



HOSHIBA

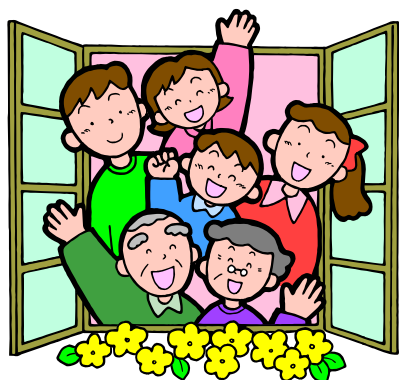
医療法人社団星秀会

ほしば歯科医院ニュースレター

Vol.42

こここのところ今まで感じていた‘季節感’と微妙に違った季節の移り変わりだと思いませんか？巻頭のあいさつに季節の話をする事の多い私ですが、ここ数回、『いつもと違う...』とやっているような気がします。桜の開花宣言後の寒さには、ちょっと驚きましたが、おかげで今年は長い間、桜を楽しめたので、ちょっと得をした気分でした。これからのちょっとした楽しみは‘新緑’ですね。診療室の窓から見える『行船公園』の緑が日に日に輝いていくのが楽しみです。『グリーン』には、気持ちを穏やかにする鎮静作用があるそうです。そう言えば病院や薬品などにグリーンはよく見かけますよね。ほしば歯科医院もそのひとつです。患者さんの気持ちが少しでも穏やかであって欲しいのは勿論のことですが、我々従業員も、穏やかな気持ちでみなさんに接することができるようにと、

選んだのです。濃いグリーンではなく、パールグリーンにしたのにも訳があります。優しい印象が加わるのが、第1ですが、実はこの色は『くすみ』『よごれ』が目立つ色なのです。あえてこの色を選んだのは、よごれを隠すのではなく、取り除くことにより、常に清潔であるためなのです。



✕ 虫歯は遺伝するの？ ✕

先日あるお母さんに「母親の私に似たのか、うちの子は虫歯が多いのです。気をつけているつもりなのですが、遺伝してしまったのでしょうか？」と尋ねられました。答えは「遺伝ではありません。虫歯は感染症であるという考え方が現在の主流なのです。」お母さんの口に存在する虫歯の原因菌が、離乳食を与える際などに同じスプーンを使ったりすることで

お子さんの口に移動し、住み着いてしまったのです。

しかし、虫歯の原因菌が存在する、すべての方に虫歯が多いわけではありません。菌の存在はあくまでも1つの要素であり、原因のすべてではないのです。虫歯ができるには、「歯の質」「食べ物の種類」「食べ物を摂る頻度」「細菌の活動の程度」など、いくつかの要素が関係しています。

これらの要素をお母さんが、上手くコントロールしてあげることができずにお子さんの虫歯も増えてしまったのかもしれないね。



でも、具体的には、以下のことを実行することで、虫歯の発生は抑えられます。

歯みがきを正しく行い、虫歯の巣となるプラーク（歯垢）を取り除く。お子さんの年齢によっては仕上げ磨きが必要です。

歯の質を強化する為に、フッ素塗布を定期的に行う。

3度の食事以外のおやつなどを摂る場合には、時間や回数を決め、けっしてダラダラと食べない。糖質の多い菓子類などは控えめにする。

飲み物も、なるべく無糖飲料(お茶)などを摂るようにする。

ただし、虫歯のできるのを嫌がるばかりに、今まで甘い菓子のおやつだったものを急に止めると、別のストレスがお子さんにかかります。

～ については、数週間の時間をかけて変えていくのが良いでしょう。



✕ 『第二印象』が力ギ ✕

4月になり、新入生や新社会人など、新たな出会いや生活がスタートした方も多いことと思います。人との出会いの中で、『第一印象が大切だ』と、よく言われていますよね。しかし、同時に大切なのが、『第二印象』なのです。

人間は同じ物を見続けていれば、やがて飽きます。記憶でも人気でも、時間が経つにつれ、忘れたり飽きたりします。

1885年にドイツの心理学者エビングハウスは、人間がはじめて強烈なイメージを受けても、時間や日にちが経つにつれて急速に忘れていき、やがては無関心になってしまうことに注意を向け、これを忘却曲線と名付けました。

一方、これとは反対に最初は希薄なイメージなのに、少しずつ印象が深まり、人気が上がっていくことがあります。

第一印象の良かった人の印象がちょっとでも悪いと、普通の人以上にマイナスのイメージが増幅して感じられてしまう、という経験をおもちではありませんか？

『坊主憎けりや袈裟まで憎い』と昔から言われているように、今までの好意が悪意に大転換してしまったり、深く嫌悪感を抱いてしまうこともありますね。

第一印象で知らず知らずのうちに、その人物のすべてが完璧であると思い込んでしまっていたのが、そうでない部分を1カ所でも見てしまうと、その思い込みが全部崩れ、嫌悪感を抱いてしまうのです。

人間関係では、第一印象であまり強烈に『よい』『好き』といった印象を受けると、その人間に対する評価に大逆転が起こる可能性が高いのです。つまり、「私は第一印象がよくない」と思って、引込み思案になっている人こそ、実は第二印象で相手の心をつかむ逆転の可能性を秘めているのです。

人と出会ってなんらかの会話をした後、よい第二印象が残るのはどんな人だろう。それは、美人だとか、頭の切れる人というわけではありません。話をした後で、いつまでも心に残っている人は、こちらの話に耳を傾けてくれた人が多いのではないのでしょうか。

聞き方の上手い人に、人は感動し心が動くのです。人との会話で、第二印象をよくし、相手に受け入れてもらおう最良の方法は、話し上手より聞き上手にな



ることでしょう。

- ・受け入れる気持ちを示すこと
- ・相手の話している内容にまず集中し、話し方には注意をむけない
- ・相手が話を中断したときには、自分の言いたいことよりも、相手の言いたいことをまとめる気持ちで話す
- ・批判してはいけない

以上のポイントに注意すれば、聞き上手になれ、第二印象力を強くしていくことができます。

つまり、第一印象によって、開かれた関係を第二印象により、より強くしていけるのです。

新生活になじめずに陥る『五月病』が気になる季節になってきました。第二印象力で、人間関係は改善されるのです。頑張りましょう。

もちろん、第一印象のよい人も、奢れることなく、第二印象を大切にしなければいけませんね。

ご意見はこちら

ほしば歯科医院へのご意見、ご感想、その他何でも受け付けております。どのような方法でも結構ですからお気軽におっしゃってください。

電話 03-3686-4657

ファックス 03-3877-7771 (院長直通)

E-mail info@hoshiba.net

<http://www.hoshiba.net>

編集後記

最近の歯磨き粉やハブラシのTVCMには以前のような『パジャマ姿のねぼけまなこ』がなくなりました。ブラッシングによる爽快さよりも、専門的な用語を用いるものが多くなっています。それだけ、国民の『歯』に対する意識が強まっているということでしょうね。

ほしば歯科医院ニュースレター 第42号
発行日 2004年4月10日発行

〒134-0088 東京都江戸川区西葛西1-13-7
tel. 03-3686-4657 fax. 03-3877-7771
e-mail. info@hoshiba.net
<http://www.hoshiba.net>
発行責任者 干場貴司