

歯科医師



毎日新しい発見がある！  
とてもクリエイティブな仕事です

北アルプス医療センターあづみ病院(池田町)  
ながしお さちほ  
長汐 沙千穂さん  
東京都清瀬市出身  
日本大学歯学部歯学科→信州大学医学部附属病院(研修医)→浅間総合病院(佐久市)→信州大学医学部附属病院(松本市)→金沢医療センター(石川県)  
→結婚・出産で現場を離れ信州大学大学院進学  
→鹿教湯病院(上田市)→現職

仕事に直結！歯科医師の勉強はむだがない

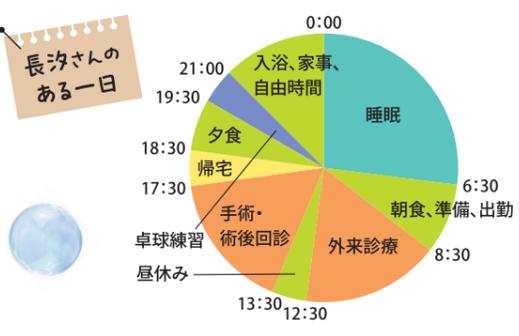
私が働く「病院の歯科口腔外科」は、一般の歯科医院とは役割が違います。いちばん大きな違いは、手術が中心ということ。日々の診察も、手術に向けた準備や手術後の経過観察が多く、歯科医院では対応が難しい治療、当院の入院患者さんのお口の管理、救急対応もあります。



なぜ歯科医師の道を選んだかという、一つは仕事をイメージしやすかったから。実は子どものころ、むし歯でよく歯科医院に通いました。歯科医師が使う道具も、とても興味深



かったです。もう一つは、大学では将来に直結する勉強をしたかったからです。いま振り返っても、歯学部の6年間はむだな勉強が一つもなかった。すべてが仕事に直結するので、常に夢に向かって前進できます。



実は幅広い、歯科医師の専門分野

歯科医師の専門分野は、実はとても幅広く、私のようにあごの手術を専門にする人もいれば、治療に使う材料や方法を研究する人もいます。仕事をしながら「自分はこの分野を」と思った時に、その知識や技術を深めていけばいいのです。



私は、子どもが幼かったころ、診療現場を離れて大学院で学んだ経験があります。実際の治療に即した研究だけでなく、大学院で未来の医療につながる種になるような研究(基礎研究)に関わって、その研究方法を学びたいと思ったからです。そこで論理的に考える力を身につけて、論文作成や学会発表といった自分が苦手な歯科医師としての業務を克服したいという思いもありました。大学院で教わったことは、その後に大きく役立っています。

患者さんの数だけ症例がある、だから…

口は食べるだけでなく、味わったり話したり、人生の楽しみを支える大事な器官です。そのトラブルを解決する歯科医師の仕事は、とても重要だと感じています。そして、とてもクリエイティブな仕事です。患者さんは一人一人、顔立ちや歯・あごの形、暮らしかた、望んでいる治療もさまざま。だからこそ、その人にぴたり合う治療を、デザインをするように考えます。毎日新鮮な発見があつて楽しいです。



患者さんの対話を大切に

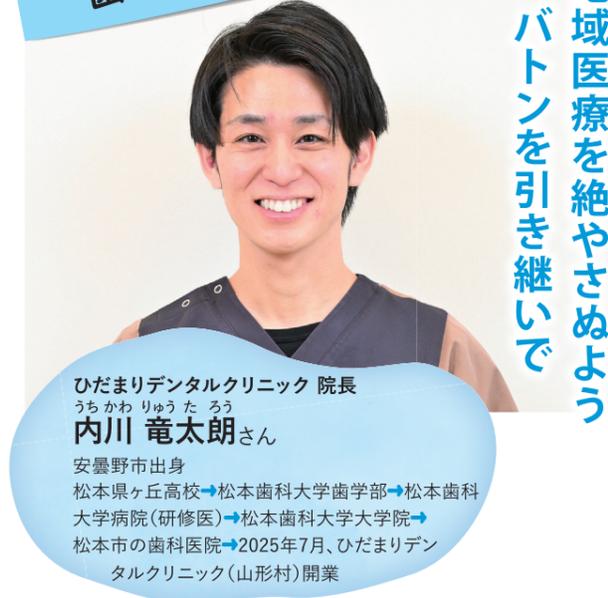
患者さんの症状が良くなったとき、難しい手術が成功したとき、小さなお子さんや障がいのある患者さんが治療に取り組めたとき…。いろんな場面で、日々やりがいを感じています。新しい知識や技術をどんどん勉強して、地域の人たちの困りごとを一つでも多く解決したいです。

