

# 令和4年 9月号 はな歯科通信



## 人に力をもらうということ

歯科衛生士の本吉さんが、十月から神戸にお引越してしまおうため、九月いっぱいまで退職されます。

元々自費専門の歯科医院でハイレベルな治療をしてきた彼女が、「もっと人に寄り添った治療をしたい」とはな歯科に応募してきてくれたのは一年半前でした。

時に私が慣れないギターで患者さんにハッピーバースデーを歌う姿をみては、ウクレレを自分で購入して患者さんに歌っていたり、医院の効率化のために具体的に提案や行動を起こしてくれたり、真面目で有能な彼女はいつも医院に真正面から向き合ってくれて共に進んでくれました。

まだ三二歳。きつとこの先も素晴らしい出会いがあることでしょう！皆で応援しています。

判断に迷ったらより多くの人間に貢献できる方を選べばいい。自分よりも仲間たち、仲間たちよりも社会全体。こ

の判断基準で大きく間違えるとはまずないだろう。アルフレッド・アドラー

自分自身にも語りかけ、振り返りながらはな歯科も引き続き歩いていきます。

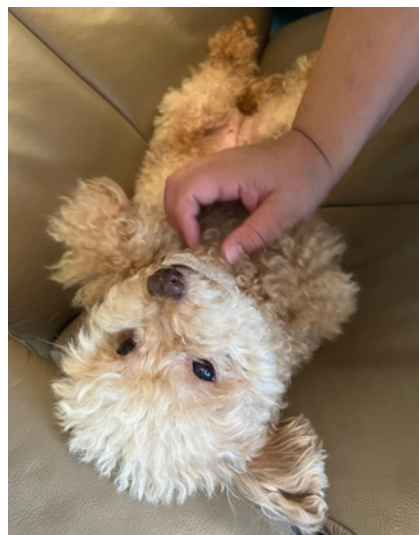
私がいっつもはな歯科のメンバーと接して感じてくることは、一人残らず患者さんの事を真摯に考えているということです。そして患者さんが喜んでくれると、とても嬉しそうに報告してくれます。それを見て私は心がいつもあたたかくなり、励まされながら診療しています。

人に喜んでもらったという報告でこちらが幸せな気分になるということは、贅沢な時間ですね。

パソコン得意な本吉さんが作り上げてくれていたはな歯科通信は、十月からまたどのようになるでしょう、？実は皆の記事を一番楽しみにしているのは私なのです。

今回は「私の好きな野球選手」もとうとう一位発表です！大石さんのマニアックな野球話、楽しみです。おかげさまで全然わからなかった野球も少し詳しくなりました。

(院長 小川)



東京医科歯科大学連携医  
麻布十番 はな歯科  
HANA \* DENTAL CLINIC

TEL : 03(6453)6033  
FAX : 03(6453)6034  
訪問歯科ご依頼の際は  
いつでもお電話ください

# ティップ先生 タイから が や っ て き た !

タイを想像すると、キックボクシング(ムエタイ)が浮かぶ方は多いのではないのでしょうか。

ムエタイは過去からタイの伝統的な武術です。

8月に、話題にのキックボクシング大会がありました。

若くてハンサムな日本人ボクサーの三浦公太さんと、タイの有名なボクサーBuaKawさんの試合です。

BuaKawさんは18歳の時、はじめてK-1に出場してから2回優勝しています。対して20歳の若いボクサー、三浦さんは日本のキックボクシング界の新星で、伝説のサッカー選手、三浦和義さんと、モデルの三浦理沙子さんの息子です。

