



日本歯科大学 (新潟病院  
医科病院)

Vol.39  
2019.5.1

# アイヴィ通信

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

## 科長に就任して

新潟病院  
口腔外科  
戸谷 収二



本年4月1日付けで新潟病院口腔外科の科長を拝命いたしました。口腔外科では口唇口蓋裂、顎変形症、炎症、外傷、口腔粘膜疾患、顎骨の良性腫瘍や嚢胞、唾液腺疾患、神経疾患、埋伏歯、口腔悪性腫瘍などあらゆる口腔外科疾患に対して幅広く治療を行っています。その他、口のかわき治療外来、歯科アレルギー治療外来、顎のかたち・咬みあわせ外来等の特殊外来の中核診療室として、シェーグレン症候群や金属アレルギー、顎変形症の治療を積極的に行っています。また、当科では口腔がんの治療として、カテーテルを用いた超選択的動注法を用いた化学放射線療法を治療体系に取り入れていて、「切らずに治す癌治療」として、多くの口腔がん患者さんが治療を受けています。

昨今、質の高い医療を実践していく一方で、安全面を考慮することは極めて重要です。超高齢化社会の進行に伴い、様々な全身疾患に配慮した治療が重要となってきますので、他の医療機関との連携して安全な医療を提供できるよう診療に当たっています。また、社会の知的基盤をなす大学病院に求められる役割として、診療・研究・教育の3本柱が挙げられますが、いずれも極めて重要であり、切り離して考えることはできません。当科は新潟県における口腔外科診療の最後の砦の1つです。私達は常にそのことを念頭に置きながら患者さんに質の高い医療を提供できるように日々の診療に取り組んでいます。そのため、講座教授や所属員と連携して診療や検討会、勉強会を行い、互いの知識や技術の向上に努めるとともに、歯科医師会や協定病院との連携を強化し、地域歯科医療の発展に貢献できればと考えていますので、どうぞよろしくお願い致します。



## 国内唯一の歯科大学併設の 認知症カフェをオープン

●日本歯科大学新潟病院  
訪問歯科口腔ケア科

赤泊 圭太



エヌ・カフェ・アングル  
N-Cafe Angle



認知症は、お口への関心度の低下や食物の認知機能の低下により、衛生状態の悪化、食事を噛んで、飲み込むまでの機能(摂食嚥下機能)の低下を招きます。また、お口の細菌を誤って肺に吸引(誤嚥)することで発症する誤嚥性肺炎をはじめ、お口の環境変化がもたらす様々な病気との関連性も報告されており、認知症患者の増加は、歯科において深刻な問題となっています。

わが国の認知症患者数は、2012年時点で約462万人、軽度認知障害(MCI)患者は

約400万人とされ、認知症とMCIとを合わせると約862万人にもものぼります。この数値がどの程度かという、高血圧症患者は約800万人、糖尿病患者は予備軍を合わせて約400万人と推計されていることから、認知症の患者数が高血圧症や糖尿病の患者数にも匹敵することがわかります。つまり、認知症は誰もが遭遇し得る身近な病気であることを認識する必要があります。

こうした背景から厚生労働省は、2015年に新オレンジプラン(認知症施策推進総合戦略)を策定し、7つの柱となる施策の中の一部に「認知症カフェ」の推進を盛り込み、全国で普及しています。

認知症カフェとは、認知症の方が自分らしさを発揮し、社会との関わりを持って過ごせる場であり、それを支えるご家族にも参加して頂くことで、お互いの悩みを相談して励まし合ったり、専門職からさまざまな情報を得られる場でもあります。さらに、地域の方々にも参加して頂くことで、認知症という病気を理解してもらい、地域全体で認知症の方やそのご家族を支えていく連携の輪を広げていくことも目的の一つとしています。

本学は、キャンパス内にあった旧喫茶室を改修し、新たに認知症カフェ「エヌ・カフェ・アングル」として、昨年12月にオープンしました。カフェの運営は本学学生が行い、他に歯科医師、歯科衛生士、看護師、管理栄養士



などがサポートに加わっています。初回は、「今年一年のふり返り」をテーマに書道を行ったり、お菓子作りが得意という男性参加者は、パンケーキを焼いて参加者全員にふるまう場面も見られ、終始和やかな雰囲気で行いました。初回以降も、毎回異なるイベントを企画しており、折り紙や工作といった手先を使うイベントのほかに、歯科大学ならではのイベントとして、お口の健康チェックやお口の健康ミニレクチャー、健口体操なども取り入れ、参加者の方にお口の健康管理の重要性を知って頂く機会も設けました。一方、参加された方の中には、自身の親が認知症で、摂食嚥下障害も来たとおり、専門職の知見を求めて参加されたという方もおり、こうした相談には、学生だけでなく専門職と一緒に相談に乗り、お口の健康管理や食支援に関わる助言などを行うこともあります。



