

一昨年6月、茨城県歯科医師会の介護保険担当理事に就任され、また、古河市で摂食嚥下勉強会を立ち上げ、多職種連携の輪を広げている小野寺鏡子先生を訪ね、話を伺った。

### 一 熊本地震の被災地に送られた「足踏み吸引器」はたいへん喜ばれました。

その節は保険医協会にもお手伝いいただきました。「足踏み吸引器」は丸山憲一先生（神栖市）が随分前からコツコツと広めていらしたものです。私も県歯科医師会の理事になってからは、講習会など事あるごとに宣伝し、関東女性歯科医会でも注目してもらったグッズです。アピールするだけでなく、実際に役立つなくては困りますよね。熊本地震が起きた時に、「今だ!」と、頼める先生に声をかけて、100円ショップで材料を買い漁り300個位作りました。熊本の保険医協会を通して施設に届けていたたり、熊本県玉名市で摂食嚥下を頑張っておられる前田先生にも届けることができました。日本歯科新聞にも取り上げていただきました。



手作りの足踏み吸引器。作り方は茨城県歯科医師会のホームページに掲載されている。

### 一 茨城県歯科医師会では紅一点、女性理事として、また、介護保険担当理事としてご活躍されていますね。

長谷部和子先生が理事をお辞めになられ、歯科医師会としては女性を起用するのが目標だったので、どうしても女性を入れたかったようです。「助けて、助けて」。西南歯科医師会、女性歯科医会、東京歯科大学の同窓会、どこに助けを求めても、逆に背中を押されるばかりで、右も左も分からないまま理事になりました。今は私にできるところは少しずつ頑張っ、また、自分一人でやるわけじゃないから、能力のある先生にお手伝いいただきながら、介護保険事業がうまく行くように努力したいと思っています。

歯科医師会の介護保険事業の一つは、他職種を対象にした介護講習会です。口から食べることがいかに大切かを講話し、口腔ケアのノウハウを実地体験していただきます。また、県から委託を受け、老人施設に出向いて職員向けに講習し、歯科衛生士が利用者を相手に実際にやって見せたりします。連携するには他職種を知ることが大事です。これらを通して歯科の重要性をアピールしています。歯科が介入することで全身状態が良くなり、誤嚥性肺炎の予防、認知症の予防にもつながります。口は話すためにも大切で、コミュ

ニケーションが取れなくなったらQOLはガタ落ちです。

また、歯科医師会の在宅ケア連携室では、会員に地域包括ケアについてのアンケートを取りました。地域包括ケアという言葉自体がまだまだ浸透していません。訪問歯科診療は一部の先生だけがやる仕事でなく、身近なものであることを知っていただきたいと思っています。ケアマネジャーに口の中を見てもらうためのチェックシートや、歯科医師と他職種の連携、歯科医師同士の連携ができるマニュアルも準備中です。高齢の方は歯科医師が来てくれるなんて思ってなく、諦めていらっしゃる。だから、実際に訪問するとすごく喜んでくれます。

### 一 訪問歯科診療を始められたきっかけは。

10年くらい前、有料老人ホームの嘱託の内科の先生からお誘いを受け、義歯の新製や調整、修理くらいならできるかなと思って。実際に行ってみると、要介護5、唾液流涎で目が白くなって発語もなさらないような患者さんに義歯を作ってほしいと依頼されました。古い義歯をリベースし、入れて差し上げた途端、ずっと話したことがないというのに、「やだよ、変だよ」って話し出したんです。「でも、見てみて。美人になったよ」手鏡を見せたら、横になっていたその方が鏡を見たい一心で起き上がって、目をみるみる輝かせ、鏡を見て涙を流されたんです。私、鳥肌が立つほど感動しました。それから、めっちゃ取り組む気になったのは。その方の妹さんは書道家で、姉のために個展を企画されました。ご本人はそれを見に行きたいと目標を持たれ、実際に車椅子で見に行かれるまでリハビリを頑張られました。

一 古河で摂食嚥下の勉強会を始められたのは、どんな理由が?

### 一 古河で摂食嚥下の勉強会を始められたのは、どんな理由が?

それ以来、義歯を作って噛める環境を作るのが歯医者の仕事だと思ふようになり、他職種を相手に食べることの重要性についての講話もしました。でも、その時はえらい見当違いだったことに気が付きませんでした。飲み込むって大変なことなんだということを理解できていませんでした。

ある時、ターミナル期の高齢者の家族の方から、「最後におばあちゃんが大好きだったアイスクリームをひと口食べさせたい。先生、立ち会って」と、頼まれました。誤嚥するかも? 「これこれこういうわけで難しいですよ」と、お断りの理由を述べる知識も持ち合わせていませんでした。結局、その



1974年東京歯科大学卒。81年ご主人の宣夫先生とともに小野寺歯科医院を開業。2013年～14年東京歯科大学摂食嚥下リハビリテーション専修科。15年6月公益社団法人茨城県歯科医師会理事（介護保険担当）。

方はアイスクリームを食べずに亡くなられ、能力のない私は、申し訳ありませんが、ほっとしたような気持ちでした。

このことを東京歯科大学同窓会の懇親会でお会いした摂食嚥下リハビリテーション科の石田瞭先生に率直に打ち明けたら、専修科の席が一つ空いているからいらっしゃいと誘われました。朝6時15分の電車に乗って稲毛まで通学、娘よりも若い先生たちの中で2年間勉強しました。

研修を終えてから、私が学んできたことをみんなに知ってもらいたい、「摂食嚥下勉強会」を発起しました。一昨年の5月22日が第1回目。11回目までは私が摂食嚥下を説明して、最近では多職種の方にボランティアで講師をしていただいています。訪問診療に自信を持って踏み出せる、口腔ケアや義歯だけじゃなくて、開口訓練、食べる時のポジショニング、一口量とか器具の工夫などについてもアドバイスできる歯科医師になってほしいなと思って勉強会をしています。

### 一 女性歯科医師の会の活動もされていますね。

今、女性歯科医師が増えていて、各県には女性歯科医師の会があります。茨城県の会ではアンケートを取って、今年度の歯科医学会から託児所を設けることにしました。女性には結婚、妊娠、出産、育児、親の介護など共通の悩みがありますが、世の中は働ける女性を求めています。みんなで交流を図りながら、一人でも多くの女性歯科医師に活躍していただきたいと願っています。

一 とてもエネルギッシュな先生の活動を聞かせていただきました。これからもがんばってください。