

歯っぴー通信

三阪歯科医院 中間市太賀1-2-3 Tel 093-244-0315

URL : <http://www.misakasika.jp/>



第61号

2020.10.1

〇〇の秋

猛暑の夏が過ぎ、熱さ寒さも彼岸まで、というように過ごしやすいになりました。コロナ禍も収束に向かいつつあるようですが、油断は出来ません。当院でも感染対策をしっかり行っています。

さて皆様、〇〇の秋といえ何を想像されるでしょうか？当院では15年ほど前よりスタッフと共に10月から読書月間を行なっています。

今回は推薦図書として石飛幸三先生の『口から食べられなくなったらどうしますか？

「平穏死」のすすめ』です。日頃インターネットの普及で、活字離れが進んでいます。しっかりと活字を読むことは大切な事です。12月の院内研修会で感想を共有したいと思います。

コロナの影響で時間ができた秋の夜長に、皆さまも読書をされてはいかがでしょうか？

「平穏死」のすすめ

石飛幸三

延命治療の限界と、人としての安らかな最期を考える

国民医療者チームの活動報告から医療現場の最新情報や、病状の経過、死生観など、多くの人に読んでほしい文庫だ！

さて、コロナの影響で自粛していましたが、フレイル予防教室や、寺子屋歯っぴー塾も十分気をつけながら再開していく所存です。皆様も十分お気をつけていただきたいと思います。

(院長)

私の趣味と家族

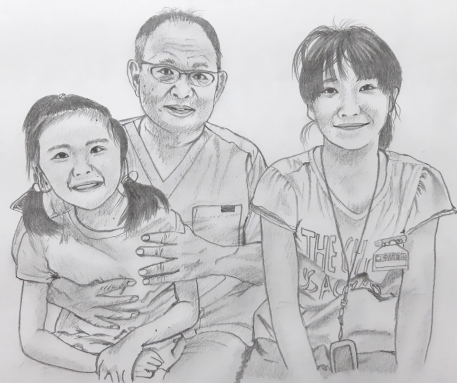
田中 一郎(中間市)

私と三阪先生との出会いは、かれこれ20年ほど前になります。

丁度、親知らず付近の治療も含め抜歯するに至り、虫歯の健康への影響を改めて考え反省しました。その後、半年毎の歯科健診を続け、それから20数年大きな虫歯は無く家族で健診に來ています。

今年三月に次女が保育園を卒園し、晴れて小学校に入学したのですが、コロナウイルスの影響で卒園式も入学式も短縮され可哀想だと思っていました。

ふと学生の頃イラストや人物、景色などを描いていた事を思い出しました。鉛筆画で



も人物を描いて寄せ書きにすれば、この世に一枚しかない最高の思い出です。

一本の鉛筆だけですが、陰影をつけたり、ぼかしたりする事によって立体感が生まれます。そして、よそ行きの洋服を着た娘の写真を肖像画にし、周りに寄せ書きして頂いたのです。

小学校入学の際にも先生方と一緒に写真を使い、真ん中に娘の笑った顔を取り囲む様に先生方の顔を描きました。

人物画の顔を描く時、その人の表情から色々な事を感じながら描きます。三阪先生を描いた時、しっかりと先を見据えるような眼差しと、娘を抱く両腕が印象的でした。がっしりとした男の人の腕なのですが、娘を大きく包み抱いてくれている優しさと、手の指



先を描く時、「一体何人の歯を触り、治療してきたのだろう、」。色々な経験や苦労を共にしてきたその手は、これから沢山の方の歯の健康を守っていくのだらうと。三阪賢二という一人の男を描き終えた時、格好良く思い敬う自分に気づきました。

三阪先生、どうかいつまでも元気で頑張ってください。そして、娘たちに優しい様に少しは自分にも優しくして下さい。今後ともよろしくお願い申し上げます。

追伸

長女とは、夏休みの課題を一緒に制作してきました。4年生は「となりのトトロ」、5年生は「もののけ姫」、今年最後の6年生では空に浮かぶ「天空の城ラピュタ」全て切り絵です。寄せ書きと共に部屋に飾り、趣味を通じ娘たちと思い出作りが出来事に幸せを感じております。



メタルフリー（金属を使用しない）治療を検討してみませんか？

歯科医院で治療を受けた経験のある皆様はご自分のお口の中のどこに金属が使用されているかご存じでしょうか。歯科治療では様々な場面で金属が使われています。しかし最近では、金属アレルギーを始めとした問題点が注目され始めたことや技術の進歩により、以前は金属を使用していた治療でも使用せずに行えるようになってきました。

