

歯科医師をしています。最も身近で耐え難い苦しみの一つは、歯の痛みだと身をもって感じています。また、歯を失うと生活の質は低下していきます。歯科医療は「生きる」を支える、責任とやりがいがある分野だと思っています。0歳児から高齢の方までを対象としているので、一人の患者さんを生涯にわたって担当できるのも、歯科医師の醍醐味と言っているでしょう。

「生きる」を支える歯科医療

学ぶことは多く、その情報量は私の趣味である読書に勝ると言っても過言ではありません。

そんな私は、1年前から岡山市歯科医師会の会長を務めています。約400人にも上る会員が日々の意見交換などを通じ、互いが協力・尊重し合う関係づくりを目指しています。そこから生まれる相乗効果により、岡山市市民のお口の健康増進に最大限貢献していくことが、私に課せられた最大の使命だと考えています。

一日一題

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

◇筆者紹介（よこやま・しょうじ）東京歯科大卒、岡山大学大学院歯学研究科博士課程修了。2001年からヨコヤマ歯科医院、08年に院長。岡山市立岡山中央中などの学校歯科医も務めている。23年6月から現職。岡山歯科技工専門学院長も兼ねる。歯学博士。岡山市出身・在住。52歳。

で養成している歯科技工士は国家資格を有する医療従事者です。入れ歯・歯のかぶせ物や歯並びを治す矯正装置のほか、事故などで生じた身体の欠損部を補う人工の補綴物を制作しています。会長・学院長職は完全な実務職で、執行部、教職員と共に、あらゆる課題に日々取り組んでいます。次回以降、その一端をご紹介します。

2024.8.1

岡山市歯科医師会では市民県民の皆さまへ向け、さまざまな事業を行っています。その中で最も力を入れている事業の一つが、われわれが独自に運営している「岡山市休日急患歯科診療所」です。岡山市から旧岡山市民病院別館1階（岡山市北区東中央町）の場所と光熱費の提供を受け、会員の歯科医が当番制で治療を担当しています。

市民の「駆け込み寺」

開け内部から膿抜きをします。こうした歯の疾患は自然に治ることはなく、必ず歯科医による処置が必要なのです。他にも入れ歯が破損し食事ができない、顎が外れた、かぶせの脱落、歯の破折など。特に神経をとがらせるのが事故やスポーツ活動中といった急に発生する外傷対応です。学生が体育館に設置された巨大扇風機に激突。前歯が複数本折れたり、抜けたりして受診されたケースもありました。

一日一題

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

言われます。時間に遅れたら大変と、他の受診者にも事情を説明して了解いただき、速やかに処置させていただきました。

これらはほんの一部ですが、いずれも明日まで待てない歯科の急患です。前回のこの欄で「歯科医療は『生きる』を支える、責任とやりがいがある分野」と書きましたが、休日診療所はまさにその最前線と言えるでしょう。

ここで岡山市休日急患歯科診療所のPRを少しだけ。診療日は日曜日と祝日、お盆（8月13～15日）、年末年始（12月29日～1月3日）で、午前9時半～11時半、午後1時～3時です。現在治療中の急変にも対応できます。休日に歯でお困りの方、駆け込み寺としてぜひご利用ください。

2024.8.8

先日、岡山市歯科医師会の執行部メンバーから衝撃的なデータを聞きました。ある調査によると、父親がわが子と一緒に過ごせる生涯の時間は、およそ2万9200時間（約3年4カ月）なのだそう。幼稚園入園時には18%、幼稚園卒園時には32%、小学校卒業時は55%が経過し、高校卒業時にはなんと73%もの時間が過ぎ去っているというのです。

私には3人の娘がおり、全員大学生になっています。彼女たちが小中高校生の時には入学式や卒業式、体育祭など、ほぼ皆勤で出席してきました。部活の大会も行ける時は応援に駆け付け、その都度、弱い涙腺を酷使してきました。末娘の高校卒業式の日には「これで親子行事から卒業だな」と自分に

子どもと一緒に過ごせる時間

言い聞かせたのを覚えています。

今回教えてもらったデータから計算すると、私に残された娘たちとの時間は1人につき1年を切っていることになりました。感傷に浸る間はなく、都合がつく限り、少しでも一緒にいられる時間を積み上げていこうと心に決めました。

