





Implant and Oral bacteria インプラントと口腔細菌

人間は細菌と共生しています。共生とは相手の足りないところを補い合って生きていくことです。人間には皮膚、口腔内、呼吸器、消化器に100兆～1000兆個、約1000種類の細菌が棲み、その重さは1～2kgとされています。腸内細菌はいわゆる善玉菌、悪玉菌、日和見菌が細菌叢(フローラ)を形成し、互いにけん制してバランスをとり人体に有用なビタミンや短鎖脂肪酸などをつくり健康を保っていますが、抗生物質の投与や免疫系の異常でバランスが崩れると下痢や便秘、腸炎を起すだけでなく、肥満や糖尿病、自閉症やうつ病、アトピー性皮膚炎など全身疾患を起すこともわかってきています。

では口腔内ではどうでしょうか。口腔内には約700種の細菌が存在します。歯を一日磨かないと歯の表面に白いねばつきができますが、それは細菌のかたまりからなるプラークです。プラークは歯の表面に虫歯の原因菌のグラム陽性菌が、歯肉溝に歯周病の原因菌のグラム陰性嫌気性菌、スピロヘータが多く含まれます。歯周病が進行すると歯茎から出血

しますが、同時に菌や菌が産生した毒素が自分の血管内に入り菌血症を起こします。体はその防御のため炎症性サイトカインを産生しますが、その副作用で感染性心内膜炎、動脈硬化症、虚血性心疾患、糖尿病、リウマチ、早産などを引き起こしたり、悪化させたりします。また嚥下機能が低下した高齢者などでは誤

嚥性肺炎を引き起こします。口腔細菌は全身疾患と密接に関わっており日々のブラークコントロール(口腔清掃)が大変重要です。

インプラントは骨と直接結合して自分の歯と同等の力で噛めるようになります。し

かし細菌感染によりインプラント周囲炎を起こすとインプラント周囲の骨が炎症で吸収し、インプラントが脱落する原因になります。インプラント周囲炎は歯周炎の細菌種とは異なりますが口腔内の常在菌によって起こることでは変わりません。インプラントを長く使用するためには日々のブラークコントロール、メンテナンスが必要です。歯周炎、インプラント周囲炎は様々な病気を起こします。健康な生活を送るためにもブラークコントロールを徹底しましょう。



I am learning English Conversation!

英会話、勉強中



かんだ歯科クリニック
院長

Fumiko
野口 扶美子
Noguchi

私は最近、英会話学校に通っています。私が通っている学校では講師はすべて外国人で、複数の先生からレッスンを受けることができます。私の職業は歯科医師だと告げると、ある先生は子供の頃に歯科矯正治療を受けたことを、また別の先生は、自分の出身国では歯科治療には保険がきかず、治療費がとても高いことなどを教えてくれます。



会話のほとんどは、歯科とは無関係の世間話です。たとえば、春に「桜を食べたことがある？」と質問したら「落ちている桜の花びらを拾ってそのまま食べるの？」と言われたことがあります。そのときは桜を材料にしたお菓子があることを説明しました。「何かペットを飼っていたことはある？」と聞いたら「犬、猫、兎、鶏、馬、孔雀」という返事が返ってきたことがあります。その先生の話では、孔雀は見た目はきれいだ

けど、鳴き声がすごくうるさかったとのこと。「日本人の作家の本を読んだことがある？」という質問には村上春樹さんの名前がよく出てきます。アメリカ出身の先生から「ハリウッド映画に出ていいるイギリス出身のあの俳優は、アメリカの映画に出ているときはアメリカの発音の英語をしゃべっているけれど、インタビューに答えるときはイギリスの発音の英語をしゃべっているよ」という話を聞いたこともあります。世界で2番目に大きな国カナダ出身の先生は「福岡から東京までって近いよね」「私の父が乗っていた日本車の走行距離は50万kmを超えていたよ」と言っていました。一方、ハワイ出身の先生は「20分以上続けて車を運転したことがない」と言っていました。会話をしていると、違うものはしゃべる言葉だけではないと思います。今後、日本に住む外国人の方は増える予想されますので、英会話の勉強は続ける予定です。