休日の過ごしかた



大会優勝をめざし病院の卓球部で練習中！  
休日は子どもの習い事の送迎や家事で過ぎていくことが多いのですが、自分のために使える日は卓球や釣りを楽しみます。大学在学中に始めた卓球は、いまも病院の卓球部員として活動中。大会での優勝をめざして練習しています！

歯科医師



地域医療を絶やさめよう  
バトンを引き継いで

ひだまりデンタルクリニック 院長  
うちかわりゅうたろう  
内川 竜太郎さん  
安曇野市出身  
松本県ヶ丘高校→松本歯科大学歯学部→松本歯科大学病院(研修医)→松本歯科大学大学院→松本市の歯科医院→2025年7月、ひだまりデンタルクリニック(山形村)開業

歯科医院は村に2カ所、その一人が引退を

父が歯科技工士だったこともあり、子どものころは父と一緒に、歯科医院や大学病院をよく訪れました。そこで見る歯科医師の先生たちは、優しくかまってくれながらも、常に研さんしている姿が印象的で、将来こんなふうに働きたいと思ったのが始まりです。

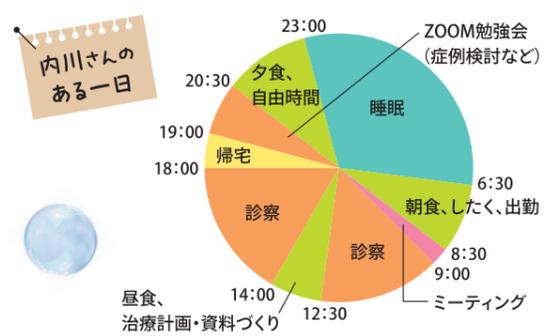


歯科医師の働きかたにはいくつか選択肢がありますが、僕は今年、自分の歯科医院を開業しました。患者さんとより密接に関わりながら、地域貢献していきたいと考えたからです。



地域の風景が見渡せる待合室

開業先は山形村。ここでは歯科医院が2カ所しかなく、その一人が引退のため後継者を探していると知って、手を挙げました。その先生は引退後の地域医療をとても心配しておられ



休日の過ごしかた



学生時代の仲間とテニスを楽しむ最近ゴルフも始めました  
学生時代に熱中していたのがテニスです。いまは地元に住んでいるので、中学や高校時代の仲間と月に1回程度集まって、また楽しんでいます。最近、ゴルフも始めました。こちらはまだまだ勉強中。まずは打ちっぱなしで練習しています。

たので、引き継いで良かった。長く地域に寄りそっていきたいと思っています。

「病気になる前から」関われる医療職

歯がきれいになった、患部が治った、そうした成果がはっきりと実感できるところや、患者さんが最後に笑顔になって帰っていくところは、この仕事の醍醐味です。



また医療職のなかでも、病気になる前から関われるのは、歯科医師ならではのやりがいです。山形村は農家の人も多いのですが、農作業は体力勝負だからか、みなさん健康意識が高いように感じます。なかには、90代でご自身の歯がすべて残っている人も。そんなふうに長く自分の歯で食事ができるよう、歯を病気にさせない、失わせない。そのためには日々のメンテナンスが重要なので、歯周病の治療も含め、診療ではとくに歯を守るためのサポートに力を入れています。

現場の歯科医師として、学生たちへ

僕は診療のかたわら、母校の歯科大学で授業をする機会もあります。歯科の知識や技術だけでなく、現場の歯科医師として地域医療のありかたなどを、これからの人たちに伝えていけたらと思っています。

医療は日々進歩していますから、勉強すればするほど自分にできることが増えていき、楽しいことが見つかる。おもしろい仕事です。自分の時間もつくりやすいので、家庭を守りながら働ける、ワークライフバランスの良さも実感します。開業歯科医としてこれからめざすのは、歯を大切にしようと思う人が自然と集まるような、信頼される歯科医院にしていきたいこと。そして歯の健康を守ろうという意識が、その人たちの家族や友人、大切な人へと広がっていくことを願っています。



スタッフミーティング

歯科衛生士



しんえい歯科クリニック  
こまつりかこ  
小松 里佳子さん  
岡谷市出身  
岡谷東高校→長野県公衆衛生専門学校→  
2022年4月～しんえい歯科クリニック  
(下諏訪町)勤務

口は心身の健康につながると  
患者さんの笑顔を見て実感

ことで取得できる資格がいろいろあります。たとえば私は、矯正や麻酔に関する資格を取得しました。そうやって、仕事の幅は自分次第でどんどん広がっていきける。新しいことができるようになるのは、やりがいの一つです。これからも学び続けて、資格取得に挑戦していきたいと思っています。