その試合は世間の話題になりました。

壮絶な闘いののち、BuaKawは3回戦で三浦浩太選手に勝利しました。

BuaKaw選手は勝利しましたが、三浦知太は非常に尊敬され、タイ人、特に女性の間で人気がありました。

最近ジムで運動するためにキックボクシングもしてみました。楽しかったです！運動が終わって、とても気持ちよかったです。

興味があれば、キックボクシングを練習してみてもいいかもしれません。タイに来たらキックボクシングの試合を生中継で見ることができますよ！

**When you think about Thailand, one of the things that people know is kickboxing(Muay Thai). Muay Thai has been Thailand's traditional martial arts since the past. In august, there was a big exhibition kickboxing contest that people were talking about.**

**It is between young handsome Japanese boxer, Miura Kouta and Thai famous boxer, Bua Kaw. Bua Kaw used to be the two time K-1 winner, who returned to the stadium for the first time in 18 years.**

**Miura, 20 year old young boxer is the son of legendary footballer Kazuyoshi Miura and model Risako Miura. He is a rising star in kickboxing in Japan. The match was the talk of the town. It was a competitive fight. Finally, Buakaw won against Kota Miura in the third round kickboxing exhibition. Even Buakaw won, Kota Miura got so much respect and became popular among Thai people, especially females .**

**Recently, I also tried kickboxing for a workout at a kickboxing gym recently. It was fun! It felt really good after the workout.**

**If you are interested , maybe you could try kickboxing as an exercise. If you come to Thailand, you could see a live kickboxing match!**

(Dr. ティップ)





とうとうこのときがやって来ました! まあ、はな齒科通信を読んでくださってる方ははな齒科スタッフは、一位が誰かは予想がついてると思います(笑)

そう。一位は、予想通り!! この人しかいません! 読売ジャイアンツ第十九代主将坂本勇人選手です。プライベートでは最近騒がれております(泣)



小さい頃にお兄さんの影響で野球を始め、元々左利きの勇人は、お兄さんのグローブが右利き用だったので、そのまま使って、右投右打になったとか。(とても器用!)

小学校で昆陽里タイガースに入団し、田中将大選手(現・楽天イーグルス)とバッテリーを組んでいました。(勇人がピッチャー、まーくんが捕手です。)



打撃練習で左翼方向にある校舎に向かって放つ打球の飛距離、遠投距離、練習後にグラウンドを横断する約500メートルの競走…。常に競い合った。

高校は、八戸光星学院に進み、そこで鼻ピアス事件を起こすが、監督やチームメイトが見放さずチームに戻れ(勿論、ペナルティはあったけど)甲子園にも出場する事が出来、ウロのスカウトの目に留まった。二〇〇六年のドラフト会議でハズレ一位だったものの巨人に入団。(堂〇直〇選手が一位でした。)

高校時代の同級生で勇人と

最愛のお母様も勇人がプロ入りした一年後に、ガンに侵されていて、二〇〇七年五月に姫路で行われた試合にお母様を招待し、見事、第一打席でHRを打ち、その後も二塁打を打つなど大活躍!!

その姿を見て泣いておられたそうです。

その活躍した姿を見たお母様は、一ヶ月後に四七歳という若さで虹の橋を渡ってしまいました。

そして、支えてくれたお母様の想いを胸に『野球上手くなるんだ!』と誰よりも一生懸命に練習をしていた。今では考えられないが失策が多く、ヤクルトの宮本慎也さんに頼

同じ誕生日で、同じように関西から青森の光星学院に野球留学をした友人と卒業後も交流を持っていたが、その友人が二〇〇七年大病を患い、五度の手術を受けながらも勇人の活躍を楽しみに辛い治療にも耐えていた。

そんな最中、大病患った友人の病状が悪化し、たまたま甲子園で行われる予定だった試合が雨天中止になり、球団に了解を得て、病室を訪れた友人。

その姿を見た友人は、言葉を発するのが難しくなってるなか、『おお、勇人!』と声を掛けてくれたそう。

沢山の選手のサインを書いたユニフォームをプレゼントし、激励した。

その友人もその一ヶ月後に虹の橋を渡ってしまいました。お通夜には、勇人は試合の為に参列する事が出来ず、参列してる友人に『絶対に打つから試合観てて』とお願いし、その発言通り、二本のHRを打ち見事勝利。ヒーローインタビュー