和白歯科クリニック
歯科衛生士 岩本 実優
いわもと みゆ

こんにちは。和白歯科クリニックで働いている歯科衛生士の岩本実優です。和白歯科クリニックに就職して半年が経ちました。まだ至らないことはたくさんありますが、先輩方から見て学び、また優しく的確な指導のおかげで仕事の技術面や患者さんとのコミュニケーションに大分慣れてきました。その中で私が興味を持ち、勉強したいなと強く思ったことが訪問診療です。昔からおじいちゃんやおばあちゃんの笑顔を見るのがとても好きでした。超高齢社会となっている今、歯科の患者さんも高齢の方がとても多くなっています。高齢者にも有病者の方、周術期の方、そして認知症など様々な患者さんが来院され、その患者さんにどう寄り添っていかけるか、歯科医師、歯科衛生士はもちろん多職種との連携が、とても大切です。そのためには一人一人の患者さんと向き合うこと。例えば、高齢者の方と接する上で私が心掛けていることはゆっくりはっきり聞き取りやすい声のトーンで話す、そして患者さんの表情や行動を伺うということです。治療で痛みを取り除くということ以前に、人として頼られ信用されるような歯科衛生士になれるよう、これからたくさんの患者さんと関わり学んでいきたいと思えます。来年の1月から携わることになった訪問診療も患者さん一人一人の健康や生活のために責任感のある行動をし、一人でも多くの患者さんを笑顔にできるよう、精一杯頑張ります！



休日の楽しみ

こんにちは。しんまち歯科クリニックで歯科助手をしている丸下です。私の休日の楽しみは、友達とカフェ巡りや旅行に行くことです。最近では、免許を取得したのでドライブに行くことが多いです。今度、車で遠出する予定があるので楽しみです。楽しみがあると仕事も頑張れます。



しんまち歯科クリニック
歯科助手 丸下 月菜
まるした るな

働く人たちの一言

Words from the Workers



めぐみ歯科クリニック
(行橋)

受付 吉田 彩香
よしだ あやか

癒しの効果

こんにちは。行橋めぐみ歯科クリニックで受付をしている吉田です。私は普段、休日は家にいることが多いのですが、最近友達に誘われ、平尾台に山登りに行きました。何の計画も立てずに出発し、案の定頂上まで登りきる事は出来ず、途中でリタイアしてしまったのですが、登っている時に見た景色や空気がきれいだったので、また行きたいと思っています。また、自然には癒しの効果があるそうなので、他にも色々な自然豊かな地へ訪れてみたいと思います。





しらいし しのぶ
白石 忍 氏

九州共立大学
経済学部長/教授

これまでに小・中・高・大学から養護学校(現、特別支援学校)まで教鞭を執り、小・中・高・養護学校では、学級担任を、福岡県教育センターでは指導主事、主任指導主事、参事、部長を歴任、福岡県立八幡南高校長を定年退職して現在に至る。大学では、他に、九州大学、九州工業大学、下関市立大学で非常勤講師を勤めた。多くの著書や学術論文を執筆する傍ら、教育研究社会活動では、理事、会長を歴任し、現在も「地域に根ざしたビジネスやまちづくりを担う人材」の育成に尽力している。

考えてみませんか?… 想ってみましょうよ!

—— 健康のために

Profile

学 歴 同志社大学文学部文化学科哲学及倫理学専攻卒業
九州大学大学院教育学研究科教育学専攻修士課程修了
専門分野 教育学(教育哲学、教育経営学、教科教育法、道徳教育指導法)

正々堂々と生きる!

「正々堂々と生きる!…」なんて、想像しただけで、爽やかで、さっぱりしていて、身体に良さそうな…そんな感じがしてきませんか?

昔から、そんな爽やかな、健康的な、清々しい姿を提唱してきた思想家を、私も人類の歴史は、ありがたいことに、数多(あまた)その業績を刻み込んできてくれています。

私たちは、日々生きて、思うようにいかなくて、思い悩み、悶々としします。それが普通です。心理学者は、日常生活において少しぐらいのストレスはむしろ健康に良い、とまで言います。

経験的には、人間の一生にとって、一番悩みの多いときは、数的量的質的に言って、青年時代と言えるでしょう。思春期の頃と言ってもいいですし、自我に目覚めるころと言ってもいいです。その頃のこと、齢を重ねて思い返すと、ちょっと懐かしいような、純情で純粋だったなーと甘酸っぱく思えるような面もあるし、逆に居たたまれなくなる程今も苦しく恨みがましい嫌な記憶として覆いかぶさってくる面もあったりします。

先達、ドイツの文豪ゲーテ(1749-1832)は、『ファウスト』の扉に「人間は努力する限り迷うものである」と、書いて、エールを送ってくれています。



さて、話は本題に戻って、「正々堂々、その爽やかさ」(健康に良さそう!)はどこから来るのでしょうか。

それは、どうも、わたしたち人間の心と関係していそうです。「気」のジャンルに入るのかも知れません。あるとき、青年が道を歩いていますと、目の前で幼児がヨチヨチと横切っ

