お茶の時間

ブラボー、ブラヴォー、ブラーヴォ！
こんなに盛り上がったことがあっただろうか。サッカーW杯、カタール。初戦でドイツに勝ち、サッカーファンは当然。にわかファンも大興奮。連日、ニュースはサッカーで始まって賑やかだった。
一押しの浅野がドイツ戦で目を見張るゴールで追加点。勝ったあ！繰り返し放映されるゴールシーンに感動しっぱなしだ。三笘も、前田も田中碧もいい。ヤンチャな感じの堂安もいいし遠藤も。G・Kの権田も、やったね。只、決勝戦のフランス、アルゼンチンを見てさすが一級揃いと思う。日本だって、いつかきっと。
今大会は、長友が放った「ブラボー！」が皆の気持を明るくさせた。4年後も、ブラボーなサッカーを期待する。

心に響く言葉

上を向いて明るい虹をみつけよう

チャールズ・チャップリンの言葉。

受付から空を見ると、二重の虹が。手のあいているスタッフ達に声を掛け外に飛び出した。慌ててスマホを取りに戻り、楽しそうに虹の撮影をするスタッフと患者さんも加わって。
「今日一日、良い日になるわね」
明かるい声が広がった。

雪、ユキ、ゆき

19日(月)前夜から降り続いた雪が30cm越え、翌日には50cmの積雪に。
私たちが住む西区は、佐渡が壁になり差程積らない地域だが、降れば一気だ。
深夜作業の除雪車には感謝するが、駐車場出入口は雪の壁で塞がれて、早朝から通路の除雪に追われる。
道路添いの菜局、福祉会館など、様々な所で出入口の除雪で忙しそうだった。
豪雪地方からみれば「この程度の雪で大騒ぎして」とお叱りを受けそうだが、則ち、この雪の量には、設備不足であたふたしてしまうのだ。
クリスマスを目前にして、日本列島のあまり雪に縁のないような暖かい地方も雪の被害に。
県内は停電も広範囲になり復旧もままならず。
キャッ！停電だ。のんびりこの欄を書いていたら突然、真っ暗。息子が登山用ヘッドライトで照らしてくれたが、幸いすぐ点灯。明日は、診療所のエアコンチェックかなっ？
長期予報で、12月は大雪になる、と言っていたが当たった。書いている最中の停電。いやはや貴重な体験だあ！！！！！

積雪43cmの朝。二階バルコニーから車庫周辺を撮った。息子の車はFJクルーザーなので少し雪があっても心配ないが、私たちジジババ用シエンタでは奥に設置の車庫からの脱出は大変。雪が少なくなるのを待つこととした。

歯のよもやま話　第五十四話

むし歯　一

そろそろテーマが尽きてきて、いよいよむし歯を取り上げる事になってきました。

歯医者を好きな方はほとんどいないでしょう。その理由はむし歯の痛みとそれを削る時の不快感と痛みを、ほとんどすべての人が経験しているからでしょう。

むし歯とは、歯が自然に溶けて、穴があいて、痛んでくる病気です。

昔の人はむし歯の原因は、洋の東西を問わず、小さな虫が歯をかじっていくのだと思っていました。それでむし歯というのです。百五十年ほど前まではそんなものでした。ところが一八九〇年アメリカのミラーという学者が、むし歯は口の中の細菌が食物の中の炭水化物と反応して酸を作り、その酸によって歯の中からカルシウムが溶け出し、歯に穴があく病気だという説を発表しました。これをミラーの化学細菌説といいます。現在でもこの説は、むし歯の大きな原因の一つとして認められており、さらに詳しく研究が行われています。

さて、こうして歯が溶けるといずれ穴が開きます。この穴の中に食物残差や唾液が溜まり、体温で温めているのですから細菌の繁殖には最適の環境となり、どんどんむし歯は進んでいきます。