認知症を地域で支えるには、ご家族や地域住民のご協力はもとより、われわれ専門職も認知症を正しく理解し、認知症の方への対応力を向上することが求められます。本学は歯科大学として、認知症の学生教育にも力を入れており、全学年に対し認知症サポーター養成講座を開催し、オレンジリングを配布しています。特に、近年は核家族化が進み、高齢者との同居経験のある学生が減少傾向にあり、実際の認知症高齢者との接点は、病院実習に限定されているのが現状です。認知症の病態や患者さんの心理状態の把握は、座学だけで学習できるものではなく、患者さんに接してこそ、得られる学びが大きいと考えています。さらに、ご家族や多職種の方とも交流することで、患者さんを支える家族の思いを知るとともに、地域で活躍されている様々な職種の方の業務内容の理解も深まり、学生参加は、認知症の歯学教育においても重要だと考えています。

地域の中で、歯科は単にむし歯や歯周病の治療を行うだけではなく、食べる機能への対応やお口の健康管理を行っていくことが求められています。今後もエヌ・カフェ・アングルでは、認知

症の方が安心して参加でき、楽しいひと時を過ごせる場を提供するとともに、地域の方々への認知症と歯科に関する相談や情報発信の場としても活用していきたいと考えています。これをご覧になった方で、ご興味のある方は、ぜひ一度お越しください。



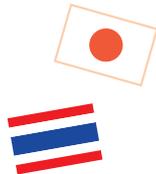
#### ● エヌ・カフェ・アングルお問い合わせ

連絡先 ☎025-211-8228  
(平日9:00~17:00)

# 『世界の歯医者さん』



Dr. Chuenjit Pakorn  
チュンジット・パコーン



コーディネーターの  
鈴木雅也先生



保存2



サワディークラブ(こんにちは)。私はタイ王国出身のチュンジット・パコーンといいます。日本歯科大学で研究をしています。

皆さん、タイという国について1度は聞いたことがあると思います。東南アジアにあり、楽しく、エキサイティングでおもてなしにあふれた微笑みの国です。観光、文化、そして食べ物が有名です。2018年、150万人を超える日本人がタイを訪れました。日本でもタイ料理は人気のようですが、旅行者の増加が理由の1つかもしれません。

タイ料理は辛いことで知られていますが、秘訣は5種類の調味料(酸味、甘味、塩味、苦味、辛味)の絶妙なバランスにあります。また、強い辛味を和らげるための食べ物と一緒に提供されます。例えば、酸味と辛味の効いたトムヤムクン(海老入り香辛料のスープ)は、オムレツやごはんと共に提供されます。また、ハーブやスパイスに加えて、塩味としてよく使用されるナンプラー(魚醤)は味をまろやかにします。

私は新潟市内にあるタイ料理レストランによく行きます。グリーンカレー(ココナッツ入りカレー)、ガパオライス(バジル入り炒めご飯)、パッタイ(米粉麺の焼きそば)、トムヤムクンが人気の料理のようです。レシピはインターネットで探せるので、家庭で作るのは難しくありません。しかし、本場の味を再現するには、欠かせない食材がいくつかあります。それらは、新潟市内でも手に入れることができます。例えば、グリーンカレーやトムヤムクンで使用するチリペースト、パッタイやガパオソースに使用するナンプラーなどはイオンにあるカルディや新潟駅のジュピターなどで売っています。しかし、自分で料理するのが面倒でしたら、下記のレストランでタイ料理を楽しんでください。

- 信濃町エリア：タイファイタイフード
- 古町エリア：タイファイゴールド、サバイジャイタイランド
- 新潟駅エリア：タイファイタイフード新潟駅前店、スパイシーマーケット、ロータスラグーン、プエンタイレストラン、トリップライブハウス

タイ料理の健康効果は、ビタミンやミネラルなどの栄養素を損なわない調理法にあります。植物や野菜の栄養成分が豊富に含まれているのはもちろん、特有の風味や香りを持つハーブやスパイスもまた健康に効果があります。