一方で、何か一つ自分のなかにブレない軸を持つことで頑張れる、とも感じています。私の軸は「患者さんを第一に考える」こと。働き続けて仕事に慣れると、いつしか効率優先になりがち。患者さんに寄りそうことができる歯科衛生士でありたいと思っています。

口は心身の健康につながるからこそ

病院は症状のある人が行くところ、そうイメージされと思いますが、歯科はいま「予防」処置がメインになってきています。口の健康は全身の健康につながるからこそ、良い状態をいかに長く保つか。そのための歯科衛生士の大きな役割の一つが、歯周病の治療です。歯周病は歯を失う原因になるだけでなく、糖尿病や誤嚥性肺炎など命をおびやかす病気との関連性が高いという怖さもあります。



そして、口は心の健康にもつながっています。痛みで集中できない、見た目やにおいが気になって自信が持てない、人との会話が減る…。そうした悩みが改善することで笑顔になる患者さんの姿を見るたびに、生活を支えている、人の役に立てていると実感してうれしくなります。



子どもたちに、歯みがき指導もしています

子どものころから、人と関わる仕事がしたいと思っていました。歯科衛生士だった母の姿を見ていたこともあります。人の役に立てる医療職であること、一生その国家資格を持って働ける専門職であることは、私にとって魅力でした。

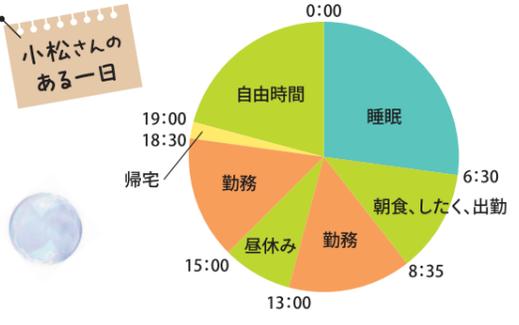
仕事は、歯周ポケット(歯と歯ぐきの間のすきま)の検査、歯石除去、歯みがき指導といった歯周病治療や、小児のむし歯予防のためのクリーニングやフッ素塗布をはじめ、幅広いです。時には歯科医師と小学校の歯科検診に出向いたり、保健の授業で歯みがき指導を行ったりもします。

歯みがき一つみても、毎日の習慣を変えるって意外と難しい。それでも自分が関わることで、アドバイスを受け入れていただき改善されたりすると、励みになります。



広がる仕事の幅—就職後に取る資格も

歯科衛生士は、実際に働き始めてから、実務経験を重ねる



休日の過ごし方

自然が好き  
いまは、長野県の山に夢中です

映画も好きですし読書もしますが、休日は友達と遊んだり出かけたりすることが多いです。なかでも自然が好きなので、キャンプや登山へ。行き先は長野県内が中心です。最近では塩尻市の高ボッチ高原や、北アルプスの燕岳にも行ってきました!

歯科衛生士



フリーランスの歯科衛生士  
おおみや ゆみ  
大宮 優美さん  
千曲市出身  
篠ノ井高校→長野県公衆衛生専門学校→  
宮本歯科医院(長野市)→にしじま歯科医院  
(喬木村)→出産・育児のため休職→長野市で  
フリーランスの歯科衛生士として働く

「食べる」ことを、チームで支える  
いまの関わりかたが楽しい!

出産・子育てを経て復帰

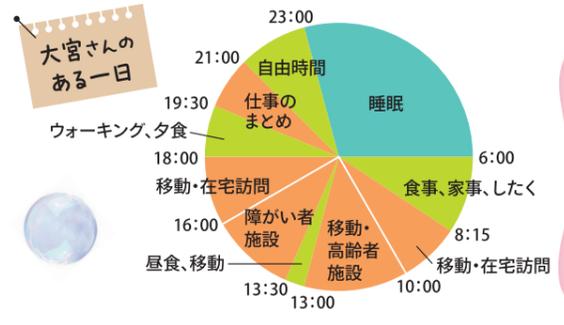
歯科衛生士の道を選んだ背景には、「女性も資格を持って働いた方がいい」という母の言葉がありました。実際、私は働き始めてから、遠くに引っ越したり、出産・子育てで仕事をやめたりした時期がありますが、資格のおかげで、どこでも歯科衛生士として復職することができました。永久資格であることも魅力です。

子育てを経て仕事を再開してからは、歯科医院につとめるのではなくフリーランスとして、より柔軟に働く道を選びました。いまは、地域の歯科医師の先生方と関わりながら在宅訪問や、高齢者施設、障がい者施設で、病気や障がいがある自分では歯みがきが難しい方、しっかりかんで食べられない方の口腔ケアをしています。



いろんな職種の人たちと力を合わせ

口腔ケアは、単に口の中をきれいにするだけではなく、そ



休日の過ごし方

息子たちのラグビーの試合を見に遠くまで出かけていきます!