歯科で金属が使用される治療

1. むし歯の治療

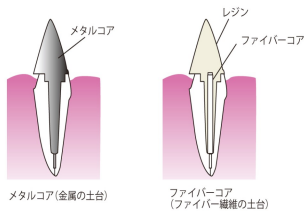
比較的大きいむし歯の治療では、歯の型を採り金属の詰め物や被せものを入れます。白いセラミックの被せものでも強度を持たせるため裏に金属を使用する場合もあります。

2. 歯の神経の治療

歯の神経を取る治療をした後に金属で土台を作ることがあります。三阪歯科では金属を使わずグラスファイバーとハイブリッド樹脂で作ることがほとんどです。

3. 歯を失ったとき

連結した被せものや、義歯、インプラントには金属が使われます。



神経の治療をした後に作る土台です



白いセラミックでも金属で裏打ちをしている場合があります

金属の問題点

1. 審美（見た目）

金属は歯とは全く異なる色をしているためお口の中で目立ちます。

2. 金属アレルギー

金属イオンが溶出することでアレルギーを引き起こすことがあります。アレルギーはその人もつ許容量を超えたときに発症すると考えられ、過去にアレルギーがないからといって今後も発症しないとは限りません。はっきりとした症状が出ないこともありますし、お口の中以外に症状がでることもあります。

3. ガルバニー電流

異なる種類の金属同士が接触することで微小な電流が発生します。電池を舐めたような味を感じたり、痛みを感じたりすることがあります。

メタルフリー治療といえば以前は保険適応外がほとんどでしたが、最近は保険適応で出来る治療も増えています。

保険のできる治療

1. コンポジットレジン

セラミックと樹脂の複合材料です。以前は金属を使用していた大きなむし歯でもコンポジットレジンで行えることが多くなりました。

→右図は金属の詰め物をコンポジットレジンに変えたものです。現在はこの程度の大きさであれば金属を使用せずに治療を行うことができます。歯っぴー通信第53号に特集しています。



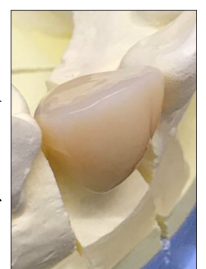
2. CAD/CAM冠

強化樹脂のブロックを機械で削り出して作る被せものです。以前は小臼歯・大臼歯（条件あり）のみの適応でしたが、9月から前歯にも適応されるようになりました。

保険のできない治療

歯を失い被せものをつなげる必要やかみ合わせが強く強度を必要とする場合、より自然で歯に近い色を必要とする場合はジルコニアという素材を使用します。

三阪歯科医院では金属の問題点を考えメタルフリー治療を推奨しています。記事を参考に検討ください。（小原成将）



フレイル予防体験 教室開催

9月17日(木)に、三阪歯科歯つぽいルームにてフレイル予防体験教室を開きました。感染対策として時間を短縮し、ソーシャルディスタンスを保てるよう少人数で行いました。

前半は、院長より「フレイル」について講義があり、その後、イスに座ってできるストレッチ、筋トレ、有酸素運動を行いました。普段使わない身体の部位を動かすことで、運動不足を軽減出来ればと考えております。

新型コロナウイルス感染症は、私達の生活に様々な変化をもたらしました。高齢の方からは、「活動の機会が減り、家でじっとしていることが増えた」「家族や知人とのコミュニケーションの機会が減った」



フレイル予防教室

参加費：1,000円/回
時間：14:00~15:30
持参物：タオル・飲み物
※動きやすい服装で！
10月の開催日
10月8日・22日



歓送迎会

uTubeでのライブ配信を試みました。直前の思い付きであり、十分に機器が用意できず、問題点も多々ありました。しかし今後、ご自宅からも参加できる方法として十分に活用できると考えられました。フレイル予防教室は室内で行えることも特徴です。外出の機会が減っていることと思いますが、より多くの皆様にご参加いただける方法を模索してまいります。(小原成将)

10月から、月2回(木曜)日フレイル予防教室を再開いたします。参加ご希望の方は、三阪歯科医院(担当：和田)までご連絡ください。みんなで楽しく身体を動かしましょう。今回は初の試みとしてY.O.