一日一題

そんな時、長女がマネジャーをしている大学野球部の大会が大阪府内で開かれることになりました。ちょうど休診日の木曜日に当たるので、絶好の日程です。前夜は歯科医師会の会合で帰宅が遅くなったものの、朝起きると急いで支度をし、新幹線で新大阪へ向かいました。試合会場の最寄り駅まで電車を乗り継ぎ、さら

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

にそこからはレンタカーを借り、目的地を目指しました。結局3時間ほどかかり、到着したのは午前10時を過ぎていました。

おそらく私たちと同じ思いで駆け付けたであろう保護者が数人いました。太陽が照りつける中、お互い会話は交わさず、心ひとつになって応援しました。試合は白熱の攻防の末、1点差の辛勝！試合後には娘と数分間話をし、一緒に記念撮影。チームメイトや監督にもあいさつをし、球場を後にしました。

娘と同じ空間で過ごした貴重な時間を心に刻み、その日は午後5時からの歯科医師会の会議に合うよう、ますます岡山に戻ったのでした。

2024・8・15

岡山市歯科医師会は、岡山県内唯一となる岡山歯科技工専門学院を運営しています。ここで養成された歯科技工士は、日本全国はもちろん、海外でも活躍しています。現在、この分野もデジタル化が急速に進み、入れ歯や歯の詰め物といったさまざまな技工物が、CAD・CAM（コンピュータ利用設計・製造システム）で製作できるようになりました。しかし、設計を担うのは歯科技工士です。最後は手指による調整が欠かせず、唯一無二の医療職といっても過言ではありません。

どの職業もそうですが、歯科技工士も一人前になるまでの道のりは険しいです。最初の難関は国家資格を取得するまで。必要な知識と技術を学ぶ2年間のカリキュラムは、講義と実習がぎ

歯科技工士を育てるために

つしり詰まっています。定員20人の少数精鋭の環境がプラスになることもマイナスになることもあり、私たちが心得てサポートしています。

卒業・国家試験に合格しても、即戦力になれるかというと、そうではありません。就職した歯科技工所や歯科医院などで、きっちりお給料をいただきながら、言うなれば修行が始まります。歯科技工士は自分で独立開業できることが魅力の一つです。将来のライバルである先輩から教えを被りながらの最初の数年は、一人前になるための最重要ポイントの一つではあります。そこで挫折してしまう人もいます。

一日一題

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

私は岡山歯科技工専門学院の学院長を兼任しており、機会があれば学生たちに必ず伝えていることがあります。

一つ目は、同じ職業に就く同級生同士、互いが生涯励まし合える良い仲間であってほしい、二つ目は人間力を高めるのは勉強以上に大事であり、周囲の人にかわいがられる存在になる努力をしてほしいです。

そして、学生を取り巻く周囲の方に向けては、こう話しています。

「一人前になるまでの修行は個人戦ではない。家族、教職員、職場の皆さん、すべてが力を合わせて育てる団体戦なのです。大人だからと思わず、精いっぱい気にかけてあげてください。」

私はこの点が最も大切と思い、強調しています。

2024・8・22

岡山市歯科医師会は、岡山県内唯一の岡山歯科技工専門学院（岡山市北区檜津）を運営しており、私は学院長も兼務しています。卒業生は900人を超え、日本国内はもちろん、海外でも活躍しています。

近年はCAD・CAM（コンピューター利用設計・製造システム）を使い、さまざまな入れ歯や歯の詰め物ができるようになりました。一方、患者さんの歯の状態などによっては、従来の手法である鋳造で作製した銀歯が好ましいケースもあります。

では、銀歯はどのように作られるのか、少しご紹介します。まず患者さんの状況に応じた歯の形態をワックスで成形、次に成形したワックスを埋没材に入れ、熱で飛ばした部分に溶かし

歯科技工士の仕事とは

た金属を注ぎ込みます。最後に調整研磨を行い完成です。既成の金属冠を調整するのではなく、最初から最後まで歯科技工士による手作業で作られます。

先日、本学院主催で小・中・高校生を対象にした歯科技工士の「しごと体

一日一題

験会」を開催しました。毎年夏休みに合わせて企画しており、今年はこの鋳造技術を利用し、自分の好きなデザインのメダルを作ってもらいました。実際に歯に使用する金属ではなく、取り扱いしやすい物を使用しましたが、参加した約60人の子どもたちは真剣に取り組んでくれました。約2時間後に完

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

成したメダルを手にとると、全員大喜び。保護者の方々も親子の貴重な時間を思い思いに過ごしていただけたようです。将来、参加者の中から、歯科技工士をはじめ、歯科医療職を目指す子が一人でも多く出てくれたらと願うばかりです。