2人の息子はいま大学生。子どものころからラグビー一筋で、県外の強豪チームで頑張っています。その試合を見に行くのがいまの楽しみ。私も体力づくりを心がけ、元気に、長く働くことが目標の一つ。体が元気じゃないと、気持ちも前向きになれないですね。



の方の「食べる力」を守り、支えます。いまの私にとって、自分一人ではなく多職種が連携して力を合わせ、チームとして関わるところが、すごく楽しいです。

たとえば高齢者施設では、利用者さんの口腔清掃は介護士が担当します。私はそのためのより良い方法を考え、提案し、指導することが主な役目です。次のステップは、きれいになった口で、おいしく安全に食べてもらうために、歯科衛生士、栄養士、介護士、看護師、家族がみんなで考え、支える。ミールラウンドとって、実際に食事のようすを見ながら「どうやって口を開けてもらう?」とか「食事の形態を変えてみる?」とか、毎回いろんな議論をしています。



人生のあらゆるステージに関わって

みんなが連携して支えることで、食べられるようになる。歯みがきの習慣ができて体調を崩すことが減る。そういう場面に出合うたびに、とてもうれしくなります。



そしてあらためて、歯の健康は全身の健康に直結することや、人々の健康をサポートするやりがいを実感します。歯科衛生士は人の一生のあらゆるステージに関わりながら、歯科医院、施設、病院、行政、養成校の先生など、いろんな分野で幅広く活躍できる職種でもあります。

今後は今までの経験を生かせる資格の取得や、若い人たちにいまの仕事を引き継いでいくことを考えていきたい。また、フリーランスだからこそ子育てがしやすかった面もあるため、いろいろな働きかたがあるよ、ということも伝えたいと思っています。

歯科技工士



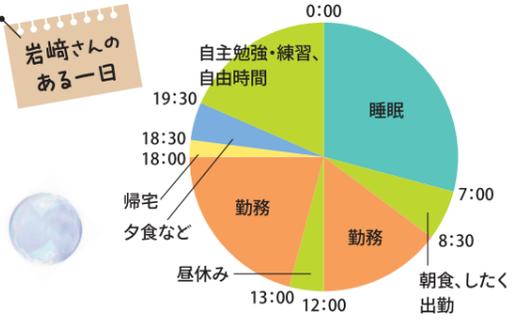
介護職も経験して、いま思う「やりがい」と「これから」

株式会社デンタルクラフト  
いわさき ふみひろ  
**岩崎 史浩**さん  
群馬県高崎市出身  
松本歯科大学衛生学院歯科技工士科→群馬県の歯科技工所→デンタルクラフト(安曇野市の歯科技工所)→特別養護老人ホーム(介護士)→コンビニエンスストア(店長)→2019年～デンタルクラフトに復職

この道とすじ、ではなかったけれど…

進路については、歯科技工所を経営する親せきの影響が大きかったと思います。歯科技工士はいちばん身近で、めざす姿もイメージしやすい仕事でした。資格を取り、さっそく歯科技工所で働き始めました。

ただ、僕の場合は「この道とすじ」とはならなかった。その後は接客業や介護職などを転々とし、またこの職業に戻ってきたんです。それだけの魅力はあります。知識、技術ともに専門性が高いこと。目に見える形になって、それが誰かに必要とされる物であること。とくに、人は老いとともにできなくなるが増えるけれど、「食べる」ことは最後まで残る力だと介護現場で実感して、いまそこに携われるのが大きなやりがいです。僕らが作る物で患者さんの健康寿命に寄与できたらうれしいです。



大勢の手で一つの物を作り上げる

社内には、新卒の若手から70代の大ベテランまで数十人いて、技工物の工程ごとに分担する分業制です。僕が所属している義歯課では、いわゆる入れ歯のほか、マウスガードも扱います。マウスガードはスポーツ用や歯ぎしり防止用、あるいは持病のある方用と、使い道によって厚みを変えたり、機能を加えたり、それぞれつくりも違います。



僕の担当は主に、作業用の模型作りやクラスプ(部分入れ歯を固定するための金具)の製造で、あとは状況によって他の作業をサポート。たくさんの方が関わって一つの物を作り上げるので、その工程全体の流れを整えるのも、いまの自分の大事な役目です。



