

素 顔 拝 見

顎顔面口腔外科

西 川 敦



平成27年2月より顎顔面口腔外科助教を拝命いたしました西川敦と申します。今回、原稿を書くにあたり、まず私が5年前に投稿した歯学部ニュースの記事を改めて読み返してみました。「大

学院修了にあたって」と題してあるのですが、研究の話はほとんどなく、半分以上にわたって私生活が書かれていました。もう少し大学院研究について書くべきところであった過去の自分に反省しつつ、前回投稿の補足およびその後について今回書かせていただきたいと思います。

まず、私は奈良県天理市の出身です。新潟で天理出身ということ、高校野球で有名な天理高校や、柔道などのスポーツで活躍の多い天理大学もあり、名前を知っている方も多いのですが、驚いたのはそれ以外にも、夏に小学生向けに行われる「天理教・こどもおぢばがえり」に参加し、天理に行ったことがあるという方が意外と多いことでした。私自身は参加したことはなく、子供のころは「なんで遊園地とかがあるわけとちゃうのに、わざわざ天理なんかにかんないっばい人來はんねんやろ」くらいしか思っていませんでした。これを読んでいただいている方の中にも何人かは過去に参加したことがある方がおられるかもしれませんが、といっても、多くの方は訪れたことがないと思いますので、近くに来ることがありましたら、目立った観光名所のある場所ではありませんが、インパクトでは奈良の大仏様にも負けない天理の

独特の市街地を見ながら、新潟のラーメンにも負けない天理ラーメンの一杯でも食べに立ち寄っていただければと思います。

高校までの生活を奈良、京都を中心に過ごし、2000年に新潟大学歯学部に入學、研修医を1年間経て顎顔面口腔外科に入局、医学部第一生化学にお世話になって研究を行い、大学院を2011年3月に卒業しました。大学院卒業後は1年間秋田・由利組合総合病院に出向以外は大学病院での勤務を中心とした生活を過ごし、現在に至っております。

最近の私生活はというと、周囲の方からは、「千福」で酒を飲んでいるか、走っているかのイメージがあるみたいですが、あながち間違いではありません。お酒の話はここで書く内容ではないと思いますので、走る話を少しさせていただきます。前回投稿した歯学部ニュースでは、医学部の研究室のメンバーでチームを組み、2010年に佐渡トライアスロンRタイプ（3人でのリレー）に出場したことが書かれていました。その時、周りの選手は1人ですべての種目を行っているのに、私は3人でやっているのかと悔しい気持ちになり、このリレーの出場をきっかけにして、トライアスロンを目指すことになりました。ここで簡単にトライアスロンについて説明させてください。トライアスロンはスイム→バイク→ランの順に種目を行う競技で、距離別で大きく3つのカテゴリーがあり、オリンピックディスタンス（スイム、バイク、ラン：1.5km、40km、10km）、ミドルディスタンス（約2km、約100km、約20km）、ロングディスタンス（約3km、約150km、約40km）に分けられます。なお、日本で行われる一番過酷なトライアスロンと言われているのが、数年前に「行列のできる法律相談所」でも話題となった佐渡トライアスロンAタイプであり、その距離はスイム：3.8km、バイク：190km、ラン：42.195kmです。

