

## 忘れがたい先輩歯科衛生士に感謝

診療支援部歯科衛生部門 小島 千奈美

はじめまして、診療支援部歯科衛生部門の小島と申します。現在、診療支援部歯科衛生部門は私が入局した平成18年の12名から26名の大所帯となりました。私は1ブロックー総合診療部（準備室管理、学生・研修医のサポートなど）、2ブロックー予防歯科・歯周病科（周辺業務・メンテナンスなど）で日々働いております。1、2ブロックで5名の歯科衛生士が配属されていますが2名はメンテナンス業務にまわりますので実質3名で広い診療室を駆けまわらなければなりません。先生方により細やかな配慮ができるよう充実した配置をのぞんでいるところです。

私は運よく今まで配置異動をせずに過ごしてきました。長い方では8年間メンテナンスに携わる事ができました。長くなるにつれ段々新潟弁丸出しの会話になってしまい通り過ぎる方は何を話しているか解らない事があるかもしれません。8年間といっても高齢者の8年となってはライフステージがかわり今までに当たり前に出たことが、そうでなくなるといったことが多々あります。口腔内の環境の変化に対応できる方、一方口腔ケアに移行する方さまざまですが患者さんの心の寄り添い少しでもQOLのお役に立てたらという気持ちで日々頑張っています。

私の日々の原動力は家族であり仲間であったりもしますが、この病院に入り当初同じ科であった先輩歯科衛生士の影響があります。開業医上りの私を根気強く時には厳しく教えて頂きました。患者さん・先生・学生にきちんと説明が出来るように勉強が必要なことを痛感させられたのも彼女のおかげであると思います。変なプライドがあった私は解らないので教えてくださいということが出来ず、彼女のメンテナンスや業務記録を盗む

ように見ていました。そんな矢先、先生とのミーティングの際休みを取っていたはずの彼女が点滴スタンドをひいてあられ普通に参加していました。これほどプロ意識を強く持ち自分の仕事に心血を注いでいたのかと愕然としました。当時、子供も小さく病気がちで自分だけが忙しくつらいと心が荒みそうな時にみた光景だったので彼女のことを思ったら私の悩み事はほんの些細なことで吹っ切れた瞬間でした。彼女は患者さんと会話する時は本当に楽しそうですし何事にも一生懸命でした。モチベーションの下がった患者さんには本気で向かいあっているいろいろなアプローチ方法を考え実践していました。一方、同じく家族を持ち忙しく働く主婦もこなしていたのだと思います。そんな姿を見て私も彼女のような強くて懐の大きな歯科衛生士になりたいと明確な目標ができました。

今は遠い所にいらっしゃいますが勧めてくれた認定歯科衛生士も奥田先生の指導の下、取得できました。又、歯周病学会のポスター発表・論文等でお世話になった竹中先生、本当にありがとうございました。私には何が出来るのか何が残せるのか？見守っててくださいね。

次は、かわいくて強い歯科衛生士、白井友恵さんです！



## 心に健康を

診療技術支援部歯科衛生部門 白井友恵

は～い！小島千奈美さんからご紹介頂きました、歯科衛生士の白井友恵と申します。私は、歯科助手を経て歯科衛生士になったので、年齢に反し、歯科衛生士歴はまだ6年目です。新潟大学医歯学総合病院で働くと同時に社会人大学院生として顎顔面口腔外科学分野に入学し、3年目になりました。仕事と大学院の両立は想像以上に難しく、毎日が気力との戦いです。

大学院入学当初は、自分自身の教養のなさを恥じる日々がしばらく続き、自尊心が欠落しましたが、「今までわからなかったことが、今わかったらそれでいい」と思考回路を変換させ、前向きに取り組む努力をしました。出来ないままの自分であることが許せない性分なので、人の倍の時間がかかってもいいからわかるまでやると決めています。

一方、仕事においては診療を円滑に行える、安全かつ働きやすい環境作りを心掛けています。要領よく動く上で、即時の判断力が必要となりますが、容易なことではありません。常に己を客観的にみる眼を持ち、冷静な判断ができる状態であること、これに尽きます。まだまだ、不十分な所が多く、迷惑をかけていますが、どんなことでも相談できる環境があり、先輩衛生士さんや看護師さんから学ばせて頂いております。その度に経験値の重要さを感じます。

「経験値」の大半は、自然に身につけていくものですが、糧として役に立つものは積極的に関わって得た経験です。中には、やらなければ良かったことやしたくなかったこと…数えきれない程あります。その経験も全て含めて今の自分が成り立っているのです、現時点ではここまでが限界なのだとは悟っている次第です。いつまでも謙虚に学ぶ姿勢を持ち、他者からの助言や思考を素直に聞ける自分でありたいと思っています。



時に、身体の不調や気分の不快、精神的な苦痛もありますが、患者さんにとってはいつでも元気でいてほしい、当たり前な存在なはずです。私達医療人も人間です。笑顔でいれない時もあるでしょう。心の健康を保つことは課題となります。

あくまで私の場合ですが、イライラしてしまったり、気分が落ち込む時は、クラシックなどを聴き、心を一定に保つようにしています。そして、何よりの癒しは愛猫のランと触れ合うことです。

最近は歯磨きを嫌がるようになってしまいました。歯の健康は全身の健康です。人間と同様、動物も口腔内環境を整えることは長生きにつながると獣医さんもおっしゃっていました。20歳まで生きてもらえる様に頑張ります！話が



少し逸れましたが、心を常に整えておくことは医療人として必要なことであると思います。心の豊かさは人を明るくし、余裕を与えます。

何か困難な事があったり、一歩踏み出せない時でも時間は過ぎていきます。自然と時間が解決し、人を成長させることもあります。何年経過していようときっかけが今ならば今やればいい、思い立ったけれどまだ時期ではないと思うならば止めればいい。要は「志をたてるのに遅すぎるといふことはない」と私は思います。歯科衛生士などの職業関係なく、偶然このページを読んで下さった方達の少しでも糧となれたら光栄です。

最後までお読み頂きありがとうございました。今後とも宜しくお願い致します。

