう」と言われていやな気持になる人は誰もいないと思います。「ありがとう」という言葉がどこの国の言語にもあるのは、私たち人類にとって大切なものだからだろう。と書いてあったのですが本当にそうだなと思いました。人に何かをしてもらった時に「すみません」より「ありがとう」の方が気持ちが伝わるように思いました。日常の挨拶は決まった時にしか言えないけど、「ありがとう」は一日中いつでも言える言葉なので、とても素晴らしいなと思いました。自然体で感謝が伝わるような「ありがとう」が上手に言えるようになりたいと思います。

★スタッフの皆さん、素晴らしい感想文を「**ありがとう**」。（笑）

院内新聞用の読書感想文をお願いしますと言われた時にはおそらく皆が嫌だったでしょう。しかしいい本に出会い感想文を書いてみると、きっと「読んで良かった」と思っていると思います。これからももっといい本に出会って下さい。

★まだまだ続きます！

歯科助手　畠中　萌（はたなか　もえ）

『のび太」という生き方』　横山泰行著

たくさんの本が並ぶ中で「親子で読みたい本」として、愛されて14年のロングセラーと帯に書いている本が目につきました。親子で読みたい本。幼児期には絵本を読み聞かせる機会も多く、親と子が寄り添って集中して向き合う時間も多いかと思います。読み書きが上手になり読み聞かせる機会も少なくなっていくと同じ本を一緒に読む機会は自然と少なくなっていくのではないかと感じます。「親子で読みたい本」というフレーズに惹かれ手に取りました。泣き虫ののび太でも多くの大きな夢を達成することができたのか。ドラえもんの実際の話を例に挙げて説明している本でした。深い言葉に感じるものがたくさんありました。何気なくテレビでみていたドラえもん。最後のドラえもんの言葉がとても印象的な本だと感じました。そして、夢を持つことを忘れないようにする。ということを改めて感じた本でした。

歯科衛生士　川野　眞代（かわの　まよ）

『ハリネズミの願い』　トーン・テヘレン著　長山さき訳

「あそびに来て下さい・・・でもだれも来なくてだいじょうぶです」からはじまる、ひとりぼっちのハリネズミは自分のハリが大嫌いで人づきあいが苦手です。もし来てくれても相手をおこらせるかもしれない・・・迷惑をかけてしまうかもと取り越し苦労ばかり。遊びに来てくれることがハリネズミの本当の願いなのでしょうか。来てほしいのか来ないでほしいのか、その心は単純ではなさそうです。優柔不断でマイナス思考、物事がおこるまえからたくさん迷い、戸惑ってしまいます。一歩がふみだせず勇気がなくて起こってもないことまで考えて考えて考えて・・・。何事にも先入観をもってしまい、傷つくのを異様に怖がるあたり現代につながることがあると考えます。やってみなきゃわからないのはわかっていても、やれない、つづかないそんな弱い所。ハリの部分には私自身もひっかかるものがありました。少しだけ勇気が欲しい時、少しだけ背中を押してくれる孤独な愛おしいハリネズミの話です。「また会おうね」と恐れをこえた出会いがもたらす喜びを感じる事が出来ると思いました。

歯科衛生士　西野　佳奈（にしの　かな）

『大家さんと僕』　矢部太郎著

以前テレビでお笑い芸人の「カラテカ矢部太郎」が書いた泣き笑い、奇跡の実話が話題になり気になってこの本を手に取りました。

主な人物は著者の矢部さんと2階建ての一軒家で1階に住んでる78歳の大家さんの2人です。

簡単に内容を紹介します。ある日前住んでたマンションを追い出され矢部さんは大家さんの2階を借りることになりました。大家さんは上品で世話好きなご婦人で、洗濯物を勝手に取り込んで畳んだり、何かあると連絡してきたりと大家さんの距離の近さに最初はなれなかった矢部さんだが次第に2人は打ち解けていき新しい家族のような関係になっていくという話です。心温まるシーンもあれば少し辛く、しんみり重いシーンもあるが凄くほっこりし何度も読み返したくなる本です。