1人で3種目を行うと決意したものの、これま

での経験からバイク、ランは何とかなっても、当時の私は25mも泳げない状態でした。そんな状態から「クロールの泳ぎ方」のDVDを見ながらプールに通い、友人からは溺れているような泳ぎ方と言われながらもなんとか泳げるようにまじりました。2011年7月、オリンピックディスタンス（温海トライアスロン大会）に挑戦し、完泳184人中182位というひどい成績ながら、無事に3種目完走することができました。その後も、フルマラソンや自転車の大会も出場しながら練習を重ね、少しずつ距離をのびし、スイムの成績は相変わらずひどく全体の順位を引っ張るものの、2013年6月にミドルディスタンス（アイアンマン70.3セントレア知多半島ジャパン）を完走し、2014年9月にはついに佐渡トライアスロンAタイプに挑戦することができました。Aタイプはスタートが朝6時であり、スイムの間は、気合いを入れて飲みすぎたRed Bullの炭酸からくる吐き気と、ランの最後は眠気と闘いながら午後7時34分、合計13時間34分の成績で完走することができました。現在も速さに磨きをかけることを目標に練習をしています。こんなことばかりしていると、周囲からは何が本職かと聞かれ、一度応援に来てくれた姪からは私の仕事を「走ること」と思われていますが、トライアスロンに興味がある方は気軽に私まで声をかけていただければと思います。トライアスロンは練習すると、その分すぐにタイムとして結果につながりますし、オリンピックディスタンスだと少し運動経験のある方であれば、そこまでしんどい思いをしなくて完走でき、周囲からも「トライアスロンやってるんやね、すごい」といって褒めてもらえるので、やりがいのあるスポーツだと思います。また、バイク、ランのみの大会もときどき参加していますので、みかけたら声をかけてもらえればと思います。ちなみに、本職はいちおう歯科医師だと私は思っていますが…。

最後に、トライアスロンだけ練習し努力するのではなく、仕事、プライベートともにまだまだ若輩者で努力が必要です。皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、今後とも公私ともどもご指導ご鞭撻のほどお願いします。特に水泳をご指導いただければ幸いです。

歯学教育研究開発学分野 特任助教

加 来 咲 子

2015年7月1日より、歯学教育研究開発学分野の特任助教を拝命いたしました加来咲子と申します。出身は広島県で、卒業は九州歯科大学、同大学の大学院矯正科を卒業後しばらく福岡市の専門医で勤務するところまで、西日本に住んでおりました。

結婚を機に、新潟に移り、間もなく8年目になります。転居以来これまでに、気候や土地、文化などいろいろな面で日本が縦長であることを実感してまいりました。新潟生活を始めて間もないころには、正直、これまでの生活圏とのギャップに辛い思いもしました。まだ、若かったのでしょうか、都会が恋しいと思うことが多々ありました（今でもありますが）。自分が40歳間近になった今、子供を持ったせいもあるかと思いますが、家族でゆったりと休日をごす事が今の一番の楽しみで、四季のある新潟生活を満喫させていただいております。

新潟に来て初めての冬が終わる頃“春がこんなに待ち遠しいと思わなかったね。”と友達と笑ったことがあります。新潟の方にとっては当たり前の冬の寒さも、私達には心底辛かったのだろうな、と今でも思い出します。

～冬から春～

冬から春にかけて我が家が毎年たずねる場所に、水原の瓢湖があります。ここは私の一番のお



気に入りの場所です。冬の白鳥の飛ぶ姿は他の鳥と違って悠然としていて、迫力がたまりません。周囲の田圃で泥だらけになって餌をつつく姿は、生命力満点で、クラシックバレエに登場する美しいイメージと違って、逞しくいつまでも眺めてしまいます。夕方になると白鳥が田圃から湖に帰ってくるため、それを狙って訪ねますが、その時間帯はかなり寒く決して長居することはできないのが唯一残念な点です。

冬の寒さが残る春先の瓢湖は、足元の菜の花と桜が同時に咲き、眼前では水面に白鳥、遠い山頂に残雪を見るという、往く冬と来る春の境目に立ち会うことができます。なんとかこの景色をカメラに収めてみたいと試みたことがありましたが、私の技量の問題で、あの景色を再現することは不可能でした。新潟の景色はいつも規模が大きく広範囲になり、写真に収めると実物の迫力との間にかなりのギャップが生じるものだと思っておりました。ところが昨年惜しまれつつ亡くなられた新潟市出身の写真家・天野尚さんの写真展に行ってみると見事に美しい新潟の風景が再現されており、大変感動しました。彼の故郷だからこそ誤魔化すことなく細部まで表現することにこだわっておられたのではないかと考えております。

最近の春のお気に入りスポットのもう1つに主人が見つけた保田地区の水路沿いに長く続く桜並木があります。土手は土のまま、周囲は田圃で囲われているため、つくしも生えるし、カエルもいるし、私には懐かしい景色です。混雑知らずで汚れることなく、毎年変わらない姿を見せてくれています。花卉が水路に散る様も美しく、桜の季節が終盤となっても楽しめるスポットです。

