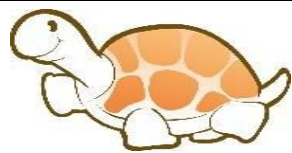




のこのこたより

令和 7年 6月 第122号



社会福祉法人晃宝会

特別養護老人ホームあじさい園 宝

住所：奈良市南肘塚町99番1

電話：0742-24-0878 fax：0742-23-0373

私自身、歯科医療の現場を経て、30年高齢者福祉に携わり、数年前からは障がい者の方とも仲良く楽しい時間を一緒に過ごすようになりました。すでに専門職と自覚をしななければならぬことを自覚しています。しかし、最近になって「よりそうとは？」を真剣に考えておりましたところ、石井光太さんの文章に出会えました。

『君たちは思うかもしれない。「よりそう」っていわれても、やり方がわからない。そんなことは簡単にはできない、と。そんなに難しく考える必要はない。君たち自身が困っていたときのことを思い出せばわかるだろう。たとえば学校で孤立したとき、友人から「一緒に帰ろう」と軽く声をかけられただけで勇気づけられた経験はないだろうか。あるいは親や友達と対立して落ち込んでいたとき、友人から「気にするなよ。僕はそんなふうに思っていないから」と言われただけで、涙が出るほど安心した経験はないだろうか。本当に困っているとき、人はなにか特別なことをしてもらいたいと願っているわけじゃない。ほんのひと言でいいからしゃべりかけてほしい。5分でもいいから誰かにそばにいてほしい。そう思っているだけだ。君たちが求められているのは、スピーチコンテストで表彰されるような立派な文言を考え出すことじゃない。声をかけてみる、近づいてみる、それだけで彼らは十分に救われた気持ちになる。些細な行動が、相手にはとても温かくつたわるものだ。豊かな社会というのは、そんな温かさがどれだけあるかということだ。』

私たちの心から自然とわき出る優しいひと言、それが「よりそう」ということ。そして、その「よりそう」が豊かな社会につながるのですね。

今日から皆様、心から自然とわき出る優しいひと言、目の前の人にかけてみませんか、豊かな社会となるために。

松岡看護師の指導のもと、AEDを使用した一次救命処置の訓練を行いました。



新任職員は水消火器を使用して初期消火の重要性を学びました。



いつもご協力、ご支援ありがとうございます。事前予約での面会を行っています。引き続きご家族様のご来園お待ちしております。

春の防災訓練として火災発生時及び洪水発生時の避難訓練を行いました。ご利用者様は、スタッフの避難誘導のもと速やかに避難されました。



「女性アンサンブル、ールシオンさん」10名により「春のコンサート歌の花束」開催！懐かしいわらべ歌や童謡、トーンチャイムを使つての花のメロディーと歌を楽しみました。



6月の行事予定

- 5日：選べる日の献立(トッピングカレー)
- 9日：あじさいサロン14:00
- 20日：お誕生日会
- 24日：第13回運営推進会議(GH)



本末先生(けんどう倶楽部)健康体操開催！身体を動かすと少し汗ばむ季節の中たくさんのご利用者様が参加してくださり、本日も先生より元気をいただきました。



第12回運営推進会議は、当法人の認知症カフェ「オレンジカフェすいもん」で開催！お好きなケーキと飲み物を召し上がっていただきゆったりとした中での会議となりました。



3月にNP0 法人NネットさんによるGHの外部評価が行われました。6月の運営推進会議では、最終結果報告をさせていただきます。評価を活かして、良い運営に努めますので、今後ともご支援・ご協力を賜いますようお願い申し上げます。

第98回 歯磨きの歴史⑤

古代エジプトは歯みがき&口腔ケアの先進地？

☆ファラオに仕える高官が歯科医？

エジプトのサッカラにある階段ピラミッドは、世界最古のピラミッドです。つくられたのは紀元前 2650 年頃。建造したジョセル王は、大ピラミッドの主として有名なクフ王より 100 年以上も昔のファラオでした。このファラオに仕えていた高官の中に、歯科医がいたかもしれません。その人物の名は「ヘジラ」。



その根拠は、サッカラのヘジラの墓から出土した杉のパネルです。本人の姿が浮き彫りされていたパネルには、「王の親友」といった肩書きとともに、「最も偉大なる歯科医」と読めるヒエログリフ(古代エジプト文字)が刻まれていたのです。この訳し方には異論もありますが、訳が正しければ、ヘジラは世界で最初の歯科専門医といえそうです。

☆パピルスに残る歯みがき剤の記録

紀元前 1500 年頃になると、エジプトには歯みがき剤の記録も現れます。エーベルス・パピルスはそのひとつ。長さが 20m もあり、700 種もの魔術や治療薬を紹介しているパピルスです。

パピルスによると、粉状の歯みがき剤は、乳香(にゅうこう)、緑粘土、緑青(ろくしょう)でつくり、練り状のものは緑粘土、緑青、火打ち石の粉末、蜂蜜、それにビンロウジュの実の粉末でつくるとあります。乳香は香りづけ、緑粘土(ナイル川が氾濫した際に川から運ばれる肥沃な土から作られた緑の粘土)や火打ち石の粉末は研磨剤や結合剤、緑青は殺菌作用、蜂蜜は甘みと粘結剤というように、原材料のそれぞれに歯みがき剤としての効果が認められます。

古代エジプト人は宗教的な決まり事として衛生に気をつかい、神官は毎朝、体を洗い、口の中を清潔にしたといわれます。その時に歯みがき剤を使う習慣があったのかもしれません。

ヘロドトスの「歴史」によれば、紀元前 5 世紀のエジプトは、医術が目、頭、腹部、歯などの専門別に分かれ、医者だらけだったとか。世界で最初に歯科専門医が誕生しても不思議はありませんね。



ジョセル王が建設したサッカラの階段ピラミッド。ヘジラの墓はこの北西で発見された。



ビンロウジュの実