「かめる」だけでは解決しない…

一つのことをやり続けられる人は強いです。寄り道が多かった僕は、そういう人に技術でも経験でも追いつけません。一方で、自分のような経歴も生かせると信じたい。僕らが技工物を作り「かめる」歯になったとしても、嚥下—飲み込めない、結局しっかり食べられません。そこで最近、摂食嚥下リハビリテーションという研修に参加し、嚥下の知識を広げたいと思いました。介護現場で働いて、食事介助を見てきたことも大きいです。その研修では、歯科技工士が取り組める嚥下サポートの装置もあると教わりました。たとえばこの先、歯科と介護の専門職が協力することで、入れ歯ももっと、一人一人に理想の形で食べる力を支える物が作れるのではと考えています。



一人一人に合わせて作るので歯型は重要!

休日の過ごし方



趣味は一人旅  
愛用のカメラをたずさえて  
休みがしっかり取れるので、連休には車中泊をしつつ一人旅ドライブを満喫しています。きれいな風景を写真に収めながら、四国や九州にも行きましたが、最近のベストショットは、冬の金沢・兼六園。夜のライトアップ写真が気に入っています。

歯科技工士



使う人を身近に感じながら作りたい  
選んだ開業の道

K dental design studio代表  
こだま きぬえ  
**児玉 衣江**さん  
松本市出身  
諏訪実業高校→松本歯科大学衛生学院歯科技工士科・同専修科→京都・大阪・県内(中野市)の歯科技工所→2016年8月、松本市内に個人歯科技工所を開業

営業の仕事を経験したことが転機に

高校では部活に打ち込んでおり、進路決定はギリギリのタイミングでした。手に職を、という親の助言と、ちょっとマニアックな職業がいいという自分の希望にぴったりだったのが歯科技工士です。もともと細かい手作業が好きで、オーダーメイドで手作りするところも面白く感じました。

県内外の歯科技工所で計15年間ほど経験を積んだ後、実家の一角で個人技工所を開業し、10年目になります。振り返ると、大阪時代に営業を経験したことが一つの転機になりました。作る物の評価を歯科医師の先生方から直接聞ける。作る物の先にいる患者さんの顔が見える。私もそんなものづくりをしたい、そしてやるからには自分で責任を持ちたいと考えて、開業を決意しました。

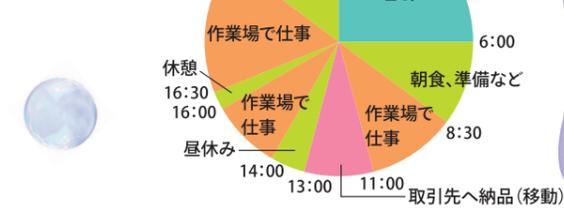


作業デスクには道具がずらり

作る物の先にいる患者さんを意識して

作っているのは、むし歯などで失われた部分を埋める詰め物や、被せ物です。私は手作業が楽しいけれど、歯科技工所

児玉さんのある一日



休日の過ごし方



精巧な模型作り  
持ち前の技術でアレンジも  
小さいころから模型作りが趣味で、いまは車のシリーズが好きです。穴のサイズが合わないとか、マニュアルどおりにいなくても問題なし! 作業場に道具もそろっているので、自分で調整しちやいます。この仕事をやっていて良かったなって思います。

によっては最先端のデジタル技術も使っていて、それぞれの得意なことをいかせる仕事です。完成品の納品も、私にとってはやりがいです。歯科医師の先生方から「作ってくれたの、すごく良かったよ」と聞くとやる気が出るし、治療に立ち会いを求められることも。何より、実際に使う人に喜んでもらえることがいちばんなので、患者さんを常に意識して作るよう心がけています。模型と違って人の顔には



高熱で鑄型を温める

身近で困っている人の力に

自分一人の職場なので、何でも自分次第という自由さ、気楽さがある一方で、信用第一の自営業という緊張感ももちろんあります。

今後は、手がける物を広げていきたい。たとえば義歯(入れ歯)です。「入れ歯の具合が悪いんだよ」と周囲から聞かされたら、もっと身近で困っている人のお役に立ちたいと思うようになりました。それともう一つ、せつかく資格を持ちながら、結婚や出産などで歯科技工士をやめてしまった人たちがいることをもったいないと感じていて。人材はこれからもっと必要ですし、復帰して働ける場をつくれないうかと思えました。子育てや介護など、それぞれの事情があっても、集まれば助け合える。そんな働きやすい歯科技工所をいつかつくれたらと思いついています。