て、傍らの井戸を覗き込み、頭の重さでバランスを崩して落ち込みます。さあ、大変、大パニックです。幼児は泣き叫びます。若者は頭が真っ白になって夢中で助けようとします。誰もがそのようにしますよね。その時、若者は親から謝礼を貰おうとか、人命救助で表彰されようとか…といったことは一切考えませんよね。ただただ、助けなくてはと、思いますよね。この心を春秋戦国時代に名を為した諸子百家、孟子(372-289B.C.)は惻隠(そくいん)の情と言って、この心は人間に生まれつき備わっているのだといいます。そしてそれが本当の自分の一端だということです。これを極めていくと、孔子(551-479B.C.)が『論語』で説く「仁」に至ると言うのです。惻隠の情、誰にでもあるのです。ただ、日常生活の慌ただしさに自己を埋没させてしまって私たちにいつのまにかその心が曇っていたりするのです。そこで、その埃を拭って、きれいにすると、爽やかな正々堂々とした本当の自分に蘇るのです。



人生の三つの鍵



さて、本日、それでは、現代版、正々堂々とした、生き様を考えてみませんか?…想ってみましょうよ!

—— 健康のために。

在野の教育者、和田重正先生は(明治40—平成5)「人生の三つの

鍵」として、「ケチな根性はいけな、イヤなことは避けないで、ヨイことはする」を提唱しています。このお言葉、私の中で、「良いことはする、という勇氣」「悪いことはしない、という強さ」「ケチな根性は持たない、という大きく広い心」という風に変化して、ある意味、私にとって座右の銘になっています。

格好良くなってしまうますが、やっぱり、このように、考え、想い、正々堂々と行動できたとき、爽やかで清々しい気分になります。健康増進…した気分です。

ぎふ せきがはら たたか れきしたんぼう 岐阜と関ヶ原の戦いの歴史探訪

今回、関ヶ原合戦の舞台を観て回りたいと思っ
た切っ掛けは、全国の有名な武将が、一同に集ま
り東西に分かれて戦った彼らの生き様を現地で
肌で感じたいと思ったのが理由です。慶長5年
(1600年)9月15日。天下の覇権を狙う徳川



関ヶ原合戦地

家康率いる東軍と、それを阻止する為に挙兵した
石田三成率いる西軍が、関ヶ原を舞台に天下分け
目の決戦を繰り広げました。総勢8万4千人の西
軍、東軍7万4千人。開戦当初の段階では、西軍が
圧倒的に優位でしたが、小早川秀秋の裏切りによ
り戦況は一変。決戦は開始よりわずか6時間で東
軍が圧勝しました。我々は関ヶ原駅で下車し、レン

タサイクルで午前中は、松平忠吉・井伊直政陣跡、
田中吉政陣跡、徳川家康陣跡等13

箇所を巡りました。
西軍・東軍から武
将として尊敬され
た大谷吉継陣跡は
時間切れで断念し
ました。



徳川家康陣地

花咲か爺の歴史探訪

VOL.28

午後から石田三成の陣地がある笹尾山ウォーキ
ング片道1時間30分コースに参加。笹尾山の山
頂から石田三成が松尾山の小早川秀秋や、南宮
山の毛利秀元に進撃の合図を送るが動かず、さぞ
悔しい思いをしたであろう。次の日は、午前中から

小早川秀秋の陣
地の松尾山の4
時間コースに参
加しました。山頂
で、小早川秀秋
は、酒を飲みなが
ら西郡につくか、
東軍につくか思
案していたと思います。



石田三成陣地



笹尾山山頂



松尾山山頂

徳川軍の発砲で西軍を裏切り大谷軍を攻撃、こ
れを境に西軍が総崩れ、東軍の勝利となったので
す。これで関ヶ原の旅は終わります。感謝!!

