

## 院長より

ついこの前年が明けたかと思っていたら、早くも折り返し地点に入りました。先月号のお便りにも書きましたが、2月、3月、4月と新しいスタッフが加わりました。少しずつ仕事にも慣れてきたようですが、至らぬ点は多々あるかと思しますので、どうぞご指摘ください。

5月は幼稚園・小学校の歯科検診がありました。昔に比べたら本当に虫歯が減りました。けれども、噛み合わせに問題のある子は増える一方です。昨年からは学んでいる「口腔育成」。歯並びだけでなく、姿勢や運動機能も調べます。しゃがみ込みや片足立ち断ちができない子供たちが増えていることをNHKが特集しました。このことと口腔が関係しているのです。最近目立つ「お口ぼかん」。口腔のボリュームが小さければ口が開いてしまいます。飲み込みにくいので、いつまでも食べ物が口に入っていて食事の時間もかかります。姿勢が悪ければ呼吸も浅くなり、酸素が十分に体に取り込まれません。口腔育成装置を使うと次第に猫背が良くなり、運動機能も向上していきます。大人の場合も同様です。口腔のボリュームが増えれば舌の動きもよくなり、高齢者が抱える嚥下障害のリスクも減るのではないかと考えています。顎と頸部の関係を調べるためにCT撮影を検査項目に加えました。時間はかかりますが、今後検証していきたいと思えます。

先月、口腔育成について勉強したいと、長野県の神谷先生が見学に来られました。実はこの先生はレーザー治療のエキスパートで小児歯科の分野ではとても有名な方です。当院にあるライトタッチレーザーを使って歯の再生ができることを教えてくださいました。できるだけ歯を削ることを少なくして再生する、というわくわくする内容です。私の知らないことがまだまだあります。幸いなことに多くの先生方から助言をいただくことができ本当にありがたいです。しっかり学んで診療に役立ててまいります。



## 新しい歯みがきペーストで 気になる着色汚れがすっきり♪

笑った時の黄ばんだ歯。  
嫌ですね。

「ホワイトニングは時間的にもなかなか利用できない」という方にもおすすめ。歯にやさしく、しかも美白効果の高い歯みがきペーストができました。

弱アルカリ性のペーストが着色汚れを落としやすくし、炭酸カルシウムのきめ細かい粒子は歯質よりも軟らかく歯面にも優しいので、安心してお使いいただけます。

専用の歯ブラシも一緒にお使いになれば、さらに効果的！



## みのり歯科診療所 新人スタッフです。



受付の野口です。

アシスタントの大石です。

衛生士の副島です。

受付の藤本です。

ふつつか者ですが、  
どうぞよろしくお願い申し上げます(\*^-^\*)

# ゾウのはな子と父が教えてくれた「心と心を繋ぐ信頼の築き方」とは

多摩動物公園元主任飼育員 山川宏治 著  
～月刊「致知」より～

武蔵野の面影を残す雑木林に囲まれた東京・井の頭自然文化園に、今年還暦を迎えるおばあちゃんゾウがいます。彼女の名前は「はな子」。

私が生まれる以前の昭和24年に、戦後初めてのゾウとして日本にやってきました。当時まだ2歳半、体重も1トンにも満たない小さくかわいい彼女は、子どもたちの大歓声で迎えられました。ところが、引っ越し先の井の頭自然文化園で、はな子は思いがけない事故を起こします。深夜、酔ってゾウ舎に忍び込んだ男性を、その数年後には飼育員を、踏み殺してしまったのです。

・ ・ ・ ・ ・

「殺人ゾウ」――。

皆からそう呼ばれるようになったはな子は、暗いゾウ舎に4つの足を鎖で繋がれ、身動きひとつ取れなくなりました。かわいく優しかった目は人間不信でギラギラしたものに変わってしまいました。

飼育員の間でも人を殺したゾウの世話を希望する者は誰もいなくなりました。空席になっていたはな子の飼育係に、当時多摩動物公園で子ゾウを担当していた私の父・山川清蔵が決まったのは昭和25年6月。それからはな子と父の30年間が始まりました。

・ ・ ・ ・ ・

「鼻の届くところに来てみる、叩いてやるぞ！」と睨みつけてくるはな子に怯むことなく、父はそれまでの経験と勘をもとに何度も考え抜いた結果、着任して4日後には1か月以上繋がれていたはな子の鎖を外してしまうのです。

