

## 「いまを生きる carpe diem」という人生観を携えて

予防歯科学分野 西 真紀子



2020年1月1日付けで、予防歯科学分野の助教を拝命致しました西真紀子（にし まきこ）と申します。歯科医師になってから24年間の大半をヨーロッパで過ごし、2018年9月にアイル

ランドでPhDを取得して帰国しました。PhD論文のタイトルは“Personalised dental education for caries risk reduction in an adult population in the Republic of Ireland”で、<https://cora.ucc.ie/handle/10468/7001>（右下のQRコード）からダウンロードしていただけます。

海外でPhDを取るというのは日本の歯科医師の中では珍しいと思いますが、私はその他にMaster of Dental Public Healthも同じ大学で取得し、もっと遡ると歯科医師になる前に、神戸大学で教育学士と教員免許状も取得していて、さらに大学に勤務しながらNPO法人「最先端のむし歯・歯周病予防を要求する会」（PSAP）の理事長や㈱モリタのアドバイザーも兼業するという、変わった経歴と経験を持って新潟大学にやってきました。そのためか、この「歯学部ニュース」に原稿を依頼していただきました。皆様に退屈にならない程度に、あまり他で書いてこなかったことを綴っていこうと思います。

私がこのような特別な歯科医師人生を歩んできたのは、10代の終わりから20代にかけて両親や友人たちを亡くしたことが理由になっているかもしれません。人はこんなにも簡単に亡くなってしまうと、若くして毎日が死と隣り合わせのような人生観を持ちました。人の命は儂いだから、後悔

しないように、好きな人にはすぐに会いに行こう、感謝の気持ちはその場で口に出そう、そして、思ったことは実行しよう、義理や面子で嫌なことに時間を費やすほど人生は長くないと非常に強く思うようになりました。

教育学部で受けた青年心理学の授業で、青年期は特に思い込みが激しくなると習いましたが、その自覚がありながら、やっぱり思い込みに従わざるを得ない有り余るエネルギーのおかげでしょうか。私は、まず、19歳の時に亡くした母が「本当は歯医者にしたかった」という主治医に言っていた何気ない一言に拘って、大阪大学歯学部に入るといふ突拍子もない選択肢を取りました。この世で一番自分の性格、適正、興味を理解し、将来を文字通り親身に考えてくれていたのは母親で、地上にいる誰のアドバイスにも優っていると信じて疑いませんでした。

案の定、そんな突飛な決心に周囲の人々は驚いたり呆れたり、父からは猛反対を受けましたが、その頃、偶然に神谷美恵子先生の著書「こころの旅」と出会い、私の孤独な決心を支えてくれました。彼女は文学から転向した精神科医で、戦争中、それも女性でそのような人生を送った方が先人にいらっちゃったということは心強かったです。そして、彼女の著作集から日記や書簡を読み、反対を押し切って転向することを決めた堅い意志と使命感に感銘を受けながら、自分の決心と重ねました。

こんな感じで歯学部に入りましたので、人一倍モチベーションが高く、授業はいつも一番前の席に座って知識を貪欲に吸収しまし



た。私より若い人たちがほとんどだったクラスの中で、「いまを生きる carpe diem」というような人生観を感じる人がいて、その同級生と同じ歯科保存学講座に入局しました。後に知ったのは、彼もお父様を亡くされていたとのことで、その点で何か心情的に通ずるものがあったのかもしれませんが。私が出張先で理想と現実のギャップに打ちのめされ、「発展途上国に行こうと思う」という話を真面目にできる唯一の友人でした。その友人がある日突然亡くなってしまいました。その一年前にも仲の良い同級生と父が亡くなっていて、これでもか、これでもかと悲しみに襲われる一年間でした。私はもう躊躇することなく、当時、阪大のある教授が率いておられたネパールへのボランティア活動に参加を申し出ました。

ネパールはその時、世界の最貧国のうちの一つで、夜、貧弱なカトマンズ空港に降り立つと、大勢のストリートチルドレンがワーッと群がってきました。日本の十円玉でも彼らには高価なのですが、一人にあげるとその場がパニックになるので、私たち一団全員が無視して送迎バスに乗り込みました。車窓の外では、私たちに無視されたストリートチルドレンが楽しそうにジャンプして踊って見せてくれていました。お金を貰おうが貰うまいが、「いまを生きる」天才なのです。ボランティア活動と言いつつ、私の方が彼らの逞しさを学び、健気さに勇気づけられました。孤児院の子どもたちの集団歯科検診をした時には、何かの皮膚病を呈している子もいました。AIDSかもしれないから気をつけるように言われました。もしかし



写真1 ネパールの無歯科医村での集団歯科検診

たら私よりもずっと先に死んでしまうかもしれない孤児のために、私にできることとして、少なくとも口腔保健だけは守ってあげたいと思いました(写真1)。

その頃、カリオロジーを臨床に応用して素晴らしい成果を上げておられた山形県酒田市の熊谷崇先生のことを知り、そのような知識を発展途上国の子どもたちに提供したいと考えました。まだタービンがない抜歯の時代から修復の時代を飛び越えて予防の時代へ、そういうことを考えている歯科医師が世界にいるのなら、私も仲間に入れてほしいと羨望しました。

熊谷先生は大病で生死を彷徨われたご経験があります。集中治療室で、もしも生還できたら、いろいろなしがらみを捨て、やるべきことをやろうと決心されたという記事を読み、非常に共鳴しました。前述の友人もそうですが、そういう人生観を持つ人に自然と引き寄せられるようになっていくのかもしれませんが。そうだとしたら、歯科医師人生の始めに熊谷先生のことを知らせてくれた幸運に、本当に感謝したいです。

