東日本大震災の現場から

当院の歯科衛生士を偲んで

加藤　誠
田中前加藤歯科医院／宮城県気仙沼市

歯科衛生士が地域を動かす

3月11日、あの震災のあった日、私の診療所(宮城県気仙沼市)に勤務していた歯科衛生士の齋藤章子さんが津波にのまれて亡くなりました。津波は同時に齋藤さんの義母と4歳になる娘の命も奪っていきました。

齋藤さんが縁あって私の診療所に勤務し、老健施設と居宅の口腔ケアを一手に引き受けてくれたのは4年前のことです。私はそれまで「井の中の蛙」でした。訪問診療という形で診療室の外に出てみて、介護という世界の現実を目のあたりにすることで、自分は何をしなければならないかが少しずつ見えてくるのでした。

ただ、介護における歯科は二の次にされていました。施設の職員や居宅で介護しているヘルパーの方も「口腔ケアも大事」とわかっていながら、ほとんど手付かずの状態だったと思います。そんな中で当時、彼女はとても前向きに口腔ケアに取り組んでいて、施設のお年寄りと友達になり、居宅で介護している家族の話をよく聞いてあげていました。

三好春樹さんのこんな言葉があります。「医療や看護は人体を相手にする。だが介護は人生を相手にする仕事だ。科学やデータで答えは出てこない」(2008年3月18日読売新聞「介護の心」)

私はこれを読んだとき、深い衝撃を覚えた記憶があります。彼女はすでに、それを実践できていました。私もそうでしたがケアを受ける人も、ご家族の方も施設の職員も「齋藤さんに任せておけば安心」と感じていました。

それでも齋藤さんも「初めは何もできなかった」と言います。「口腔ケアをやっている施設を見学に行って、いろんな講習会を受けまくって、だんだんできるようになった」と言っていました。

訪問診療を始めた頃、私は居宅で専門的口腔ケアを継続していくには、恵まれた条件が合致しないとなかなか困難であることに気づきました。

第一に、専門的口腔ケアを行う能力のある歯科衛生士を雇っていなければなりませんし、その歯科衛生士が訪問に出向くだけの人的余裕がその歯科医院になければ無理なことなのです。気仙沼のような地方に歯科衛生士はそれほどいません。いてもその歯科医院内の仕事に追われ、歯科医師も歯科衛生士も訪問診療に出ることすらおっくうになっている場合がほとんどでした。

第二に、居宅の要介護者または介護している家族から歯科的ケアの要求がほとんど出てこない現実があります。ことあるごとに口腔ケアの重

要性をケアマネジャーや介護職に訴えても、介護している家族にはあまり浸透していないのが現状でした。もちろん、ケアマネジャー、介護職、看護師にも口腔ケアに対する積極性はあまりなかったと思います。したがって、要介護者の口腔内は悲惨な状況になっていました。

でも齋藤さんが所属する宮城県歯科衛生士会気仙沼支部は、口腔ケアに真剣に取り組んでいましたので、私は彼女たちに多くのことを教えられましたし、その甲斐あって、当地方の施設や居宅の歯科的状況はとても改善してきたと思います。

明日へ向かって

ここで、本当のことをお話しすれば、私は今まで歯科医師である自分を卑下していました。以前、私の診療室に急性歯根膜炎で下顎が腫れあがってしまい、痛みで夜も寝れない患者さんが来院しました。いろいろ手は尽したのですが、なかなか腫れと痛みが引きません。奥さんも心配して「何とかしてくれ」と来院するほどでした。結果的には治まったのですが、ご本人は痛みにどんなに苦しくても5時に仕事が終わってから来院されるのでした。

こんなとき、私の頭にいつもの事柄がよぎります。

「もし、腕を切断すると言われたら、失明すると言われたら、仕事なんかほっぽり出して家族全員手術室の前に駆けつけることだろう。歯科は差別されている。学生も部活をさぼって歯科医院には来ない。歯科は仕事や部活より下にみられている」