鹿児島も少しだけ出てるので是非1度手に取って読んでみてください。

受付 事務　今掛（いまかけ） 真菜（まな）

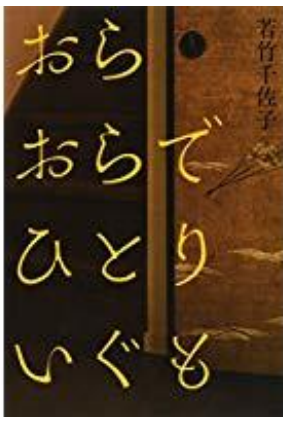
『ブロードキャスト』 湊かなえ著

今回私が読んだ本は、湊かなえさんのブロードキャストという作品です。これまでの作風とは一風変わった湊かなえさんが初めて挑む学園青春もので、学生達が部活動に本気で打ち込む姿や目標に対して仲間や友情を大切にする主人公の気持ちを描いた作品でした。この物語の主人公の圭祐は中学時代、陸上部で駅伝選手として活躍していました。しかし、高校の合格発表の日に交通事故に遭ってしまい陸上を続ける事が出来なくなってしまいました。そこで大きな挫折を経験した圭佑でしたが、同じ中学出身だった正也に誘われた事がきっかけとなり放送部に入ることとなりました。始めのうちこそあまり乗り気ではなかった圭佑でしたが、正也や先輩達の情熱に影響され、目標を共有する事で、今までとは全く違う場所で新たな才能や夢を見つける事が出来ました。その姿は、好きなことに打ち込んできた自分自身の学生時代を思い出させてくれました。結果が残せず辞めたいと思う時期もありましたが、やっぱりテニスが好きで社会人になった今でも続けています。この本を読んで、圭佑のように自分にはそれしかないと思い込んで悩んでいても、何かをきっかけに新しい道が開けたり、その熱意を持った新しい仲間と出会えたりすることが学べました。また、環境が変わる事で自分がまだ気づいていない才能も見つかるかもしれないと感じました。

青春時代真っ最中の中高生の皆さんにぜひおススメしたい本です。

受付 事務　麻井（あさい） 湖紀（みずき）

『おらおらでひとりいぐも』 若竹千佐子著



あいやぁ、おらの頭このごろ、なんぼがおがしくなってきたんでねべが・・・最初っから東北弁のこの本、クセが強い。笑

読みづらかったっていうのが本音ですが、芥川賞受賞作とのことで選んだこの小説。〝おらおらでひとりいぐも〟とは、〝私は私でひとりで行くよ〟という意味らしいです。

夫は亡くなり娘、息子を育て、一人暮らしの74歳の桃子さんのお話です。静かな一人暮らしの桃子さんですが自分の中にいる色んな声と対話していて、ある意味賑やかでした。故郷を離れて50年、日常会話も思考も標準語で通していた桃子さんだけれど、いつのまにか東北弁丸出しの現在の心の声。私も歳をとったら、頭の中で色んな心の声との会話を奄美弁？でするんだろうなと思いながら読みました！

そして、この本をまた40、50年後に読み返したとき、桃子さんの頭の中の声をどう感じるのかと、ふと思ったので、またこの本を10年後、20年後と読み返してみたいなと思いました。

☆いかがだったでしょうか？それぞれが様々な本と出会い、色んな感動を受けたようです。なかなか読書する時間もないかとは思いますが、時間は見つければいくらでも見つけられます。その貴重な時間を「読書」に充てることで、心も知識も豊かになり人間としての深みも増していくのではないでしょうか。これを機に是非皆さんも！

お知らせ

★12月15日（土）
「餅つき大会」開催予定

★12月1日～
来年のカレンダーを配布致します。

★昨年12月より産休で仕事を離れていた歯科衛生士の「松田」が11月より復職致します。またよろしくお願い致します。

何でも瓦版

歯科医師会研修会 鹿児島デンタルショー 参加

九月十五、十六日と立て続けにスタッフは研修会に参加して参りました。一つは鹿児島県歯科医師会主催の「BLS研修会」。BLSとは一次救命処置の事で、心肺蘇生法やAEDの使い方について学びました。こういう緊急を要するしかも平常心で行うことがなかなか難しい事は、とにかく日頃の心構えや訓練が大事です。各自改めてその手技や意義を学んできたようです。

もう一つは鹿児島の歯科材料店協賛の「デンタルショー」です。新しい歯科材料や機械・器具また歯ブラシなどの紹介などがあり、その中の催事の一つに「年代別に合わせた口腔内のリスクを考える」と題した講演がありました。全員、真剣な眼差しで講師の話に聞き入っていました。きっと日々の診療につなげてくれることでしょう

