



8028通信



こんにちは。院長の阿南です。秋晴れの気持ちのよい青空や、秋の夜長に聞こえてくる虫の音に、もう秋なんだなあと感じる今日この頃です。

ところで、みなさまは虫の名前と鳴き声を正確に知っていらっしゃいますか？おさらいするには、童謡「虫の声」を歌うのが一番です。ちんちろちんちろ(松虫)、りんりんりん(鈴虫)、きりきりきりきり(コオロギ)、がちゃがちゃ(くつわ虫)、ちょんちょんすいちょん(ウマオイ)。ご自宅に図鑑がある方はご覧になりながら歌うと楽しいですね。

虫の声が聞こえてくる季節は、食べ物がとても美味しい季節でもあります。しかし、「虫」の声にのせられて思わず間食が増えてしまうと、それが「虫」歯の原因に…。食が進むのは嬉しい限りですが、虫歯を防ぐにはだらだら食わずに時間を区切ることが大切です。そして、いつまでも好きな物を自分の歯で楽しむには、歯のお手入れも欠かせません。しばらくチェックしていないという方は、この時期に一度歯科検診を受けてみてはいかがでしょうか。



こころあたまのお話 四つ葉のクローバーと一緒に

～今月のこころあたまのお話を紹介します～

加奈はちょっぴり勝気な女の子。「掃除さぼって、許さないからね!」と、ほうきを片手に男の子たちを追い掛け回す。「わかってるよ、うるさいな」と逃げる男の子たち。ぷんぷんしながら家に帰ると、加奈はランドセルを玄関に投げ、「公園に行ってくる!」と走り出す。



公園のブランコをいつもより大きめに漕いでみる。空と風と一緒になれた気がして、なんだか気分が晴れた。靴紐がほどけていたので結ぼうとブランコから降りてかがむ。「あ! 四つ葉だ!」おばあちゃんから「四つ葉のクローバーは幸せを呼ぶよ」と聞いていたから大喜び。家に帰って、お気に入りのノートに挟んだ。

次の日、加奈はルンルンで学校へ。どんないいことが起こるだろうと、ワクワクしていた。でも、いつもと変わらない。男の子たちは加奈が怒っても掃除をさ

ぼるし。「なーんだ」とがっかり。帰り道、公園に寄り道した。

すると、小さな男の子がベンチで泣きじゃくっている。声をかけると「ママが、お片付けできないなら、もう知らないって」「そっかあ…。でも片付けしなかったら怒られちゃうよ」「わかってるけど、でも、あんなに怒らなくてもいいじゃん」と男の子は口をとがらす。

そこに「あ、ママ!」男の子の母親が駆け寄ってきた。「お姉ちゃん、いっしょにしてくれたの? ありがとうね」と、ポケットからキャンディを取り出し、お礼にとくれた。「あんなに怒ってごめんね。帰ってママと一緒に、片付けしよう!!」男の子は笑顔になって、ママと手をつないで公園の前にあるお家に帰って行った。

次の日の掃除の時間。加奈はさぼろうとする男の子たちに「掃除、一緒にやろうよ」と笑顔で言ってみた。男の子たちは拍子抜けして「え? ああ、しょうがないな」と、掃除をしてくれた。



掃除をしながら加奈は、四つ葉のクローバーの幸せを実感して自然と笑顔になっていた。

えっ 知らなかった!! 歯科医師の

ヒ

ミ

ツ

みなさまのお口のトラブルを解決する「歯科医師」。
実は、意外に知られていないこんなヒミツがあります！

！ご存知ですか？！ 「歯科医師」と「医師」の違い

「歯科医師」と「医師」はそれぞれ異なる「国家資格」です。「医師」は内科・外科をはじめ、様々な科目を取り扱う（標榜する）ことができますが、歯科・歯科口腔外科・矯正歯科・小児歯科に限っては「歯科医師」しか取り扱うことができません。

「医師」になるには「医学部」で、「歯科医師」になるには「歯学部（歯学科）」で学んだあと、それぞれ国家試験に合格する必要があります。なお、「歯学部

（歯学科）」のある大学は国立11校・公立1校・私立17校の全29校です。



国家試験は難関!!

「歯科医師国家試験」は年々難易度が上がってきています。一時は90%近かった合格率ですが、近年は60%程度まで低下。また、3千人を超えていた合格者数もここ数年は2千人を下回ることも。ちなみに、現在の歯科医師の総数はおよそ10万人です。



実はアメリカではNo.1



アメリカの時事解説雑誌 U.S. News & World Report によると、2017年の「最優秀職業ランキング」では「歯科医師」がNo.1に選ばれています（2019年は同4位）。アメリカではとても人気のある職業なんですね。

日本では歯科の数が多くと言われていますが、あくまでも以前と比べてのこと。自分の知識と技術で患者さんを助けられるとてもやりがいのある仕事ですので、ぜひいかがでしょうか？

実はこんな資格もついてくる

歯科医師になると次のような資格も付随します。また、試験の一部免除などの優遇のある資格もあります。

無試験で付与されるもの

食品衛生管理者・衛生管理者

一部の試験免除等があるもの

歯科技工士・臨床検査技師
労働衛生コンサルタントなど



よく耳にするけど... 認定医・専門医・指導医 の違いって何?