これまで、多くの先輩の先生に教えを受けました。自分なりに精いっぱい診療してきたつもりです。それでも歯科医療と歯科医師は本当に必要とされているのか、いつも考えてしまうのでした。

あの震災があってから、私の診療室の電話は診療再開の問い合わせで引っ切りなしに鳴っています。こんなにも人々に必要とされていたのでしょうか？　あんなにがんばっていた齋藤さんこそ必要な人だったのに。

私の住む宮城県気仙沼市は今回の震災で言葉では言い表せないほどの被害を受けました。何もかもが一瞬にして変わってしまいましたが、変わらないものもあることに今になって気づいたのです。

遺体安置所で再会した齋藤さんは、安らかな顔で眠っているようでした。私は明日から少しずつ仕事も再開する予定です。彼女が私の心の中に植えつけてくれた歯科医師としての誇りを大切にしながら。

（2011年4月3日）

東日本大震災の現場から

被災直後の介護施設での口腔ケアを担当して

金澤典子
歯科衛生士／宮城県気仙沼市在住

特養ホームでの被災

東日本大震災により犠牲になられた方々とご遺族の皆さまに対し、深くお悔やみを申しあげます。

3月11日、午後2時46分。特別養護老人ホームで口腔ケア指導を行っているとき、異常なほどの大きな横揺れを感じました。施設の方々と一緒に、すぐに入居者を2階へ誘導させましたが、ほっとしている間もなく「あと15分で5mから7mの津波が来る」との情報が入ってきました。車で歯科医院に戻ることは断念、家族に連絡をして施設に残ることを決心しました。

予測のとおり、船舶、自動車、家屋を飲み込んだ大きな津波が施設を襲い、川沿いに立地していた施設の2階部分は数cmのところで浸水を免れました。

川の対岸では、津波の後に火災が発生しており、町は炎で真っ赤になっていました。ガスボンベの爆発音が響く重油だらけの川面で、いつこちら岸に引火してきてもおかしくない状況です。そんな中、夜を徹して施設の方々と協力し入居者のケアに微力ながらお手伝いしました。雪の降る、寒い夜でした。

眠れない、恐ろしい一夜が明けると、入居者には疲れの色が見えはじめていました。

「身軽に動けるのは施設に所属していない私だけ」と思い、被災した施設を脱出し救助を求めるため、行動を起こしました。通電していない自動扉をこじ開け、室外機などで塞がれている扉の狭い穴を通り抜けると、ようやく外へ出ることができました。

初めて見た光景は、黒く焦げ臭い焼け野原となり、瓦礫と化した町の姿です。川にはいろいろなものがひしめきあい、道路はヘドロで滑りやすく、電線や危険なものがたくさん

気仙沼市街のようす。

市街にまで船が流されている。

変わり果てた姿の自動車。

落ちていました。

消防署に救助をお願いし、自宅へ徒歩で帰途につきました。数日後、施設の方々は無事保護されたことを聞き安心しました。

支援物資を届けに

私の自宅も被害がありましたが、地震や津波で家を失い避難所生活を送る方々に比べたら大きなものではありませんでした。このような状況にあったのは、もちろん初めての経験です。何をしていいのか、どうすればよいのか、正直わかりません。ただ、歯科衛生士という資格が私を動かしました。

気仙沼歯科医師会会長による被災直後の強い呼びかけにより、宮城県歯科医師会からたくさんの支援物資がすぐに搬送されてきました。まずは避難所に支援物資を運びに行くことにしました。車は流されてしまい自転車だったため、近くの避難所まで、しかも届けられる数もわずかではありましたが、少しでも力になりたいという思いでいっぱいでした。

避難所では、歯科医師や歯科衛生士には物資を渡して口腔ケアの指導をお願いし、市職員や学校教員の方には、「口腔ケアのすすめ」というポスターを渡し、被災者に口腔内清掃の大切さを伝えられるよう壁に張ってもらいました。とにかく歯科衛生士としてやれることはやろうと考え、多くの人に声をかけ続けていきました。