そこには「閉ざされた心をもう一度開いてあげたい」、「信頼されるにはまず、はな子を信頼しなければ」という気持ちがあったのでしょう。

父はいつもはな子のそばにいました。出勤してまずゾウ舎に向かう。朝ご飯をたっぷりあげ、身体についた糞を払い、外へ出るおめかしをしてあげる。

それから兼任している他の動物たちの世話をし、休憩もとらずに、暇を見つけてはバナナやリンゴを手にゾウ舎へ足を運ぶ。話し掛け、触れる……。

「人殺し！」とお客さんに罵られた時も、その言葉に興奮するはな子にそっと寄り添い、はな子の楯になりました。

そんな父の思いが通じたのか、徐々に父の手を舐めるほど心を開き、元の体重に戻りつつありました。

ある日、若い頃の絶食と栄養失調が祟って歯が抜け落ち、はな子は餌を食べることができなくなりました。

自然界では歯がなくなることは死を意味します。なんとか食べさせなければという、父の試行錯誤の毎日が始まりました。

どうしたら餌を食べてくれるだろうか……。考えた結果、父はバナナやリンゴ、サツマイモなど100キロ近くの餌を細かく刻み、丸めたものをはな子に差し出しました。

それまで何も食べようとしなかったはな子は、喜んで口にしました。食事は1日に4回。1回分の餌を刻むだけで何時間もかかります。それを苦と思わず、いつでも必要とする時にそばにいた父に、はな子も心を許したのだと思います。

定年を迎えるまで、父の心はひと時も離れずはな子に寄り添ってきました。自分の身体ががんという病に蝕まれていることにも気づかずに……。

はな子と別れた5年後に父は亡くなりました。後任への心遣い、はな子へのけじめだったのでしょう。動物園を去ってから、父はあれだけ愛していたはな子に一度も会いに行きませんでした。

思えば父の最期の5年間は、はな子の飼育に完全燃焼した後の余熱のような期間だったと思います。飼育員としての父の人生は、はな子のためにあったと言っていいかもしれません。家にじっとしていることもなく、自分の子どもよりゾウと一緒にいる父に、「なんだ、この親父」と反感を持つこともありました。

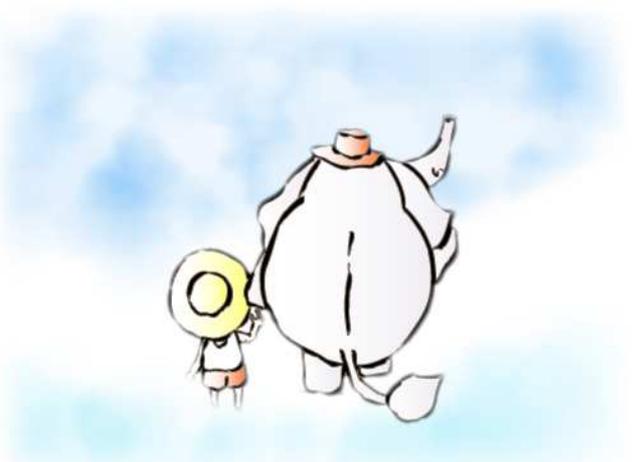
ところが家庭を顧みずに働く父と同じ道は絶対に歩まないと思っていたはずの私が、気がつけば飼育員としての道を歩いています。

高校卒業後、都庁に入り動物園に配属になった私は、父が亡くなった後にあのはな子の担当になったのです。それまでは父と比べられるのがいやで、父の話題を意識的に避けていた私でしたが、はな子と接していくうちにゾウの心、そして私の知らなかった父の姿に出会いました。

人間との信頼関係が壊れ、敵意をむき出しにしたゾウに再び人間への信頼を取り戻す。

その難しい仕事のために、父はいつもはな子に寄り添い、愛情深く話し掛けていたのです。だからこそ、はな子はこちらの働きかけに素直に答えてくれるようになったのだと思います。

一人息子とはほとんど話もせず、いったい何を考え、何を思って生きてきたのか、生前はさっぱり分かりませんが、はな子を通じて初めて亡き父と語り合えた気がします。



4月だったと思うのですが、新聞に動物を専門に撮る写真家のお話が載っていました。捨てられて殺処分されそうだった犬の貰い手を探すために写真を撮ろうとするのですが、警戒心が強く、良い写真が撮れません。そのワンちゃんの心を和ませるために、何時間もそっとそばに寄り添ったそうです。私も小学生の時に捨て犬を拾いました。スーパーに買い物に行った時は店の前につないでおくのですが、大きな声で鳴き続けるのです。また捨てられるという恐怖感かもしれません。ある夜、散歩をしていた時、前方に車が止まり、中から大きな犬が出てきました。次の瞬間、車が猛スピードで発進してしまいました。置き去りにされた犬は悲壮な声で鳴きながら車を必死で追いかけていきました。それを見ていた我が家の犬は首をうなだれてとぼとぼと歩いて帰りました。自分が捨てられた時のことを思い出したのかもしれません。このようなことがあるとどんな動物でも人間不信に陥ってしまうでしょう。

