



小関百代

Koseki Momoyo

キャリア : 6年  
現医院勤務 : 5年

## ヘルスプロモーション啓発 重視型の医院づくり

を生かして、生涯にわたるお口の健康を考  
えていきいきと患者さんに接している姿に  
感動したことが、つい最近のように思い起  
こされます。

当院は、鶴飼いで有名な長良川河畔から  
北へ車で約30分、山紫水明に恵まれた人口  
約3万人の山県市にあります。1987年  
4月に開院し、今年で24年目を迎えました。

診療室にはユニットが7台あり、治療用  
4台、予防・メインテナンス用3台と使い  
分けています。また、ユニット5台はパー  
ティションで仕切られていて、その他に一  
般治療兼オペ室と予防専用の個室、カウ  
ンセリングルームを完備して、プライバシー  
保護重視の診療に努めています。

「セーフティーアンドアメニティー」の  
目標を掲げて、滅菌作業を徹底し、また全  
身管理モニターやAEDを備えています。  
そして、診療室に飾る花や絵画にもできる

### 当院の紹介

私は6年前に歯科衛生士専門学校を卒業  
して他院に勤務した後、5年前からつちだ  
歯科医院に勤めるようになりました。

ここで働き始めた頃、先生を始め歯科衛  
生士、スタッフの皆さんがそれぞれの個性



つちだ歯科医院  
岐阜県山県市

★スタッフ数		
歯科医師	2人	(非常勤1人)
歯科衛生士	7人	(非常勤2人)
助手	1人	(非常勤)
受付	2人	(非常勤1人)
★ユニット数		
	7台	

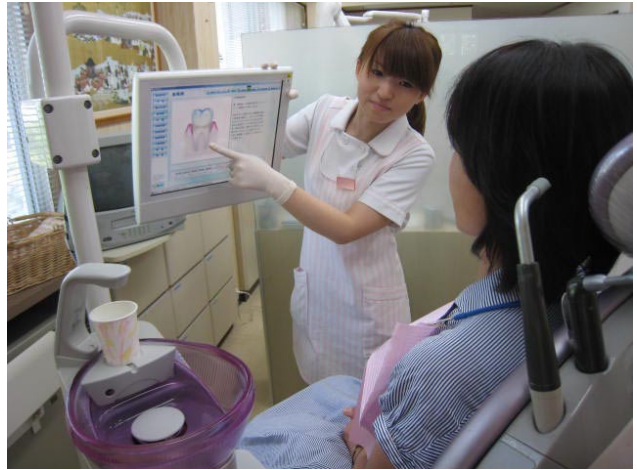
だけ気を使い、各ユニットでは患者さんが  
待ち時間にテレビやビデオを観賞できるよ  
うにしたりと、患者さんの安全性と快適性  
の向上に努めています。

### 患者さんの セルフケア能力向上を目指して

当院では15年程前より、予防歯科とメイ

代表的な一日のスケジュール

07:00	
08:00	08:30 出勤・始業 清掃、準備、セッティング
09:00	09:00 午前の診療開始
10:00	
11:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンテナンス</li> <li>・SC、SRP</li> <li>・アシスタント等</li> </ul>
12:00	
13:00	13:00 午前の診療終了
14:00	昼休み
15:00	15:00 午後の診療開始
16:00	
17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンテナンス</li> <li>・SC、SRP</li> <li>・アシスタント等</li> </ul>
18:00	
19:00	19:00 午後の診療終了 終業・退勤
20:00	<p>※訪問歯科診療を行う水・土曜日</p> <p>13:00 午前の診療終了</p> <p>14:00 午後の診療開始</p> <p>17:00 常勤歯科衛生士1~2人が毎回交代で同伴</p>
21:00	
22:00	



ユニット備え付けのモニターを使って患者さんに説明中。



左上／全身管理モニターとAED  
右上／予防専用の個室にある位相差顕微鏡  
左下／滅菌システム

一週間のスケジュール

月	診療
火	診療
水	診療後、訪問歯科診療
木	休診日
金	診療
土	診療後、訪問歯科診療
日	休診日

※診療時間  
月・火・金曜日：9:00～19:00  
水・土曜日：9:00～17:00  
訪問歯科診療 17:00～18:30

メンテナンスのシステムを本格的に診療に取り入れました。患者さんがお口の健康の価値に気付き、健康になれるように努めて、生涯にわたり幸福に過ごすには、私たちは何をしたら良いのか、試行錯誤を繰り返して現在に至っています。