来たる9月29日に、本学院の学園祭「岡技祭」を約20年ぶりに開催することになりました。学生たちによる模擬店・技術作品の展示のほか、市民向け講演会として、岡山大病院口腔顎顔面外科の吉岡徳枝先生が、手術を用いた矯正治療について解説する予定です。歯科技工士の仕事を間近で知ることができる貴重な機会。ぜひ遊びにいらしてください。

2024・8・29

「趣味は何ですか？」と聞かれる事が、返答に困る質問の一つです。凝り性とも言えず、そこまで熱中する分野がないからです。

趣味の代名詞ともいえるスポーツはもっぱら観戦専門です。とはいえ、プレーするのが決して嫌いな訳ではありません。例えばゴルフ。仲間内では横山はゴルフをしない」というイメージが定着しているのか、最近は何っきりお誘いがなくなりました。

「仲間とワイワイ語らいながらコースを回りたい」。そう思い、ゴルフを始めたのが約15年前。同じ志を持つ友人とともに、プライベートレッスンの門をたたきました。初回は座学の後、ボールを打つことになり、生まれて初めてクラブを握りました。

趣味はスポーツ？

「先ほどの座学を踏まえ、思うように振ってみてください」。コーチの掛け声に合わせ、軽い気持ちでクラブを振ります。ところが、ボールはクラブに当たりません。当たっても、右へ行ったり左へ行ったり。コロコロと転がるだけの時もありました。もちろん、

一日一題

飛距離も伸びません。

友人はスイングの音やフォームまで、何から何まで私と違います。同じ初心者なのかと、目を疑うような、きれいな放物線を描きながら、ボールは真っすぐ飛んでいきます。友人はスポーツ強豪校のテニス部元主将だったのです。それを見たコーチは、そこから

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

私につきっきりで教えてくれました。1時間ほどたつと、ボールは少し飛ぶようになり、その日のレッスンは終わりました。

友人はというと、練習場の一番奥まで真っすぐ力強いボールを打ち込んでいました。それを見た私は思ったのです。勉強や運動をはじめ、何事も人並み以上の努力を積み重ね、やっと周囲に追い付く自分にとって、趣味にまで努力を重ねてしまつては息抜きにはならないのではないかと。ゴルフは練習1回で挫折したのでした。

ゴルフが趣味にはなりませんでしたが、諦めた訳ではありません。どこかで練習している姿を見掛けたら、その時は優しくご助言をお願いいたします。

2024・9・5

「休みの日はどう過ごされてますか？」と聞かれることもよくあります。以前読んだ本で、著者自身が、「週休2日だしたら、1日は身体を休めるようにして、1日は芸術等に触れて感性を磨くことに費やしている」と記されていたのが記憶に残り、自分なりに意識しています。

定番の過ごし方は、愛犬を膝の上でなでながら、撮りためたテレビ番組や動画を見て、日常高ぶった交感神経を落ち着かせるように努めています。お気に入りには、恐らく私が生涯訪れる事ができない国を旅行している方の動画で、疑似体験をさせてもらっています。

私の数少ない趣味は旅行です。きつと両親の影響でしょう。子どものころのアルバムは日本中で撮った家族写真

楽しみな全都道府県制覇

一日一題

でいっぱいです。今更ながら両親に感謝です。これまで国内外問わず、さまざまな場所を訪れてきました。観光はあまりせず、アクティブに行動しないのが私流です。例えば先日訪れた札幌は3度目だったこともあり、3日間の滞在中、観光はゼロでした。

1日目は野球を見に、試合開始3時間前からエスコンフィールド北海道に行き、ゆっくり施設を満喫。デーゲームを観戦し、その後はお気に入りのスーパークレー屋さんで夕食を楽しんで終了です。

翌日は、午前中はホテルでゆっくり過ごし、昼から始動しました。街を数時間散歩した後、何を買ってもなくデパート

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

を訪れ、夕食は、これまたお気に入り
のジーンズカン屋さんに行きました。
最終日は搭乗時間まで新千歳空港内の
店を回って帰岡しました。

岡山での休日とほぼ変わらない生活
で、人に話すと「何もしてないんです
ね」と不思議がられます。ですが、私
にとっては心身ともリフレッシュで
き、最高の時間でした。