んで守備の特訓をお願いしたり、これは今でもそうですが、他球団の人に年齢とか関係なく、打撃について聞いてみたりして、自分の糧にしているところは、尊敬してしまいます。

ビューの場では、泣きながら話していました。

女手一つで育ててくれたお母様の死。

切磋琢磨しながら高校時代を一緒に過ごした友人の死。



悲しい想いをしながらも、その二人の想いを胸に、現役十六年になっても『野球上手くなりたい!』と一生懸命に取り組んでいます。



私の好きなプロ野球選手第一位の記事は、来月も続きます!!!

(歯科助手 大石)



### 大石さんのぶどうパン



こんにちは。倉林です。星の王子さまを発見してきました。

箱根に星の王子さまミュージアムというのがあります。小学生の頃に読んだサンテグジュペリの小説『星の王子さま』を、また読んでみました。ちょっと眠くなってしまったけれど、とてもいいお話でした。200ヶ国以上の言語で翻訳される、世界中で愛される文学作品です。

『星の王子さま』が執筆されたのは第二次世界大戦の最中。そのため、戦争にまつわるテーマが含まれていると考えられています。

本文中のレオン・ウェルト(ユダヤ人)という人物はサンテグジュペリの親友ですが、



当時はナチスによる弾圧対象でした。この物語は、戦争のおろかさを言及しているとしても解釈されているそうです。今改めて読み返してみるのも、オススメです!

あらすじを一部抜粋させていただきます。

サハラ砂漠に不時着した主人公は、砂漠のど真ん中で一人の少年と出会います。なんと彼は別の星からやってきた王子さまでした。

故郷の星にいた頃の王子さまは、バラの花を世話していました。しかし、ある日バラの花と喧嘩したことをきっかけに旅に出ます。そして旅の中で色々な大人と出逢います。大人たちと交流したのちに、次は地球に降り立ちます。すると地球にはたくさんのバラが咲いていました。故郷の星に咲く1輪のバラがありふれたものだど知った王子さまは泣きます。そんな王子さまを救ったのはキツネでした。キ

ツネは、みんなにとっては、ありふれた存在の中だったとしても、君にとってはたった1つを特別なものだど考えることの重要性を教えてください。別れ際にキツネは、「大切なものは目に見えない」という秘密を教えてください。人それぞれ大切だと思ってるものは違うかもしれません。自分が大切にしている事を守るために、周りを傷ついたり、自分を傷ついたり、大切なモノまで傷ついたり、めんどくさい部分もあるんだけど、だからこそ人間は素敵な生き物だな、いいんじゃない、人間だもの。(あれ、よく聞くセリフ(・)相田みつをさん、すみません。お借りしました)が締めくくらせて頂きます。では。

(歯科医師 倉林)





今まで、あまり料理をしてこなかった私ですが、月に一度父の様子を見に実家に帰省し始めてから、ちょこちょこお料理もやり始めております。とにかく簡単な物がよいですね。

今回作った簡単レシピを紹介いたします。

## ねぎだくバーグ

【材料】 (2人分)

豚ひき肉 200g、長ねぎ 1本、たれ (みりん 大さじ1、しょうゆ 小さじ2)、小麦粉、みそ、サラダ油

【作り方】

1.ねぎは下2/3本分は粗みじん切りにする。残りは斜め薄切りにする。

2.ボウルにみじん切りのねぎ、ひき肉、小麦粉大さじ1、みそ大さじ1/2、水大さじ2を入れてよく混ぜる。なじんだら2等分して円盤形にする。

3.フライパンに油小さじ1を強めの中火で熱し、2を入れる。焼き色がついたら上下を返し、ふたをして弱火で7~8分焼き、器に取り出す。

4.続けてフライパンで斜め薄切りのねぎを中火で炒め、しんなりしたらたれの材料を加える。軽く煮立ったら、3に添える。



私はハンバーグが大好きなのですが、材料も多く下準備も面倒：(あ、前回六月号で紹介したのも、ハンバーグでしたね)そこで、今回も、「ひき肉と長ねぎだけでいいんです。」のフレーズに惹かれたのが、『ねぎだくバーグ』