最上の薫りに出会える店…



天使がまいおる珈琲店

福岡県京都郡苅田町磯浜町1丁目22-4

TEL・FAX:090-2963-8339

〈営業時間〉9:00~18:00 定休日:木曜日



苅田駅から徒歩10分の場所にコーヒーの薫りが漂う素敵なお店があります。生豆からその場で焙煎をした珈琲豆は、市販のものとは薫りが段違いです。店内にはイートインスペースやハンドメイドの雑貨やアンティークなインテリアの販売も行っており、ほっと息をつける癒しの空間となっております。

季節のケーキやお好みの珈琲を探しに、是非とも足をお運びくださいませ。





About kids' finger sucking

子どもの指しゃぶりについて

子どもが指しゃぶりをやめられないと、不安になるお父さんお母さんも多いと思います。歯並びが悪くなったり、咬み合わせが悪くなったりするのではな
いかと心配になりますよね。でもそれは、永久歯が生え始める頃まで指しゃぶりをしていたらの話。4歳を超えるまでに卒業できれば問題ないのです。

私には5歳、3歳、1歳の孫がいますが、3歳と1歳の孫が指しゃぶりをしています。3歳までの乳歯の段階では影響がないとはいっても、やはり心配です。4歳を過ぎると自我が芽生えてきて、それまで続けてきた癖を直すのは難しくなりますから…。



そこで今回は、指しゃぶりをやめられるコツについてお話ししたいと思います。まず言っておきますが、

指しゃぶりは無理矢理やめさせようとしても逆効果になることが多いです。

では、どうするのが1番いいのでしょうか？指しゃぶりを
する原因の1つとして、不安やストレスがあります。子どもは指しゃぶりにより、母親を感じようとしているのです。たくさんのスキンシップやコミュニケーションをとってあげましょう♪と、保育士の娘は申しております(笑)

その他に、子供に指しゃぶりがダメな理由を話すのも効果的です。例えば、指しゃぶりをしたらばい菌が体の中に入って風邪をひいてしまうよ、指がふやけて痛くなるよなど…子供の性格や様子に合わせていろいろ工夫してみましょう。指しゃぶりを自分からやめられるように、お父さんお母さんの腕の見せどころです！



Message from a Dental Technician

還暦記念にカブ旅

こんにちは、私は昨年60才になった記念に北海道へカブ旅に出発しました。何度も引き返そうと思いつつ、ようやく北海道にたどり着き、熊に3度も遭遇！野良犬かと思うくらいのキタキツネ！ツアー旅行では味わえない全北海道3800kmを走破してきました。みなさんも、時間が出来たら是非、何か挑戦してみてください。



ARITA セラミックス ラボラトリー
歯科技工士 浅田 知一
あさ だ とまかず



VOL.15

明けまして！
孫増えました！

新年明けましておめでとうございます。

令和となって初めてのお正月。皆様がいかがお過ごしでしょうか？

今年はネズミ年。うちの主人と長男は年男になります。それはそれはちょこちょこ動きまわよ〜。(笑)

災難無く穏やかな一年が過ぎますように…。さて、お正月のイベントといえはおせち料理です。

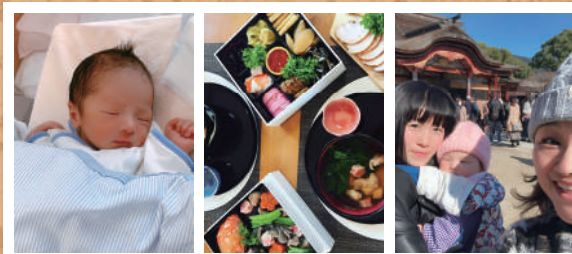
年末から仕込みを開始していた食材達はジャニーズカウントダウンの放送を見ながら重箱に詰めていくのが、私のお染まりの年越しスタイル。おせち料理ウニチクを子供たちに教えながらきれいに詰め込み自画自賛。

さあ、今年も皆様にとって煮敵な一年になりますように！！

私事ですが可愛い孫が増えました。

将来ジャニーズに入る事を

はあはは期待しています！



しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16
TEL(093)475-3830

かんだ歯科クリニック

京都郡苅田町富久町 1-2-1
TEL(093)435-1033

めぐみ歯科クリニック(行橋)

行橋市道場寺 1409-5
TEL(0930)25-0012

めぐみ歯科クリニック(水巻)

遠賀郡水巻町立屋敷 1-14-5
TEL(093)203-1888

新小文字歯科クリニック

北九州市門司区大里新町 3-8
TEL(093)372-3939

和自歯科クリニック

福岡市東区和白 2-2-35
TEL(092)605-8311

ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋 3-1-28
TEL(0930)26-4618

入会のご案内

年会費
1,000円

ハハハの会

医療法人 恵祐会

地域の皆様に
歯科情報を
多く発信致します

会員特典

- ① 定期的会報の送付
- ② 口腔ケア商品のクーポン送付
- ③ ホワイトニングなどのクーポン送付
- ④ その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。

ラテリエの歯ブラシを3本差し上げます。



医療法人

恵祐会

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16

TEL:(093)474-8616

<http://www.keiyukai.gr.jp/>

編集責任者 豊富 光浩