デジタルレントゲンシステムや口腔内カメラ、位相差顕微鏡、その他患者説明用ツールなどで視覚に訴えて説明することは以前から行っていますが、患者さんの行動変容にまで結び付けるには難しいと、この頃実感しています。

私たちは予防歯科とメインテナンスを通して、患者さんのセルフケアについていろいろと工夫し、モチベーションアップのための指導を行っているつもりでした。ところが多くの患者さんは、診療室ではしっかりとブラッシングをしますが、家庭でブラッシングにかける時間が非常に少なく、セルフケアが不十分に終わっていることに気付きました。

その理由を伺うと、皆さん同じように「洗面台の前に立ってそんなに長い時間歯みがきなんてできないよ。だって夏は暑いし、冬は寒いし、朝は家族が交代で使っし、それに立ちっぱなしだから疲れるよ」と言われます。

ですが、私たちのお願いの要点は、「お口の健康を守るために、一日の中で1回だけでいいですから、10分程時間を作ってください」。このひとつだけなのです。

当院では、予防歯科とメインテナンスで受診する方の7割が、生涯にわたるお口の健康の価値に気付き、それを維持するために日常生活の中の優先順位を高めています。

す。ところが残念なことに、残りの3割の方は家庭でのセルフケアが十分に行われていない状況が、長い間改善できないままでした。

これは私たちの力不足によるものだと反省し、医院全体や歯科衛生士だけのミーティングを繰り返し開き、患者さんのセルフケア能力のさらなる向上を目指し、目標を定めて取り組みを実行しています。

### 『ピカピカながら歯みがき』の勧め

現在の目標は、「夏は涼しい部屋で、冬は暖かい部屋で、ゆったり腰かけて、テレビを見ながら、好きな音楽を聞きながら、楽しく歯みがきをする。あるいは、お風呂につかりながらリラククスして歯みがきをする」という「ながら歯みがき」を、楽しく気持ちの良い生活習慣だと患者さんに意識付けてもらうことです。名付けて「ピカピカながら歯みがきの勧め作戦」。

これが思っていた以上に好評で、「昨夜は韓国ドラマを見ながら30分も歯みがきをしてしまったよ」「一日の終わりにニュースを見ながら歯みがきをすると、意外に早く時間が過ぎるものだね。朝起きた時、口の中が爽快だよ」「歯みがきして面倒だと思っていたけれど、お風呂に入るように気持ちいいものだね」などと、本当にうれしのお話が聞けるようになりました。もちろん



小学校での給食後の歯みがき指導風景。

ん、患者さんのお口の中の状態は改善してきています。

### 学校歯科保健や 障害者歯科での取り組み

当院の院長が学校歯科医を務めている小学校へ、月に2回、給食後の歯みがきの指導に出かけています。その学校ではフッ素洗口も行っており、DMFや歯肉の状態も

# 私の「これが」 予防アイテム



## ハミガキパートナー ウエルネス歯科研究所



「ピカピカながら歯みがきの勧め作戦」の成果を踏まえて、院長が開発したのが、「ながら歯みがき」を効果的に行うための補助器具『ハミガキパートナー』です。水回りのない所でも、満足のいく歯みがきを行うことができます。外蓋で口元を、内蓋で排出した唾液を隠すことができるため、人前でも気になりません。また、「外蓋に取り付けたミラーで清掃状態が確認できる」「両側に取り手が付いているので歯ブラシの持ち換えが容易」などの特徴があります。



訪問歯科診療での口腔ケア。ここでも『ハミガキパートナー』が活躍。



かなり良好で、岐阜県学校歯科保健大会での優良校の表彰を6年連続で受けています。お口の健康のさらなる向上を目指して、家庭での「ながら歯みがき」を勧めています。

また、院長は日本障害者歯科学会の認定医でもあるので、介護施設や在宅の要介護高齢者の方の訪問歯科診療や口腔ケアにも力を入れています。そのような所でも、「ピカピカながら歯みがきの勧め作戦」は大変効果を発揮しています。

介護を受けている患者さんは、日常生活を持って余している方も多ようです。そのような方には、車椅子やベッドの上で「ながら歯みがき」をしていただくように指導をしています。上肢が自由になる方に限られますが、上肢のリハビリや口腔機能の向上のためのリハビリを兼ねて、お口のセルフケアをしていただいております。

### さらなる発展を目指して

これからも私たちは、ヘルスプロモーションの考え方に基づいて、多くの方々のお口の健康の向上と、その方々が生涯を通しておいしく食べることに貢献できるように、日々研鑽を積んでいきたいと思っています。