認定医や専門医や指導医といった言葉を最近良く耳にするようになりました。実はこれらは各学会（例：日本歯周病学会・日本小児歯科学会など）がそれぞれのルールに基づいて、学会の会員に対して付与しているもの。そこで、一般的な違いについてご紹介したいと思います。

学会会員・登録医



まず「認定医」になるには、学会に所属する必要があります。学会はその専門によって多数の種類があります。そして年に数回、学術大会・講演会を開催するのが一般的です。こうした学会に所属している医師等を学会の「会員」、または「登録医」と言います。

専門医

「専門医」は「認定医」よりもさらに高度な知識や技術・経験をもつ医師などに対して認定・付与されるものです。当然のことながら、認定よりもさらに厳しい資格審査をクリアしなければなりません。



認定医

学会により基準が異なりますが、一般的には学術大会・講演会への所属・出席歴、診療の経験年数、治療の実績や研究の発表、筆記・口頭試験等、様々な条件をクリアすることで、ようやく「認定医」になることができます。



指導医

さらにこうした「認定医」「専門医」を指導する立場にあるのが「指導医」です。一般的には「専門医」であることが条件で、試験のほか、さらに長期にわたる学会の所属歴や診療経験の豊富さが求められることもあります。（例：日本小児歯科学会は15年以上が条件）



日曜診療

星川あなん歯科医院では、日曜診療をしています。私が開業した当時と比べ、働き方が異なってきています。その為に、星川あなん歯科医院では、日曜診療をしています。

平日に時間のない方や日曜日しか休みのない方のために、診療をしています。時間についてはご相談ください。また、ご紹介もお願いします。

歯に良い

お料理 レシピ



材料 (4人分)

- ・豚小間肉500g
- ・かぼちゃ1/3個
- ・いんげん80g
- ・サラダ油大さじ2

<A>

- ・酒大さじ1
- ・みりん大さじ2
- ・味噌大さじ3
- ・すりごま大さじ3

MEMO

ビタミンEを豊富に含むかぼちゃには、歯ぐき細胞の結合を強化し、むし歯などの病原因子の侵入を防いでくれる働きがあります。また、豚肉には良質なタンパク質やコラーゲンが含まれており、丈夫な歯の土台をつくるのに役立ちます。

作り方

1. <A>の材料は全て混ぜ合わせる。
2. 豚小間肉は食べやすい大きさに切る。
3. かぼちゃは5mm程度の厚さにスライスする。耐熱皿にのせ、ふんわりとラップをして600Wの電子レンジで4~5分間加熱する。
4. いんげんは両端を切り落とし、長さを3等分にする。耐熱皿にのせて水を少量ふりかけ、ふんわりとラップをし600Wの電子レンジで2~3分加熱する。
5. フライパンにサラダ油を入れて熱し、豚小間肉を炒める。豚肉の色が変わったらかぼちゃといんげんを加え、さっと炒める。
6. 5に<A>の合わせ調味料を加え、強火で香りを立たせながら炒め合わせる。

電子レンジでかぼちゃといんげんを予備加熱する際には少し歯ごたえが残る程度にし、炒め合わせるときに適度な硬さになるよう調節しましょう。

かぼちゃといんげんの胡麻みそ炒め

診療スケジュール

2019年10月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|----------|----------|----------|----|----|----|
| | | 1 | 2 休診 | 3 | 4 | 5 |
| 6 診療 | 7 | 8 | 9 休診 | 10 | 11 | 12 |
| 13 診療 | 14 休診 | 15 | 16 休診 | 17 | 18 | 19 |
| 20 診療 | 21 | 22 休診 | 23 休診 | 24 | 25 | 26 |
| 27 研修 | 28 | 29 | 30 休診 | 31 | | |

2019年11月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|---------|----|----------|----|----|----------|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 診療 | 4 休診 | 5 | 6 休診 | 7 | 8 | 9 |
| 10 診療 | 11 | 12 | 13 休診 | 14 | 15 | 16 |
| 17 研修 | 18 | 19 | 20 休診 | 21 | 22 | 23 休診 |
| 24 診療 | 25 | 26 | 27 休診 | 28 | 29 | 30 |

診療時間

9:30 ~ 13:00 / 14:30 ~ 18:30
 ※休診日/水曜・祝祭日 **土日も診療**

医院からのお知らせ

最近よく見かける10月始まりの手帳。実は、海外では10月は新学期や入社式の季節なので、手帳も10月始まりになっているのです。日本でも1年をいったん振り返って、新たに仕切り直すのに活用できそうです。

今回の「歯科医師のヒミツ」はいかがでしたか？歯科医師になると、食品衛生管理者などの資格が付与されることは、ご存じなかった方もいるのではないのでしょうか。アメリカでも日本でも、高い専門性を持ってみなさまの歯の健康を守る身近なお医者さんです。お悩みがあれば、どうぞ何でもご相談ください。

あなん歯科医院

ご予約は **045-332-8148**

〒240-0006 横浜市保土ヶ谷区星川 1-7-23
 横浜クォーレ星川 202

『YAHOO!』で検索

星川 あなん歯科医院