象のはな子も鎖につながれて人間を信用しなくなってしまうました。言葉の通じない動物に深い愛情を注ぎ続けたこの飼育員の方の努力はいかほどだったでしょう。何時間も餌を刻む姿はまさに母親が赤ん坊に3時間おきに授乳することと同じです。子育ては損得や短時間で目に見える結果を求めてできるものではありません。息子さんは象のはな子にかかりきりの父親に反発しながらも同じ道を歩んでいたということに、このお父様の見事な生き方が伝わっていたのだと思います。

今月は父の日によせてこのお話を選びました。そして、自分が子供に何を残せるだろうかと考えました。親の生きざまが次の世代に繋がっていくことを思い、自分の生活を反省しているところです。

あなたの  
癒しになりたい♡

# フロイデ だより

2017年6月号  
生きるためには  
雨も大事でしょ。



担当：やまぎし

## 今月の美的エッセンス

★ここでは、皆様の美容と健康をサポートするための  
おすすめ美容成分や注目の栄養成分などを紹介していきます。

### 脂質

「油」もしくは「脂」と呼ばれるものが脂質です。

現代人の食生活では、不足する心配はありませんが、脂質は  
取りすぎると肥満や生活習慣病を招くので、注意しなければなり  
ません。ですが、極端に制限するのも好ましくありません。

脂質は、炭水化物が不足した時に効率のよいエネルギー源に  
なります。摂りすぎた脂肪は、脂肪組織に蓄えられ、必要な時に  
燃焼します。また、細胞膜やホルモンなどの重要な成分でもあ  
るため、不足すると血管が弱くなったり、皮膚疾患が出たり、体  
温調節がうまくいけなくなったりします。肥満の原因として悪く  
とらえがちですが、脂質のベースである脂肪酸の種類は様々  
で、バランスよく摂取することで、様々な病気の予防にもなりま  
す。例えば魚油に多いDHA(ドコサヘキサエン酸)は、認知症の  
予防にいいとされ、最近メディアで話題になったエゴマ油や亜  
麻仁油に含まれるαリノレン酸は、がんを抑制したり、高血圧予  
防にいいとされています。オリーブ油には血液中の悪玉コレス  
テロールを減らし、善玉コレステロールを低下させない効果が  
あります。

一口に「アブラ」と言っても、味や香り、特徴も様々です。



## フロイデ日記

先日、朝方何となく布団の中で伸びをしたら、  
足がつかってしまいました。

若い時は「足がつる」なんて経験したことがなく、どんな痛  
みだろうと思っていましたが、考えたくはありませんが、これ  
も年をとってきたせいでしょうか。しかも、元に戻る間もな  
く、翌日にまたつかってしまい、母から「なんだかんだ言って、  
あんたも筋肉が衰えてるのよ」などと言われてしまいました  
(;\_;) )

厄年は過ぎたからひとまず安心とわけのわからない自信を持  
っていましたが、やっぱりアラフォーって、辛いですね。何か  
と身体のトラブルを感じるが増えてきた気がします。

自分の年齢もそうですが、年々、親の年齢も気になるよう  
になり、特に母は、以前は寝込んだりしたことがなかったのに体  
調不良が少し続くので、「あー、歳をとったのかなあ」と思  
います。先月は母の日がありました、靴をプレゼントしまし  
た。ボロボロの靴を履いていたし、長時間歩くのもつらくな  
ってきたようなので、足裏を刺激して健康になれるという靴を買  
いました。見た目は健康靴とはわからない  
感じで、ちょっと、いえ、かなり高かったのですが、  
たまの親孝行と思って、奮発しました。それでも、  
セール品になっていたので、少しは安くなっていま  
したけどね。

少しは痛みが緩和されればと思っています。



### あなたを笑顔にする フロイデ 3つの約束

1. お肌も体もアクをすっきり!!
2. 7千贅沢なお時間を!!
3. きれいな器具で安全に!!



5月の大型連休が過ぎ、体調がすぐれないと感じている  
方も多いと思います。気温差や新しい環境になじめず、  
自律神経が乱れているのかもしれない。  
そこで自律神経を整えるのにおすすめなのが、へム鉄。  
鉄については、3月号で紹介していましたが、鉄が不足  
すると貧血を引き起こし、脳の機能を低下  
させて自律神経のコントロールができな  
くなったり、精神安定に必要なホルモンが分泌  
されなくなったりします。女性は特に注  
意しておきたい栄養素ですが、消化吸収され  
やすいへム鉄で体調を整えましょう。



〒840-0054 佐賀市水ヶ江五丁目2-8(みのり歯科診療所隣接)

※ご要望により、土・日・祝日のご予約も承ります。

メディカルサロン フロイデ ご予約等はお電話でどうぞ。 ☎ 0952-20-3001