遠くの避難所へも物資を運びました。報道されているとおりガソリンは本当に貴重なものです。ようやく歯科医師会の先生の車に便乗して運ぶことができました。

避難所では、義歯を紛失して困っているおじいさん、子どものう蝕に悩むお母さん、充填物や冠が外れてしまった人など、被災者はさまざまな問題を抱えています。しかしようやく通電したのは3月21日で、しかも診療可能となった歯科医院はたったの2軒でした。せいいっぱい自分ができることに取り組んではいましたが、無力な気持ちでした。

口腔ケアの物資が到着。

全国から届いた救援物資。

避難所での口腔ケア。

高齢の被災者の力になりたい

避難所を回っていると、清潔な避難所がある一方で、高齢者の集まる避難所では多くの問題を抱えていることに気づきました。余震の恐怖や今後への不安に加え、プライバシーのない生活が続き、健康面にも影響が出てきていました。

その後、気仙沼市内の介護施設を訪れました。私が訪れた施設は、震災のため70名定員の施設に107名もの方が生活しており、入居者には疲労の色がみえました。物資を運ぶと、入居者がまず喜んでくださったのは歯ブラシでした。津波で、すべて流されてしまったのです。誤嚥性肺炎の予防法を記したパンフレットも一緒に配布しました。

入居者の方への口腔ケアは、精神面でのケアや声がけを忘れないよう心がけながら行いました。水道が出ないため口腔内に食渣が溜まり、介助磨きもなく不潔な状態の方もおりました。

私たち歯科衛生士が施設を訪ねてから、施設の職員の反応が変わりました。介護士たちが、入居者へ積極的に口腔ケアを行うようになったのです。辛い思いをされている被災者の方が少しでも快適に過ごせるよう力を尽くしてきましたが、ようやく少し役に立てたような気がしました。

ただ、物資をいただいたのに失礼とは思いますが、スポンジブラシ、ガーゼ類、水不足のときに重宝する口腔内ウェットティッシュなどが不足しており、もっと支援があれば、と感じました。

＊＊＊

被災地では、まだまだ歯科衛生士の手が届いていない所が多々あります。今後も高齢者への訪問診療を行う歯科部門チームの一員として、保健医療活動を通じ引き続き被災者の力になりたいです。

多くの歯科医師、歯科衛生士の皆さま、救援物資をいただいた各団体の皆さま、ありがとうございました。

（2011年４月24日）

介護施設での被災者の口腔内。

デンチャープラークが付着した義歯。

介護施設にて被災者と筆者。ようやく笑顔が戻った。

INTERVIEW

わたしのHygienist Road

ハイジニストロード

森野 智子さん

自主的な勉強がその後の多様なステージに立つベースに

森野さんは、歯科衛生士の可能性の広さを自ら体現している。学歴を見ても職歴を見てもそれは感じられる。歯科診療所から病院へ、そして介護老人保健施設(老健)、特別養護老人ホーム(特養)や大学という教育の場へ。そのステップアップは、はた目からは軽やかに見える。

「高校卒業後は、本当は4年制大学に行きたかったんです。じっくり勉強をする時間や環境があるから」

だが実際進んだのは短大、歯科衛生士への道だった。あわただしく勉強をこなす2年間を過ごした後、一般歯科医院に就職する。そこはう蝕予防に加え、当時としてはいち早く歯周病予防に力を入れた医院だった。

「全員で20人超の大所帯。先生はスタッフ教育に熱心かつ自発的な勉強を推奨していて、診療中に手の空いたスタッフは"スタッフルームで勉強してていいよ"と言われてました。ここで勉強のくせがつきましたね」

そして結婚、退職、出産。育児のために現場から離れ10年が過ぎたが、自発的勉強は続けていた。さらにこの間、かねてより夢だった4年制大学に入学、卒業する。そのとき大学の教員が、「ぜひ歯科衛生士の資格を生かした仕事を」と口にした。ちょうど育児もひと段落したところ。これが歯科衛生士復帰へのきっかけとなる。