あるタレントさんが「今まで訪れた
国を地球儀に印をして、それを眺めな
がら晩酌をしている」とテレビで話
していました。私も日本地図を用意し、
今まで訪れたことがある都道府県を塗
り、時々眺めています。まだ訪れてい
ない県が9あり、47都道府県を制覇す
るのが、当面の楽しみです。

2024.9.12

「野球とサッカー。どちらが好きですか？」と聞かれると、「野球です」と即答します。サッカーが嫌いなわけではありません。先日まで熱戦を繰り広げたオリンピック種目で柔道、フェンシングもそうですが、間合いを楽しむスポーツやエンターテインメントを好む傾向にあると、自己分析しています。

好きなプロ野球チームは広島カープ、サッカーはもちろんファジアーノ岡山です。ひいきのチームや地元チームの勝敗に、一喜一憂し、時に祝杯を、時にやけ酒を飲むのがプロスポーツの醍醐味で、これが故郷を大事に思うことにつながることは明確です。今以上にこの風土が岡山市民に根付いてほしいと願っています。

野球にサッカー、そしてプロレス

一方で、興行としての雰囲気やチーム・選手の歴史や背景など、勝敗以外のことにも興味があり、さまざまなことを考察しながら見えています。ひいきでないチーム同士の試合も選手名鑑を見ながら、純粹に楽しんでいます。数あるエンターテインメントの中

一日一題

で、最も興味深いと感じているのはプロレスです。小学校低学年のころ、アントニオ猪木さん、スタン・ハンセンさんを見に、父が岡山武道館に連れて行ってくれました。それから今に至るまで興味をもち続けています。

先日、初代タイガーマスクと名勝負を繰り広げた小林邦昭さんが68歳で亡

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

くなりました。私にとって忘れられないエピソードがあります。中学生の時、友人と岡山武道館に行った時のこと。小林さんの試合が終わり、会場内を歩いていると、扉のすき間からわずかに彼の姿が見えたのです。

サインや記念撮影をねだる私たちには目もくれず、無言で他の選手の試合を見つめていました。それでもそばに居続ける私たち。試合が終わると、サッとサインに応じてくださいした後、一言、「君たち、興味がある人だけ見ていたら駄目だよ。最後までしっかり見て帰ってね」。

小林さんの振る舞いと言葉の思慮深さが、私のその後の人生に大きな影響を与えたのは、言ってもありません。

2024・9・19

「普段大事にしていることは？」と聞かれると、「人の縁です」と即答します。そう強く感じるきっかけとなったのは、20年以上前、当時所属していた岡山大学を離れるタイミングでした。

新婚だった私たち夫婦は、メキシコ・カンクンからアメリカのオーランドを回る個人旅行に出掛けました。帰国の途につくオーランドの空港カウンターでの出来事です。スタッフの高速英語が理解できず、荷物も受け取ってもらえず、途方に暮れていました。そこに、日本人女性が話しかけてくれたのです。

流ちょうな英語で係員と会話し、事態を把握。乗る予定の飛行機は欠航で飛ばない、明日も分らない。今日、日本へ出発したければ、予定のタラズ経由ではなく、航空会社を変えてシカゴ経由にす

一期一会

るように、と教えてくれました。

その方は「ちょっと待っていてくれたら、お手伝いしますから」と、仕事を終えた後、すべての手続きに加え、空港内の別のターミナルにまで案内してくださいました。旅行会社の現地コーディネーターで、たまたま見かけた

一日一題

私たちを助けてくださったのです。

別れ際の会話の中で、同じ岡山出身であること、家族が岡山にいるが、何年も帰国できていないことが分かりました。岡山弁を久しぶりに聞いたと喜んでいた姿を覚えています。

帰りの飛行機の中で後悔の念が押し寄せてきます。その女性の岡山の連絡

岡山市歯科医師会長 横山 尚史

先をお聞きできなかったのです。私たちと一緒に撮った写真を、近況とともにお母さまにお送りしようと思ったのですが、差し出がましいかとちゅうちよしてしまいました。今でも、あの時、あと一歩踏み出せていたらと考えることがあります。この出来事以来、胸に刻んでいるのが一期一会です。「縁は偶然ではなく必然」とそれまで以上に大切に思うようになりました。

さて、全9回の連載も今回で最終となりました。いろんな方に「読んでいますよ」と声をかけていただき、本当に感謝しています。多くの方々に支えていただいていることを再認識できた貴重な機会となりました。本当にありがとうございました。

2024・9・26