私にも、本当に簡単に美味しく出来ました！ちゃんとまともがあり、肉の食感がしっかりと感じられます。パン粉等のつなぎがなくても、長ねぎの白い部分を加熱すると、とろみが出て、つなぎの役割を担ってくれるそうです。ちなみに、父に食べさせたところ、タレになるねぎの青い部分が少なかった為、ソースをかけちゃってました。

正解はコチラ←



ひき肉+長ねぎだけでしっかりおいしい！つなぎいらずの「ねぎだくバーグ」

食欲の秋ですね。少しずつお料理のレパートリーを増やしていきます。

(歯科衛生士 野口)

こんにちは  
歯科医師 山本です

## 今月の俳句

虫の声 赤ちゃんスヤスヤ 子守唄

カンタロトプス

秋の虫 今宵我らの 歌合戦

海苔子

# ほのぼの原さんの旅



※3月1日

鉢には植えずに、枝の下部を水道水に浸して、毎日の水替えのみをしていました。

※4月26日・29日

小さな葉や芽と根が1~2本出てきた時点で緩効性の肥料を入れて鉢に植え付けました。

※6月5日

葉が大きくなり、幹も少し太くなりました。その後、7月と8月に少しだけ肥料を足しました。また、晴天の日の毎朝の水やりは欠かさないようにしていました。

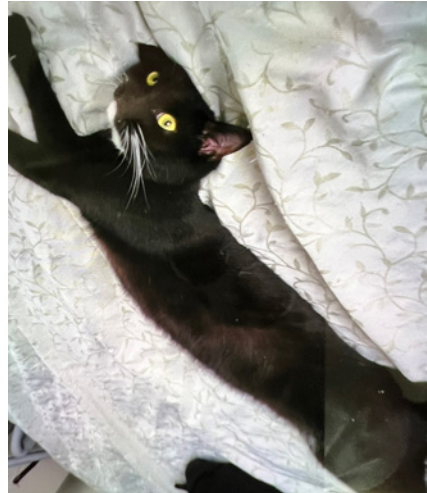
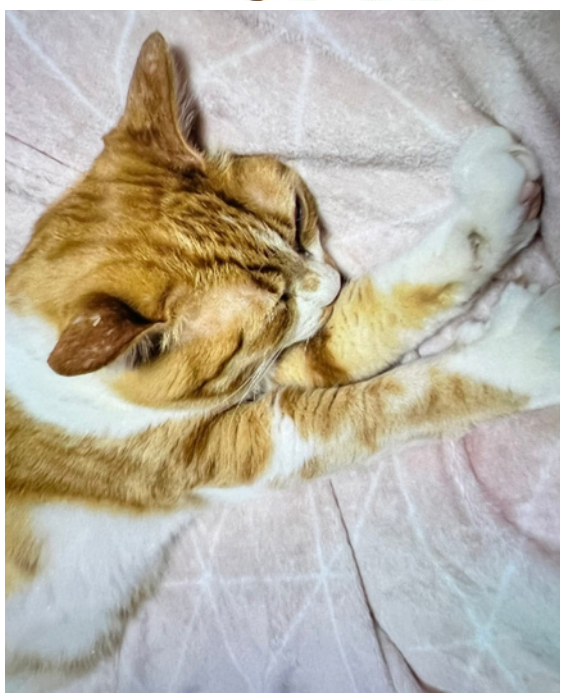
※9月4日