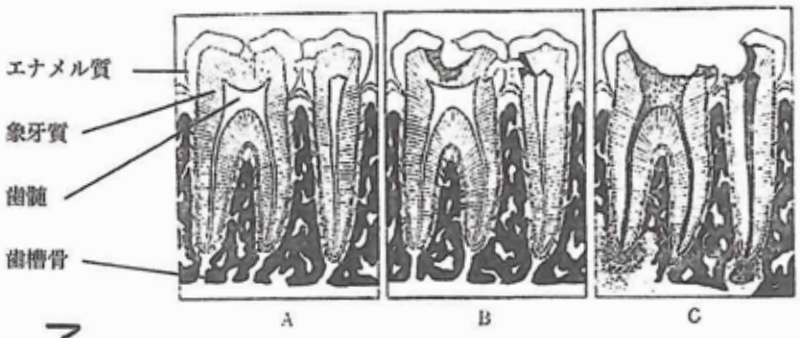
歯の表面からカルシウムが溶けていってもまだ穴が開いていない極めて初期の場合は、よく磨いたり、細菌がつかないよう処置をすることにより、カルシウムが再度沈着し（再石灰化）、むし歯の進行を阻止することができます。この段階をC0（シーオー）と言います。

エナメル質が溶解しているが象牙質までむし歯が進行していない場合は特に痛みを感ずることはありません（C1）。

むし歯が象牙質まで進むと、最初は冷たい物がしみたり触ると痛みを感ずるようになります（C2）。

さらに歯髄に到達すると温かいものがしみるようになり、何もしなくても痛みを感ずるようになります（C3）。

歯髄まで細菌が感染すると、最初は強い痛みが起こりますが、次第に歯髄が壊死（死んでしまうこと）してしまいます。一時的に痛みが無くなることもあります。でも治ったわけではありません。さらに細菌が歯根の先まで進むと歯を支えている歯槽骨を犯し、顎が大きく腫れたり、噛むと強い痛みを感ずるようになります。ここまで来ると治療も大変ですよ。むし歯は早いうちに処置することが肝要です。



虫歯の進行状態
A:象牙質までむし歯が進むもの
B:むし歯が象牙質のなかまですすむもの
C:さらにむし歯が歯髄をおかし、歯根の先まですすむもの
藤田恒太郎：歯の話　岩波新書

子田晃一

あららららあ ?!

12月中旬、滑生会整形外科定期検診の日。あいにくの雨。いつもの靴をやめ、秋の気配を感じる頃に数回履くだけの、踵の厚い靴で出かけた。玄関先と、病院に入るまでの、わずかな距離を足元を濡らしながら歩いた。待合室で30分程待ち、呼ばれて立ち上がった途端、片足がグラッ。エッ、何?と、見ると黒い物体が床に張りつき汚している。何と、左踵半分がくずれているではないか。

診察室に入り、主治医に状況を伝えたものの動揺したまま診察が始まった。ちょっと動いただけで踵がボロボロ。詫びながら待合室に戻り、汚した床の仕末をしていると、看護師さんが「清掃員に連絡しましたから大丈夫ですよ」と声をかけて下さったが、まだリハビリ室までの移動がある。その後の会計場所までどうやって行くか。冷や汗をかきつつ片足を浮かせ、どうにか辿り着いたが並んで待つ間も不安はつのるばかりだった。

支払い済ませ、雨の中タクシーを待つ。(術後まだ左肩の痛みが消えないので、車の運転を控えている)

靴は左側もくずれ始め、家ぬな有様で自宅に到着。早速息子に写メ送信。すると「これって加水分解ってやつですね」と返信が。

加水分解?! 調べると「水溶液中の溶質が水分子と反応しておこす分解反応をいい、水解ともいう」と、あった。ポリウレタンなどが水分を結びついてバラバラになってしまった、ということ。なるほどね。

何でも丁寧に永く愛用しているのに、わずか5年程で靴が劣化していたとは。驚いた。

いやはや、恐るべし加水分解。やはり靴は、良い物を選ぶに限る、と思った次第である。

加水分解した無惨な踵(かかと)

そういえば、雨の日に履いたことなかった。いつもシューズクローゼットの上段棚に置いている。

経年劣化ですって。
ひどすぎる。
ベタベタ、ボロボロ
悲し〜い。

認めあえる、幸せ

『「男は弱音を吐かない」「女は出しゃばらない」など、男女の性差（ジェンダー）についての固定観念を見直そうと、島根県が募集したジェンダー漫画大賞に選ばれた58歳の主婦の作品』という記事を、新聞の社会面で見つけました。

「金婚旅行」という題で大賞に輝いたその漫画は、新婚旅行の時は、夫に抱き上げられて幸せそうに部屋に入った妻が、５０年という長い歳月で立場が逆転して、金婚記念の旅先のホテルでは、ふくよかな妻が、ほっそりと小さくなった夫を、抱き上げて部屋に入る様子が、とても明るいタッチで描かれていました。老夫婦どちらの表情もおおらかで、仲の良い日常生活を垣間見た気がして、おもわず、にっこりしてしまいました。