～夏～

夏は他の地域と変わらず暑い新潟。冬は思いきり寒く、夏が西日本に負けずおとらず暑いので、なぜか損をしているような気分になることがあります。私は体温調節が間に合わないようで、暑さに弱くビクビクしながら出掛けるくらいですが、花火大会が毎週のように行われている季節には備

えを万全にして張り切って出かけております。中でも長岡花火は格段に素晴らしいと思います。元々が慰霊・復興・恒久平和の意味を込めた花火大会ということで、地元の人々の思い入れをひしひしと感じます。マナーもよく、全国から集まる観客の受け入れ態勢も整っており、ボランティアの方が多くおられ、整備された観覧席では子供連れでも安心して楽しむことができました。新潟とあれば当然、花火のクオリティーは日本一であり、圧巻です。戦後70年たった昨年にはハワイでも長岡花火が打ち上げられたそうで、地元の方々が、いかにこの大会を大切に育てていっておられるのかを知りました。是非とも、元々の趣旨とともに世界にアピールしていただき、益々発展していただきたいと思います。

～秋～

花火シーズンが終盤にまでくれば、あっという間に稲の穂が垂れ始め収穫の秋に突入です。新潟の神主さんに聞きましたが、毎週のように収穫祭等が執り行われるため、最もお忙しい季節だとか。準備も含めると休みもないほどだそうです。

我が家は、季節を問わず週末に野菜や果物を目指して産直所に出かけております。秋になると見慣れない食材が出てきますので、自然に回数が増えます。変わった野菜を見るとついチャレンジしたくなりたまには失敗するというスリルがあって、それもまたよしです。新潟と隣県には果物が多く栽培されておりますので、足を延ばしての果物狩りもこの季節の楽しみの1つです。ただ、歯科ではご存じのとおり、秋は学会シーズンでもあります。やむなく旬を逃すこともあります。ですが、それを機会に旬の季節を知ったりする（思い知る？）のも悪くないと考えております。

その他、新潟の良さは挙げると限がありませんが、ちょっと地味な傾向があるので住んでみてこそ気付くものが多かったようにおもいます。また厳しい気候に耐え、だからこそ美しかったり、美味しかったりするものが多いようです。日本人らしく四季とともに生活するには新潟は日本一最適な土地なのかもしれません。

それでは、我が家の週末の紹介文のようになってしまいましたが、家族ともども充実した新潟生活を送りたいと思っております。新潟のおすすめスポットがありましたら、是非ともお声掛けください。その辺りも含めまして、今後ともご指導ご鞭撻の程、よろしくお願いいたします。

※



予防歯科学分野
助教

佐藤 美寿々

こんにちは。2015年10月より予防歯科学分野の助教を拝命いたしました、佐藤美寿々と申します。歯学部ニュースは以前留学報告の項を書かせていただいて以来2度目ですが、今回は素顔拝見ということで、自己紹介やこれまでの経験などを中心に書かせていただきます。

幼稚園の年長に上がると同時に新潟市に転居して以来、新潟高校、新潟大学歯学部まで全て徒歩圏内の学校で過ごしてきました。周囲に歯科医師はおらず、家から近いし資格が取れていいな、くらいの軽い気持ちで入学した歯学部でしたが、入ってみると思ったより狭い世界で、歯科医師になるために一直線の講義や実習ばかりと、自由で色々な人がいた高校時代とのギャップに驚いたのを覚えています。学部時代はあまり勉強もせず、6年間某緑のコーヒー店でアルバイトに全力を注ぎ、お金を貯めては長期休みに海外旅行へといった生活を送っていました。未だに旅行とコーヒーは大好きで、旅先でカフェを探すのが楽しみのひとつです。

卒後臨床研修は新潟大学の歯科総合診療部で同期と楽しい時間を過ごし、その後は開業歯科医院に就職しました。就職を選んだのは、私自身がカリエスフリーであることから、「なぜ予防できるのにみんなむし歯になって痛い思いをするのだろうか?」「治療の前になんかあるのでは?」と思っていた学生時代に熊谷崇先生（山形県・日吉