夏になるとぐんぐん成長して小さな実が付き、それがだんだんと大きくなってきました。自分が予想していたよりも大きく育ち、もしかすると1年目から少し収穫できるかも、との甘い考えで期待して見守っています。

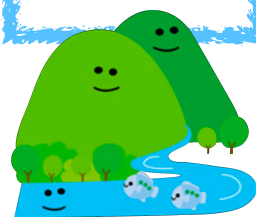
小さな実が付いているのはホワイトイスキアという種類で、完熟しても小粒のままでも濃くならず黄色のままのホワイトイチジクです。

※最初と現在の比較写真

半年前の植え付け前の写真と、現在の写真です。ピンク色の印を付けてある箇所が同じ枝のちょうど同じ部分で植え付け前からの名残です。



# 本吉ひとみ 道中記



約一年とちよつとお世話になつたのはな歯科での勤務は、関西に拠点をおくことになつた関係で今月が最後です。短い間でしたが、お世話になりました。これまでのことを少し振り返っていききたいと思ひます。

元々、新卒からずつと勤めていたところは自由診療の多い一般歯科でした。繊細で高度な治療は見えていても圧巻で楽しかった反面、自分のなかで心に残る“何か”もありました。「病気を診ずして、病人を診よ」という言葉があります。これがその“何か”かもしれませぬ。

そんなことを感じて退職し、彷徨っていたときにはな歯科の求人を見。はな歯科の診療理念である「心にタッチする医療」に魅かれて応募しました。

# 感謝

実際に働いてみても、患者さんとのコミュニケーションの時間をしっかり取り、「どうしたら喜んでもらえるか」を考へて行動しているのが感じられて、とても居心地がよかったです。

一般歯科よりも患者さんの人生をみて寄り添うことができる医療。それが訪問歯科診療の醍醐味なのでしょう。

どちらの医療も経験して改めて感じたことは「医療に正解はない」ということ。高度な技術で難しい症例を治療していくのもひとつ、患者さんに寄り添いサポートしていくこともまたひとつ。みんながみんな真剣に患者さんと向き合つた結果いまのカタチがあつて、どちらも必要でなくてはならないものなのです。

私はまだこの先どんな道を



歩んでいくかは決めていないのですが、どこにいったとしても「患者さんと真摯に向き合い、患者さんが必要とすることに応えられる歯科衛生士になること」これを目標に今後も前に進んでまいります。

これまでお付き合いいただいた皆さん、本当に本当にありがとうございました。あたたかい先生やスタッフ、患者さんに見守られて幸せな一年間でした。

入れ歯が入つて噛めるようになった患者さんとみんななかたにおせんべいをバリバリと食べたのも、演奏してハッピーバースデーを合唱したのも、真剣に向き合うがあまりスタッフ同士で言い争つたのも、これはな歯科新聞の編集を任されてほめていただいたのも、楽しかったなあ。忘れられない思い出たちです。

(歯科衛生士 本吉)