9月24日に永大丸の桃太郎で、新スタッフの受付兼助手の福山さんと歯科衛生士の田中彰子さんの歓送迎会と、短期間でしたが働いてくれた田中美恵子さんの送別会を行いました。

田中美恵子さんは、ブルガリアと日本の半々生活を送っています。ベテラン歯科衛生士さんで何でも出来るのでとても助かりました。ありがとうございました。また日本に帰ってきた時は三阪歯科を手伝ってくださいね。久しぶりのスタッフそろっての外食で美味しい食事と楽しい会話で楽しい時間を過ご

す事ができました。いつも心のこもった美味しい料理を作って下さる桃太郎の松本さん、毎回素敵な会を開いて下さる院長、奥様ありがとうございます。(増井 真澄)



田中さんお疲れ様でした

田中美恵子です。他医院にて長年、歯科衛生士として働いていましたが、ここ数年は臨床から離れておりました。

この度、7月末から2か月間だけ、こちらの三阪歯科医院でお世話になることになりました。皆様の「お口の健康」

無事に生まれました！

7月末に、無事に第二子、第三子となる双子女児を出産しました。母子共に健康です！お休みをいただいた後、多くの方からお気遣いのお言葉をいただき、大変感謝しております。

現在は、子どもの心身を育むため、まるまる育児(おひなまき)を実践したり、色々工夫をして子育てをしています。よく寝てくれて大変助かっています。

子どもの発達を観察しながら、お口の成長にも注目し、今後の赤ちゃん歯科の活動に活かしていきたいです。(小原美恵)



のお手伝いができればという思いで励んでまいりましたが、早いもので、その2ヶ月も終わりに近づきました。機会があつて、関わらせていただいた患者さま、ありがとうございました。また、いつかお会いできる日があれば嬉しく思います。加えて、先生方、スタッフの皆さんにも大変お世話になりました。感謝申し上げます。(田中美恵子)

8月中旬から勤務させていただいている田中彰子です。他院で長年、歯科衛生士として働いてきましたが三阪歯科に来て、初心に戻り、いちからという気持ちで日々勉強させていただいています。1日も早く色々なことを覚えて、今までの経験も生かせるように頑張ります！(田中彰子)



NEWスタッフ紹介

あやこてーす

お誕生日おめでとうございます！

8月28日は院長の69歳の誕生日でした。
昼休みに歯っぴールームにてお誕生日会をしました。

中間市の『みーとぱいはうす』のテイクアウトメニューからミートパイやタコス注文し、みんなで食べました。そして、今年のケーキは、なんと！院長の似顔絵付きの特製の大きなケーキでした！！食事もケーキもとっても美味しかったです。

来年は古希となりますが69歳になっても、仕事はもちろん、私生活でもサクソ演奏や最近はまだ自転車乗り始めたようで、休日はサイクリングであちこちへ行かれているようですね。いつもパワーあふれる院長！！尊敬しています。素敵な一年にしてください。（高田美由紀）



運動不足が解消できそうです♪



コロナの影響で家で過ごす時間が増えました。我が家は映画観賞を楽しんでいます。そろそろ映画館の大画面で迫力ある映像が観たいねと言っています。（友利一美）

長女がバレーボール部に入りました。初心者ながら楽しく練習しているようで、うれしく思っています。私も楽しく運動していきたいです。（野崎真由美）



最近、朝夕が涼しくなりましたので主人と一緒に夕食後に散歩に行こうかと話しています。



運動不足が解消できそうです♪
（福山美砂）

過ごしやすい季節になりましたね。
GOTOトラベルを使って近場の温泉で美味しいものを食べてのんびりしたいです。（増井真澄）



新米の美味しい季節になりました。今年は初めて土鍋でお米を炊こうと思っています。おいしく炊けますように…（堀智美）



スタッフ発信



先日、ボールトレーニングの研修を受けました。フレイル教室で紹介したいと思っています。（和田紫央里）



赤ちゃんができました！安定期に入ったのでご報告させていただきました。3月出産予定です☆あと5ヶ月マタニティライフ頑張ります！（菅野夏美）



今年の秋はキャンプに挑戦しようと思います。中学生以来なので、ドキドキしています。楽しみたいです（高田美由紀）



7月末に無事双子女児が誕生しました。母子ともに健康です。長女の赤ちゃん返りに悩まされています。（小原成将）



編集後記

暑さもすっかりと落ち着き、

朝夕には肌寒さを感じる季節になりました。今回の歯っぴー通信はいかがだったでしょうか。

今回、田中一郎様には快く巻頭記事を引き受けいただき、また素敵なイラストもいただきました。ありがとうございます。

鉛筆一つであのように表情豊かで温かみのあるイラストを描けるのは、その人に対しての思いや感情が表現されているからなのでしょう。

さて、新型コロナウイルス感染症の終息は先が見えず、三阪歯科でも【寺子屋歯っぴー塾】を始めとしたイベントの開催を見送っている状況です。今後

もこのような状況が続くことを考え、より感染症対策を強化したイベントの開催や、Web配信を行うなど皆様に安心・安全に参加いただけるような方法を検討しております。

一日でも早くコロナ禍が終息することを願っております。

（小原成将）