

カムカム! ファミール

皆様、こんにちは！いつも「カムカム! ファミール」を読んでもいただき、ありがとうございます。

前号では、私の歯科医師人生を振り返って、「歯を残す」「人を遺す」「仕事を形に遺す」の3つを意識して仕事をしてきたことをお伝えしました。今回は、「仕事を形に遺す」についてお話いたします。

私は歯科医師として仕事をできるようになり、将来自分が引退して自分の歯科医師人生を振り返った時に、自分がどんな仕事をしてきたのか、本当に社会に貢献できたのかを確認・評価するためには、自分の「仕事を形に遺す」ことができたわかりやすいのでは、と思うようになりました。その一つが、前号でお話した「認定資格」です。

学会の認定資格は、学会参加による継続的な勉強と、厳しい認定試験をクリアしなければなりません。この認定試験を受験することが本人にとって大変なのですが、学びが多く、とても勉強になります。実際に、認定資格取得前と後では、患者さんに対する気持ちや目線がガラッと変わります。更に資格更新が必要なため、一度取得すると生涯研修が必要となります。「認定資格」を取ることは、本人が仕事を辞める時に、自分の行ってきた「仕事が形に遺る」とても大切なことだと考えています。



▲ 学会発表 / 院長

その他、学会発表や学会論文、講演、歯科雑誌への投稿などで、自分が行ってきた仕事を形にして遺しておくことは、自分自身のレベルアップに繋がり、後で自分の人生を振り返った時に、よく頑張ったなと自分を褒めてあげることができ、充実した人生にも繋がります。



▲ 雑誌「ザ・クインテッセンス」へ掲載 / 院長

私自身も、学会発表や講演、雑誌への投稿等により、自分の行ってきた仕事が少しずつ形になり、自分の成長を実感するとともにレベルアップにも繋がり、さらなる仕事へのモチベーションとなっています。これからも、「仕事を形に遺す」ことにこだわっていきたいと思っています。

※裏面に、「形に遺す」ことが出来たものを一部ですがご紹介しています。 医療法人QOL ファミール歯科 院長 原 博章

診療カレンダー

★... 勉強会の為、午後の受付は15時からです。

4月 休診日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	★22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月 休診日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	★10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	★20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月 休診日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	★14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	★24	25
26	27	28	29	30		

< 4月のスケジュール >

- 2日(土) 矯正相談日
- 9日(土) Dr.森澤 不在
- 20日(水) Dr.森澤 不在
- 21日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 23日(土) Dr.山本 不在
- 25日(月) Dr.山本 AM不在
- 30日(土) 院長 不在

< 5月のスケジュール >

- 1日~5日 休診
- 7日(土) 矯正相談日
- 14日(土) Dr.森澤 不在
- 18日(水) Dr.山本 PM不在
- 19日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 28日(土) 院長 PM不在

< 6月のスケジュール >

- 3日・4日 院長不在
- 4日(土) 矯正相談日
- 11日(土) 院長 不在
- 16日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 18日(土) Dr.森澤 不在



歯科医師からの/ 噛む★カムとびっくす

歯科医師・歯科衛生士・歯科助手・受付のそれぞれの部署から、皆様にお伝えしたいことを順番にお話していきます。

「口呼吸と鼻呼吸」について

今回は、歯科医師から「口呼吸と鼻呼吸」についてお話しします。

皆さんは、呼吸を「口」からしていますか？ それとも、「鼻」からしていますか？ まずは下記の項目をチェックしてみてください。



- ① 朝起きると口が乾いている
- ② 気が付くと口が開いている
- ③ 口を閉じると、顎に梅干し状のしわが出来る
- ④ 口臭が強い
- ⑤ 鼻がつまりやすい
- ⑥ 食べる時にクチャクチャ音を立てる

一つでも当てはまる人は、口呼吸になっているかもしれません。

口呼吸の場合は口が乾くので、だ液による殺菌や消毒の作用が発揮されず、口の中は細菌が繁殖しやすい状況になります。

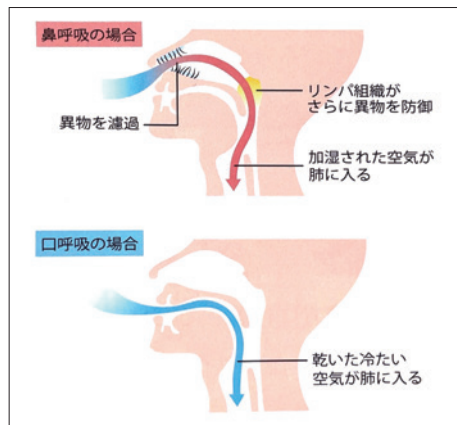
むし歯や歯周病になりやすいだけでなく、直接菌が喉に定着することで免疫力は低下し、風邪を引きやすくなります。

一方、鼻呼吸では加湿された綺麗な空気を取り込むことが出来ます。

最近の生活で手放せなくなった感染症予防のためのマスクですが、マスクをすると息がし辛いと感じることはありませんか？

マスクをすると口と鼻が覆われて、鼻からの息がし辛くなり、ついつい口呼吸になってしまいがちです。

呼吸は無意識に行うものなので、あなたも気が付いたら口呼吸になっているかもしれません。今一度、鼻呼吸を意識して生活してみてくださいね。



▲「子どもたちが上手に噛める・食べられる・呼吸できるようになる本」著 柿崎陽介 参照

歯科医師の「眞部 遥」が ファミリー歯科の一員になりました！

趣味は舞台観劇です！



この度、4月からファミリー歯科で勤務することになりました。眞部 遥（まなべ はるか）と申します。いつも笑顔を中心かけて、一生懸命努めてまいります。どうぞ宜しくお願い致します。

「仕事を形に遺す」ことが出来たものを一部ご紹介！ （※表面記事参照）



▲ 学会発表 / 細川美鶴



▲ 雑誌「歯科衛生士」に掲載 / 院長・細川美鶴・中野浩子



▲ 学会発表 / 佐々木祥子



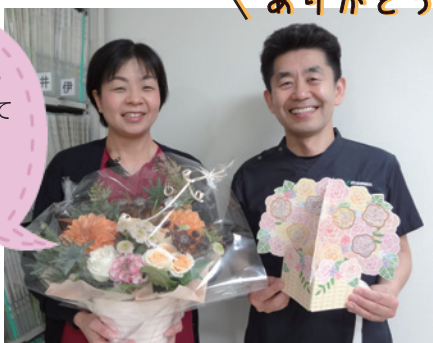
▲ ポスター発表 / 中野浩子

※ 症例発表は全てご本人様に許可を頂いております。

歯科衛生士の「青木 史江」が1月末まで、歯科医師「岡上 友里恵」と 歯科衛生士「赤木 柚香」が3月末で、ファミリー歯科を卒業しました。

／ ありがとうございます！ ／

担当させて頂いた患者さんとの出逢いや経験は、私自身にとって宝物となっております。本当にありがとうございました。
青木 史江



今まで本当にありがとうございました。ファミリー歯科で学んだ事を次に活かして、1人でも多くの患者さんのお口の健康をサポート出来るよう、頑張っていきます。
岡上 友里恵
赤木 柚香

