



HOSHIBA

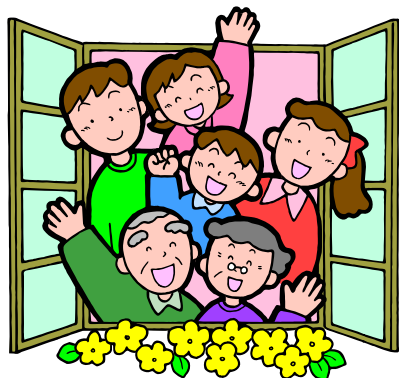
医療法人社団星秀会

# ほしは歯科医院ニュースレター

Vol.66

季節はもう秋ですね。秋という季節は、ちょっと暑くても「今年は残暑が厳しいな」と思い、涼しいと「過ごしやすい季節になったな」と思い、寒さを感じると、「もう秋も終わりだな」と思います。暑くないと夏らしくない、寒くないと冬らしくないと思うのと違って、秋はとても曖昧だけど受け入れ易い季節です。だから、芸術の秋、スポーツの秋、食欲の秋など様々な分野に気持ちも動くのでしょうか。

今、この秋の始まりの9月を大学の入学時期にしようという法改正案が検討されているそうです。大学入試は従来どおりに行われ、入学が決まった4月から8月までに『奉仕活動義務』期間を設けるのだそうです。なんとなく、「人の為にすること = 奉仕」を「法律上、道徳上しなくてはならないことがら = 義務」にすることには違和感を覚えてしまいますが。



しかし、あまりにも個人の尊重が重要視されて、他人に無関心になってしまっている現代ですから、これからの高齢化社会に向かうにあたっては、必要なことなのかもしれません。助け合うということは今以上に必要なのですから。

たとえ「義務だから」と行った『奉仕活動』であったとしても、受けることによって助けられる人はいます。また、続けることによって、『奉仕活動』の大切さを大学生が感じるようになることもあるでしょう。今までは、奉仕は、自発的に行うものと決め付けていましたが、受動的に始まってもやがては能動的なものへと変化していく可能性があります。そんな柔軟性のある捕らえ方で、これからの教育や社会の形成はとらえていかなければならないのかもしれないですね。

でも同時に『奉仕活動』を教育制度の改革に委

ねるのではなく、私たち大人も、今一度考える必要はあります。米黒人作家ジェームズ・ボールドウィンの言葉に「子供は大人の話聞くのはとても苦手だが、大人のまねをするのは、とても上手である」とあります。

## ✳️ お口は健康と若さの入り口 ✳️

唾液が出にくく、口の中が乾いてしまう、口が乾いて夜眠れない、ネバネバしてうまくしゃべれない、食べ物がうまく飲み込めないなどの症状を訴える年配の患者さんが増えています。

『ドライマウス』という一種の現代病です。

ドライマウスの原因は以下のようなものが考えられます。軟食傾向で噛むことが少なくなっていること、ストレス、常用している薬の副作用などです。

唾液がでなくなると、食べにくい、話しにくい、口が乾いて眠れないなど、日常生活に支障をきたします。食べにくいと体力が落ち、しゃべりづらいと気力とほがらかな気持ちが失われがちです。すると、老化がますます進行するという悪循環に陥ってしまいます。

老後に限らず、美しく健康に過ごすには、日ごろから、よく噛んで食べ、よくしゃべり、笑って過ごすことが大切です。口を動かす咀嚼筋や咬筋などを衰えさせないことです。『お口は健康と若さの入り口』なのです。唾液に消化や口腔内の浄化作用があることは、何度かお話してきましたが、その他、「粘膜を修復する働きがある」たんぱく質が唾液に含まれていることも科学的に解明されています。昔は、すり傷ができたときなどに「なめておきなさい」なんていわれましたが、実は理

にかなっていたのです。さらに、神経細胞の修復を促し、脳の老化を防止する因子も唾液に含まれることも解りました。この因子は唾液を介して全身に供給されているのです。

「ツバはきたない」などと思われがちですが、そのうち『唾液いっぱいブーム』が起こって『ボケ防止のためにツバをいっぱいだしましよう』なんてこともあるかもしれませんね。

まずは、よく噛んで食べましょう。よく噛めるお口の状態を保ちましょう。



## 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

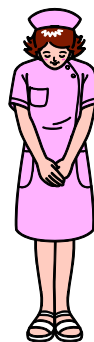
ファックス 03-3877-7771 (院長直通)

E-mail info@hoshiba.net

http://www.hoshiba.net



## お知らせ



現在、江戸川区歯科医師会で要職を務めさせていただいております。これも地域のため、皆様のためと信じ頑張っていきたいと思っています。ただ、会議が毎日のように入り、診療時間を短縮する日が増えております。予約がなく、閉院時間近くにご来院される方は、ぜひ一度ご連絡ください。尚、ご迷惑をおかけいたしますがしばらくの間、木曜日は休診とさせていただきます。



## 人事のお知らせ



ほしば歯科医院の流れをコントロールし、みなさんの、歯石をとったり、ブラッシング指導をしたりと、『歯ぐき』の治療のスペシャリストの歯科衛生士の古川さんが、12月の出産に向けて、産休をとります。1日も早い、復帰を望む気持ちもいっぱいですが、まずは何より、無事に元気な赤ちゃんを産んで欲しいと切に願います。衛生士学校を卒業以来ずっと、小さな身体でパワフルに、患者さんのために頑張ってくれた古川さんです。みなさんも応援してあげてください。

今後も、古川さんの分もスタッフ一同、力を合わせて、みなさんのお口のケアに努めますので、よろしく願いいたします。

## 編集後記

ある小児科医が『1度死んだ生き物が生き返ることはあるか?』というアンケートをとったところ、小学校高学年で3人に2人、中学生の半数が『ある』と答えたそうだ。驚いたことに、大学生でも『昔はそう思っていた』と答える生徒が何人かいるようだ。子供の頃に生命についての正しい理解がなされなくなってから、ずいぶん時が経っているという事だ。

ほしば歯科医院ニュースレター 第66号  
発行日 2006年9月2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