1999年に熊谷先生がスウェーデン・マルメ大学(写真2)から名誉博士号を授与され、熊谷先生



写真2 スウェーデンのマルメ大学歯学部

のおかげで私はその大学のカリオロジー講座に留学させていただく夢が叶いました。主任教授は故ダグラス・ブラッター先生で、熊谷先生の臨床モデルの科学的裏付けを提供するブレンでした。そして、WHO（世界保健機関）の顧問として、様々な国の予防歯科プログラムを手がけられ、日本での講演や、ディスカッションの座長も素晴らしく、最も憧れていた先生でしたので、そのブラッター先生に師事できることが決まった日は、嬉しくて一晩眠れませんでした。

ブラッター先生は息子さんがIT専門家で、早くも1995年にThe WHO Oral Health Country/Area Profile Programme (CAPP) というサイトを大学に立ち上げられていました。私はたまたま日本で、ネパールのことを調べている時にCAPPを見つけ、新潟大学に歯周病のデータを集めた姉妹サイトがあるということも知りました。一方、齲蝕のデータを担当しているマルメ大学のCAPPでは、日本の砂糖の消費量と齲蝕経験歯数の関連性を示すグラフまであり、感動しました。それは、新潟大学歯学部予防歯科講座の当時の宮崎秀夫教授の論文（Eur. J. Oral Sci., (4 ( Pt 2)):452-458）からの引用でした。

私は、CAPPのために日本語や中国語で書かれた表の意味を説明したり、ブラッター先生が2000年に提唱されたThe Significant Caries Indexについてのマニュアルを作ったり、エクセルで計算プログラムを作ったりしました。ブラッター先生は、私に会う度に、力強く、“You are fantastic!” と言ってくれました。カリオロ



写真3 スウェーデンの友人宅のキッチン

ジーの世界を牽引する偉人で、賢者で、人格者、そのような人から毎日のように褒められる、これほど嬉しいことはありません。私は今でも先生のこの一言を求めて仕事をしている気がします。

それから、スウェーデンで暮らし始めた時に気がついたのですが（写真3）、日本から9,000kmも離れていると、亡くなった両親も友人たちもみんな日本で生きているような錯覚をして、いつも抱えていた悲しい寂しい気持ちがすっかり晴れ上がったのです。このことは、後にアイルランドに長く暮らす要因の一つでもありました。おそらく、私は老後もこうやって、愛する故人たちを心の中で生かすために海外に出ているのでしょう。

スウェーデン留学の後は、熊谷先生の日吉歯科診療所に勤務させてもらいながら、大型連休にはスウェーデンを訪れ、2005年にはスウェーデンに頻繁に行くために、マルメに近いWHO協力センターとして、アイルランドのユニバーシティ・カレッジ・コーク（写真4）に留学しました。というのも、ブラッター先生はその頃、末期のがんでいらしたので、2、3時間で飛んでいける距離にいたかったのです。



写真4 アイルランドのユニバーシティ・カレッジ・コークの歯学部附属病院

2006年にブラッター先生も亡くなってしまい、私の歯科医療に対する情熱の火もしばらく消えてしまいました。でも、アイルランドの友人がどことなくブラッター先生に似ていて、この土地がこの世で一番ブラッター先生を感じられるところのような気がして、13年間も居着いてしま



いました。二人とも北欧バイキングの末裔であるらしく、遺伝子に共通項があるのかなあと感じたりします。13年間、ゆったりと流れる時間と広々とした空間をもらって（写真5）、純粋に歯科医療の本質と未来を考えながら、日本から依頼される執筆、翻訳、講演などに勤しむという贅沢な40代を過ごしました（写真6）。その間、ありがたいことに4回に渡って、熊谷崇先生が主宰するOral Physicianセミナーのマルメ大学研修に通訊兼コーディネーターとして同行させてもらい、多くの有意義な情報をいただきました（写真7）。スウェーデンの先生方は本当に知の宝庫で、論理的でいらして、カリオロジー（caries + logics）が発展したのも頷けます。そして、研修に参加された日本人の歯科医師、歯科衛生士の真面目さにも心打たれました。

去年、帰国を機に2010年から続くPSAPの活動を本格化して、夏は涼しいヨーロッパで、冬は晴



写真5 週末によく訪れたアイルランドの田舎の牧場



写真6 度々呼んでいただいた日本での講演の様子



写真7 Oral Physicianセミナーの研修を行ったマルメ大学歯学部大講堂

れの多い大阪で仕事をするという素敵な渡り鳥生活を夢に描いていた矢先、寒い盛りに新潟にやって参りました。マルメ大学と提携のある新潟大学でカリエスマネジメントモデルを作ること、CAPPのお手伝いをするということ命をいただき、喜んでお引き受けしたわけです。このご縁もブラッター先生に導かれているかのようです。COVID-19のおかげでどのみち羽を畳まなければならなかったため、この時期に合致したのも運命的です。

また、21年ぶりに日本の教育現場に戻るということで、私がマルメ大学で見た教育のように、学生さんたちの能力を最大限引き出せるような教育活動をしたいと思います。さらに、一人でも多くの方を、学生満足度がスウェーデンで最も高いマルメ大学歯学部にご案内したいです。そして、私がスウェーデンやアイルランドを大好きになったように、新潟大学にいられた外国人留学生の皆様にも、日本を大好きになってもらえるようにホスピタリティを尽くしたいと思います。

私事の長い文章に最後までお付き合いいただき、どうもありがとうございました。このように独自の歯科医師人生を歩んで参りましたので、常識が抜けていることも多々あると思いますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしく願いいたします。末筆ではございますが、皆様のさらなるご活躍とご発展をお祈り申し上げます。