夏休み、ダレやめ会

今年の夏はホントに暑い夏でした。皆さん体調崩したりされませんでしたか？夏休みはお子さんの受診も多く、スタッフもほぼ毎日てんてこ舞い状態でした。何とかそんな夏休みを乗り越える事ができ、慰労の気持ちも含めて九月六日に「ダレやめ会」を行いました。誕生日が近いスタッフもいるため、「誕生会」も込みです。患者さんとして来て頂いている、鹿銀吉野支店近くの『忠蔵』さんにお邪魔しました。美味しい料理を頂きながら飲むビールは一気に夏の疲れも吹っ飛ばしてくれました。

餅つき大会告知！ 稲刈り、台風ヒヤリ。

この話を始める頃になると、今年ももうこんな時期かと、時の流れの早さにただただ驚かされるだけですが、本当に今年もあと三ヶ月弱となりました。台風の影響も心配されましたが、根占産の米も無事収穫されまして、今年も十二月十五日に行われる（予定）「餅つき大会」に向け準備万端といったところです。今年で十三回目を迎えますが、諸事情により最後の「餅つき大会」となるかも知れません。今年は来客用の駐車場の確保も難しい状況ではありますが、是非是非皆さん、おいで下さい。

幸恵先生の歯のはなし

恒例となりました本の紹介の季節がやってきました。歳を重ねると、日常の中で感動することが少なくなってきました。その反面、辛いこと、悲しいことは増えてくる気がします。だから日頃からなるべく「今日一日無事に終って良かった、美味しい物を食べられて良かった、面白い話を聞けて良かった」など気持ちを前向きにするように心掛けています。そんな私が今回ご紹介するのは萩本欽一、欽ちゃんの「人生はおもしろがった人の勝ち」です。欽ちゃんは73歳で大学生になりました。目的は認知症対策だそうですが、歳をとると物忘れは避けられない、だから忘れた以上に脳に新しい物を詰め込めば良いと考えたそうです。発想も素敵ですが、その行動力は見習いたいものです。欽ちゃんの人生哲学が書かれた本ですが、定年後の老後は「弟子」になることを勧めたり、奥さん、家族についての考えが書かれている章は、男性の方が読むと、奥様や家族との接し方の参考になるかと思います。大学で仏教学部を選択したのは良い言葉が良い運を運んでくるとの考えから、お釈迦様の言葉を学ぶ事にしたそうです。いい風がふくにはいい言葉が必要で、歳をとると語尾の音程が下がりがちになるので女性は特に語尾を挙げることが大切だと言っています。

100歳の精神科医で「こころの匙加減」の著者、高橋幸枝先生も80歳から水彩画を始めたそうです。水彩画を続けることで植物の生命力に感動したり、美しいものを観察することで脳が刺激されるそうです。美しい物や言葉は人生を豊かにしてくれるので、そういう物に触れていきたいです。欽ちゃんの本の中で、病院との付き合い方も書かれています。病気になる前から、かかりつけの先生を見つけ自分の体をよく知ってもらうのが良いと言っています。これは大いに共感できる内容です。いい言葉を語尾を上げて発するために、お口の健康に気を付けて、いい風、いい運を呼び込みましょう。

歯科衛生士　長﨑（ながさき）　愛美（あいみ）

『ユートピア』　湊かなえ著

8月からスタッフとして新しく加わった「長﨑」です！よろしくお願い致します！

私は「告白」「Nのために」「夜行観覧車」「リバース」など多くの作品が映画化やドラマ化されている湊かなえさんの「ユートピア」という本を読みました。美しい海辺の町で立場の違う三人の女性が祭りの実行委員として出会い、「誰かのために役立ちたい」という思いを抱え、それぞれのユートピア（理想郷）を探すという話です。

それぞれ生きてきた環境が違えば価値観が違う。自分の正当性を主張するために表面上は仲良くしていても裏では文句や人を恨み、妬む。そんな人間の本性が描かれた本です。

読み終わって感じたことは、人には人の言い分があり考えがあるという事です。自分の主観を主張することも必要だが、他人の主観も受け止めるぐらいの大きな心が最も大事な事なのではないか。他人を思いやる心が人間関係をそしてこれからの人生をうまく生き抜いていくために大切な事ではないかと思いました。