施設に飾られていました。素敵な押し花です。



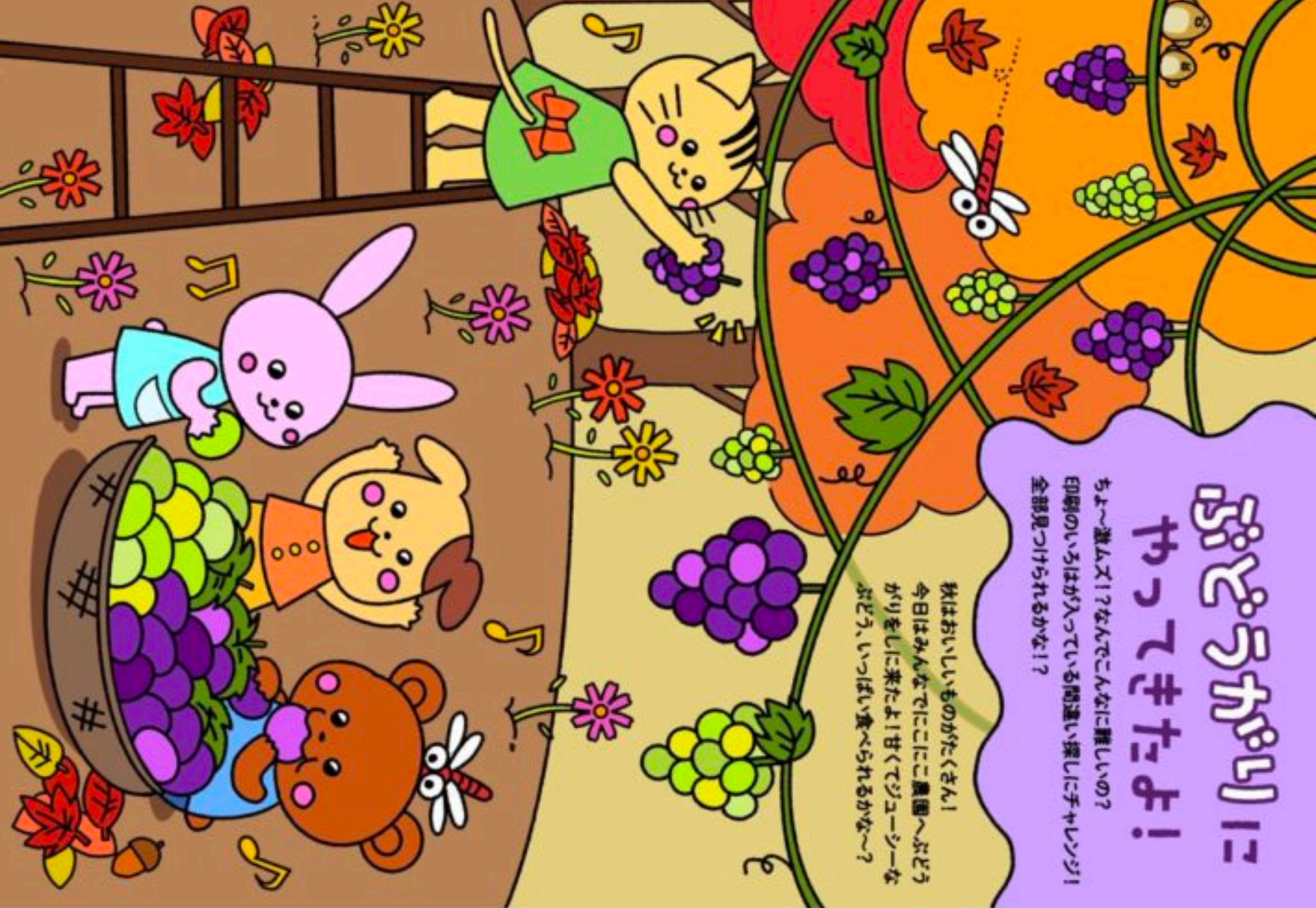
お弁当のカップを利用したそうです。花火のようなお花のようなかわいい患者さんの作品



# ぶどうがりに やってきたよ!

ちよ〜誰ムズ!?なんでこんなに難しいの?  
印刷のいろはが入っている間違いない探しにチャレンジ!  
全部見つけられるかな!?

秋はおいしいものがたくさん!  
今日はみんなでここに農園へぶどう  
がりをしに来たよ!甘くてジューシーな  
ぶどう、いっぱい食べられるかな~?



# ぶどうがりに やってきたよ!

ちよ〜誰ムズ!?なんでこんなに難しいの?  
印刷のいろはが入っている間違いない探しにチャレンジ!  
全部見つけられるかな!?

秋はおいしいものがたくさん!  
今日はみんなでここに農園へぶどう  
がりをしに来たよ!甘くてジューシーな  
ぶどう、いっぱい食べられるかな~?