高齢者の健康・健口支援に生きがいを見つける

仕事復帰した森野さんは、数年の非常勤勤務の後、転居をきっかけに病院内の歯科口腔外科に勤めはじめた。

「非常勤で勤めた医院で高齢者のメインテナンスに携わるうち、高齢者に対する思いが変化しました。歯科医院に来る高齢者は、病気でも割と元気な人。だから高齢者の一部しか見てないのではないか、病院に勤めないとわからないことがあるはずだと考えての選択でした」

そして病院での勤務は、森野さんに衝撃を与えた。

TOMOKO MORINO
静岡県立大学短期大学部歯科衛生学科常勤講師、静岡県歯科衛生士会副会長。静岡県御殿場市出身。1984年関西女子短期大学保健科歯科衛生士コース卒、ホワイト歯科医院(静岡県)勤務。1994年慶応義塾大学卒。(医)静岡済生会総合病院、(医)秀慈会等を経て2009年放送大学大学院修士課程修了。現在特別養護老人ホーム竜爪園でも口腔機能向上にかかわる。

歯科衛生士免許はディズニーランド®のパスポートみたいなもの。どう楽しむかはあなた次第。

「事故にあったり、ICU にいたり、歯科治療が放置され痛みや腫れがひどく悪化した患者がいる一方、リハビリやターミナルケア等慢性的な入院患者もいる。いかに自分が歯と口しか見ていなかったかを痛感しました」

歯と口を核にしながら、もっと広い視野と分野で高齢者とかかわりたい。そう思った森野さんは、ケアマネジャーの資格を取得。2004年、リハビリテーション科・内科を擁する病院と老健の両方を運営する医療法人にケアマネジャーとして入社する。しかしいざ勤めてみると、歯科衛生士の知識と技術が現場で多く求められた。そのため、ケアマネジャーと並行して利用者の口の健康にもアプローチし、多職種にもそれを伝えるようになった。森野さんは、ここで自分の仕事や口の健康について伝える楽しさと重要性を実感することとなる。

竜爪園の新茶を楽しむ会。茶娘に扮して新茶を楽しんでもらう。

自己向上のピラミッドを上る

現在森野さんは学生らに「歯科衛生士は楽しい！」と伝えるため、短期大学というステージで教鞭をとる。

「歯科衛生士免許はディズニーランドのパスポートのようなもので、楽しみ方は本人次第。そう思える次世代を多く輩出したいです。その点私は種々の経験について具体的に話ができるのが強み。あとは学生グループと一緒に地域の現場にはたらきかけて何かやりたいですね」

歯科衛生士として頼れる先輩や大人に出会って親しくなるのも大切ということも、学生に伝えたいという。

「１人で主張するより、力がある先達（せんだつ）にその力を貸してもらった方が早い。私もそうして口腔機能向上ツールの開発等いろんなことに携わらせてもらいました。力不足だからと足踏みしている間に、たとえば施設にいる高齢者は衰えたり亡くなってしまいます。そして協力を得るには、“自分がやりたい”という思いだけではなく、力を貸してくれた人にもプラスになり、やる気を与える“WIN-WIN の関係”を結べるように考え、その思いを語れるようになることも必要です。それがまた自己向上にもつながりますから」

自己向上のピラミッドを上るとどんどん仕事が楽しくなる、という森野さん。まだまだ多くのステージに立つことを楽しみにしているように見えた。

わたしの MUST BOOK

●悪女について
著＝有吉佐和子
（新潮社）

自殺か他殺か判断がつかない状況で死んだ女性の実業家について、彼女とのかかわりを27人の証言者が語るという形式で書かれた小説です。１人の人間について語られているのに、人によってはまるで別人のように語られます。現代社会は情報が氾濫していますが、それらの情報の裏をちゃんと取ること、情報を１面で見ることの危険性を教えてくれる本です。