近年、小学校や中学校では、「鈴木くん」、「田中さん」と、男の子、女の子を区別して呼び合っていたものから、互いの名前を男女の区別なく「さん」付けで呼ぶようになりつつあり、名簿も混合になって、男、女、という性差をなくし、ひとりの人間として、認めあおうとする努力が見られるようになっています。

ところで、こうした教育環境の中で成長していく子どもたちが、大人になり社会に出たときに、性の差別を感じることなく生活していける状況に、はたしてなっているのでしょうか？

男女共生という言葉が飛び交い、第一線で活躍している女性の姿も見かけるようになったとはいえ、まだそれは、ほんのひとにぎりが現状でしょう。

世の中はまだまだ男社会。はっきりと意見を言えば「女のくせに」とか「でしゃばっちゃって！」「なまいきな」「たかだか主婦が・・・」と、面と向かって言わないまでも、明らかに態度や表情に表す人が多いようにも感じます。

結婚して家庭を持つと、仕事を続ける多くの女性はその両立に悩みます。

こまやかに気遣う、女性の本能なのかもしれませんが、子育てから家庭内の雑用まで、一手に担っている女性が我が国では何と多いことでしょうか。

肉体的な差はあったとしても、人間の能力に対して性の差別をつけない世の中が、早く訪れるといいなあ、と思っています。。

希望に燃えて高校に入り、さらに大学に進んで社会に出るとき、受け入れ先の少ないことにがく然として思い悩みながらも、次のチャンスにと、どうにか気持ちを奮い立たせ、頑張る、才能豊かな女性たちに、男性と同じように光が当たることを、願い、応援する人たちもきっとたくさんいることでしょう。

互いに大きな心を持ちあわせて暮らせたら、どんなに楽しいでしょうか。

金婚旅行のご夫妻の表情から、人として認めあった日々を過ごしてきた満足感が、絵を通して伝わってきました。

11月、私たち夫婦も金婚式を迎えました。50年。半世紀です。これからもよろしく。と乾杯。
2000年10月から2001年3月までの半年間、担当した時のNHKラジオ「朝の随想」24話中から1話抜すい。収録時、毎回緊張していたなあ・・・

いいなこの本

月刊 たくさんのふしぎ
「字はうつくしい」
わたしの好きな手書き文字
文・構成 井原、奈津子
発行 福音館書店（2023年2月号）
価格 700円＋税
※創刊号は「いっぽんの鉛筆のむこうに」文・谷川俊太郎、絵・堀内誠一

第455号。創刊号から37年間継続購入しているので、我が家の書棚に月刊たくさんのふしぎ、455冊が揃った。ふしぎがいっぱい並んでいる。

本を開くと「わたしは習字の先生をしています。整ったもちろん好きですが、整っているとはいえない、ひとの字はくせあるような字も好きなのです」と、作者の言葉。

今は電子メールになり、短いながらもそれぞれの人柄を感じながら読んでいるが、ポストの中から独特な文字のハガキを手にしてワクワクすることが少なくなって淋しい。

だから殊更今回の「たくさんのふしぎ」を楽しく読んだ。

新聞記者Aさん、Bさんの字、それぞれの仕事ぶりが伝わる。

そう言えば、医院に来る業者のメモ帳もおもしろい。きちっとまとめて注文を書き入れる人。あとで読んで間違わないで、と思うようなメモ書きの人も。

「うつくしい字」「達筆な字」ではない。

この本のお陰で、いつまでも、私らしい手書きのミニコミ新聞を発行しよう。と元気が出た。

ミニコミ新聞も、四半世紀。もう25年過ぎた。ポツリ、ポツリでも発行を続けるつもり。

月のつぶやき

ウクライナは、いつ平和な日を迎えられるのか。大雪であたふたしている。コロナは、当たり前になってしまい三年前自殺者を出す騒動だったことが嘘のようだ。

この一年は友人、知人との別れが多過ぎて、私自身の入院もあり、すっかり年をとってしまった。

幸せは歩いてこない、だから歩いてゆくんだね♪

泣いても、笑っても二〇二三年は、おわり。やるっきゃない!!

発行　のりちゃんち編集室　950-2072　新潟市西区松美台4－66　子田歯科医院　2階