## 簡単・やわらかレシピ 「海老かつ」



### ●材 料● (4人分)

- |   |               |       |
|---|---------------|-------|
| A | むきえび(冷凍) ……   | 250g  |
|   | 塩 ……………       | 0.1g  |
|   | 酒 ……………       | 小さじ1  |
|   | はんぺん……………     | 140g  |
|   | 片栗粉 ……………     | 大さじ1  |
|   | 卵白 ……………      | 1個    |
| 衣 | 小麦粉 ……………     | 大さじ3  |
|   | 卵 ……………       | 1/2個  |
|   | パン粉(細目) ……    | 大さじ3  |
|   | 揚げ油……………      | 適当    |
|   | とろみ剤……………     | 20g   |
| B | めんつゆ……………     | 大さじ4  |
|   | だし汁……………      | 300cc |
|   | 付け合せ… ブロccoli | 120g  |

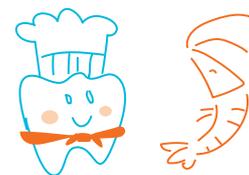
### 作り方

- ①むきえびは背わたをとり、塩、酒をふっておく。
- ②フードカッターにちぎったはんぺん、むきえび、卵白、片栗粉をいれ粗目にかける。
- ③小麦粉をバットに敷き、②をスプーンでおとしていく。
- ④③に小麦粉、とき卵、パン粉をつけながら形を整える。
- ⑤④揚げる。



高齢になると舌の動きが悪くなることで食べものがうまくまとまらずむせやすくなり、また、義歯などの利用によってフライなど食べにくくなってきます。

今回、フードカッターを利用することで海老かつがふわっと口の中でとろけるように仕上がりました。また、外側のパン粉はとろみのついた付け汁につけることでパサつかず飲み込みやすくしました。歯ぐきでつぶせる硬さです。



### 〈さらにまとまりやすくするための工夫〉

Bのめんつゆ液にとろみをつけ、⑤にたっぷり9分置く

新潟  
病院

臨床研修歯科医師のクラム

第34回

## 臨床研修歯科医師の1年間



総合診療科

●西原 未城 ●平形友里香 ●宇留間 紫

どんな歯科医師になりたいのか、と自分に問いかける時間は、歯学部に入學した時から、度々私を悩ませる。7年前の私には遠い未来の話だと思っていた姿だったはずなのに、今はその道を少しずつ、自分の足で歩き始めている。

1年間の研修医生活はあっという間に過ぎ、今だに「先生」と呼ばれる事に、違和感と気恥ずかしさを感じる事もある。仕事におぼつかない自分が情けなく悔しい日も、患者さんに「ありがとう」と言っていたいで心満たされる日も、1日1日積み重ねる事で、成長する自分を記録してきたと思う。

今の私たちは、確かにベテラン先生のように治療が出来るようになるまでには、まだまだ時間が必要で、果てしなく遠い道のように思える事もある。それでも今、出来る事は、「誠心誠意、一生懸命治療する」のみのように思う。患者さんのために動くそのエネルギーは、未熟者の我々にも熱く宿っている。今はその気持ちを忘れずに、基礎を育てる時期で、新潟病院は、そんな研修医たちの毎日の学びを支えてくれる先輩ドクター、スタッフさんたちに恵まれている。もう1度、研修先を選ぶとしても、尊敬する先生方や共に頑張ってきた研修同期のみんながいる新潟病院での研修を、私は選択する。

理想の歯科医師の姿は、そう簡単には手に入らず、日々もがきながら、自問自答を繰り返すことになるだろう。描く理想も、その時々で変化していくかもしれない。そんな時は、はじめの1歩を踏み出したこの研修生活を思い出したい。大事なことは変わっていくこと、変わらずにいること。初心はいつだって、少しブレてしまった心の背筋を正すスイッチになると聞く。

7年住んだ新潟を離れるのは、実はかなり寂しい。いつの間にか、この赤茶色のレンガの学び舎は、私の大切な人たちがいる第2の故郷になっていた。私は頑張っているよ、と胸を張って報告できるような歯科医師人生を、しっかりと踏みしめながら味わっていきたい。

編集  
後記

■四月一日の新元号の発表、いよいよ令和元年に突入ですね。この新元号になる事をきっかけとして、美しい日本語や美しい文化や生活の営み、四季の変遷も理解したいものです。新時代の幕開けで、新たにいろいろチャレンジしてみるのもいいですね。(靖)



日本歯科大学新潟病院・医科病院

アイヴィ通信



発行日/令和元年5月1日 発行人/山口 晃 大越 章吾  
〒951-8580 新潟県新潟市中央区浜浦町1-8  
TEL 025-267-1500(代) FAX 025-267-1546(支援室直通)