歯科診療所）の特別講義がきっかけで臨床予防に興味を持ち、一度大学外の臨床現場を見てみたいという気持ちがあったからです。様々なご縁が重なり、予防メンテナンスに力を入れている新潟・大阪の歯科医院で合計1年半ほど勤務しました。目の前の患者さんと一緒に予防に取り組んだり医院の運営に携わったりするのは楽しかったのですが、今度は予防に興味を持って医院に来てくれる患者さんだけではなく、もっと地域全体に働きかける方法はないのだろうか、また医療制度自体が変わることで日本の歯科医療も変わるのではないか、と考えるようになりました。また、いつか留学したいという夢があったにも関わらず、海外に行く時間もない…そういえば論文の読み方も分からない…エビデンスって言われてもよく分からない…。ということで大学に戻ることに決め、臨床予防だけではなく地域歯科保健、行政や医療制度、国際保健、疫学研究などを幅広く学ぶことができる予防歯科学分野の大学院に進学しました。

昨秋に博士課程を修了したばかりですが、大学や出張先で日々の臨床に携わる傍ら、研究・国際歯科保健・地域歯科保健を中心に幅広い経験を積ませていただき、とても充実した大学院生活を送ることができました。

研究では、口腔と全身の健康の相互関連に関する評価、特に高齢者における歯周病と医療費の関連についての評価を目的とした医療費分析調査を行ってきました。国内外の学会で発表させていただける機会も多くあり、特に英語での発表の際はいつも質疑応答が終わるまではひやひやしていましたが、初めての土地でのお酒を楽しみに乗り切っていました。また、海外出張の際は現地のドラッグストアやスーパーマーケットの歯科用品コーナーを巡り、日本にない製品を買ってくるのも楽しみでした。

大学院2年時には半年間、スイス・ジュネーヴの世界保健機関（WHO）本部にて研修の機会をいただきました。国際保健について何も知らない状態で突然の渡欧でしたが、国際保健の中枢に触れることができたこと、また歯科だけではなく様々な専門分野で活躍する先輩方や友人達と出会

えたことが、私にとって大きな転機になったように思います。WHOでの出会いがきっかけで、大学院3年時には東京大学のGlobal Leadership Programという博士課程学生向けのプログラムにも参加しました。このプログラムでは、様々な分野のグローバルリーダー（アフリカの王子が講師で来たこともありました！）の講義や、国籍・専門分野が違う友人達とのディスカッション、グループワークなどを通じ、自分の強み、弱み、今後のキャリアなど多くのことを考えさせられるきっかけとなりました。そんな経験を経て、現在は本学からWHO本部に出向中の小川祐司先生らと協力し、日本唯一のWHO口腔保健協力センターの一員として、データ収集やWHOの業務サポートなども行っています。

地域歯科保健では、学校歯科健診や調査をはじめ、歯科医師会や行政の方々と一緒に仕事をする機会も多くあります。また地域住民や学校の保護者の方を対象とした講演等も行っており、開業医勤務をしていた頃よりは対象を広げて口腔の健康の重要性を伝えることができるようになってきたのかな、と感じています。とはいえ、まだまだ地域や世代などによって歯科に対する意識や行動、

歯科疾患の有病状況などの差が大きいいため、これからは継続して地域に出て行きながら、より地域全体に働きかける方法を模索していけたらと考えています。

振り返ってみると思いつきで行動することも多く、周りの先生方にはご迷惑をおかけしましたが、世界が狭くもやもやしていた学部生時代や勤務医時代を思うと、考え方や行動次第でいくらでも世界を広げていくことができ、さらに歯科医師としての専門性も活かせる今の仕事が楽しいと思えるようになった大学院時代でした。もし日々の講義や実習で悩んでいる学生さんがいたら、まずは興味のあることをどんどんやってみてください。歯学部を出たら歯科医師として臨床をするというだけではなく、思いがけないところに楽しい将来が待っているかもしれません。

最後になりますが、一度は大学を離れた私を暖かく受け入れてくださり、ご指導いただいた宮崎秀夫教授をはじめとする予防歯科学分野の皆様、またお世話になった皆様には感謝してもしきれません。少しでも恩返しできるように研鑽を積んでいきたいと思います。今後ともどうぞよろしく願いいたします。

