

創刊号 特集—沖縄 1972 NO.1

# ZOOM UP



歯界展望

# 中原 実

日本歯科医師会長



長田電機製作所が同社創立37周年を記念して歯科医師向けの広報紙の発行を企画されたことは、誠に喜ばしいことと思う。

ここに日頃の所信の一端を述べて創刊の贈物としたいと思う。

医療は今や非常に複雑な時代の中にあつて国家的な解決が要請されている。特に保険医療においては、その根源からしての検討を迫られている状態にある。保険医療が救貧制度の域を超えて皆保険の道を辿った結果、膨大且つ複雑な機構となり第三者の介入などで医療の根本である医師と患者との信頼関係にヒビが入り、又医師も現在の仕組みの中で生活を強いられる結果、医療に対する姿勢に問題を生じている。又現在の保険制度の改善を要求しておこなってきたいいわゆる医療保険闘争も結果的には、国民に対して、一般勤労者の賃上ストライキ的印象を与えているのが事実であると思う。

私は、改めて医師と患者との関係とい

う原点に立ちかえり、両者の間に信頼が恢復されるようにするために、一応、今の保険は全部御破算にしなければならないと考える。

医師は、専門家として大学院卒業まで10年を費やして資格を得て診療に当たっているのであるから、普通の社会人と同じように割り切つて、学識経験者や政府が方向づけを自由にするといふところに非常に大きな誤りがある。要は診療のことは、医師に全責任を持たせることが必要である。医師の資格は、誰にでも持てるものではない。1億人の中で15万人の人達しか医師、歯科医師としての資格を持っていない。これらの人々の特別の存在を無視して実施している国の医療に対する理論、方向付はどう考えても妥当なものとは云えない。

私は、医師本来の尊厳、自主性、患者との信頼関係を恢復するため、全力をもって努力してゆきたいと考えている。

診療室拝見

医療法人・白葉会

# 麻布深田歯科

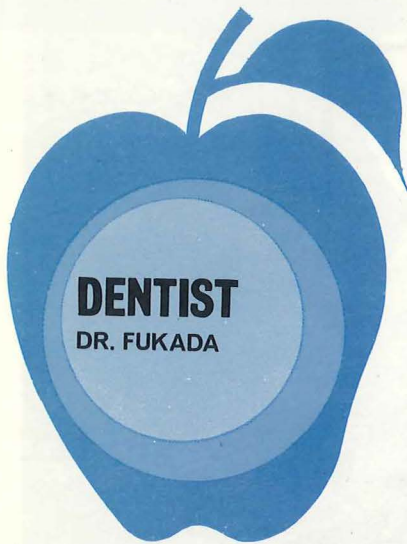
港区西麻布3-15-18

理事長 深田晶子先生

院長 橋口洋三先生

顧問 深田英朗先生





プレートに「歯科」の二文字がなければ、なにかのレッスン所と間違えそうな、3階建てマンションの1階の角。歯の健康をシンボライズするリングのデザインが、玄関わきの外壁に大きく描かれているのが印象的だ。淡いグリーンとベージュの色を重ね、子供の絵本にそのまま出て来そうな図柄で、親しみを呼ぶ。相手が小児とあれば、こうした心遣いも欠かせない。一歩中にはいって、この心遣いが、うわべだけでないのに驚く。

間仕切りのないワン・フロアーが、そのまま診療室だ。中央にカウンターがあり、その中は見えない。待合室はクッションのよききた紫と緑の親子椅子が並んでいるだけ。ライト・ブルーの2台の診療椅子を置きかえれば、そのまましゃれた喫茶店かスナックになりそうなしっとりした雰囲気である。

病院というイメージを極端に避けた、新しい感覚のメディカル・デザインで、ほぼ理想的…と、深田英朗先生も満足げである。



診療所といっても、看板は「深田小児歯科研究所」。医療法人・白葉会の組織の1つである。ほんとの診療所は世田谷・梅ヶ丘にあり、深田先生の高弟である橋口洋三先生が治療面は責任を持っている。深田先生は、いわば法人全体の陰の指導者。この研究所は、治療のアフタケアと予防診療、定期検診、そして歯の健康診断……という全く新しいシステムである。橋口先生は毎週月曜日には、この西麻布の研究所に来られるが、他に、内藤大先生、中村好明先生がちゃんとひかえて、万全。三先生とも10年近い経歴を持ち、深田先生の有能なお弟子さんだ。

「小児歯科をはじめたとき、当時の日本では20年早いといわれた。今でも10年早いと思っている」とのこと。考えてみれば、「10年先取り」ということだ。欧米ではすでに予防専門の小児歯科もぼつぼつ出来る傾向にある。デンマークでは、歯科医の75%が小児歯科だそうだ。「本来、歯の社会医療は保健所が行なうべきなのだ……」と、深田先生はいう。「ところが、都内でも一個所しかやっていない。子供の病める歯、というより“歯を病む子供の問題”として取り組んで行かなければならないのです……」

診療機器はすべて、深田先生のアイデアによる特別注文でオサダが製作した。機器がユニット化され、付属品は極端に少ない。照明はファイバー・スコープで、握りの部分にセットされているから、無影灯はない。クラシック音楽がテープで流れ、子供の恐怖心を取り除く配慮もしてある。心憎い。

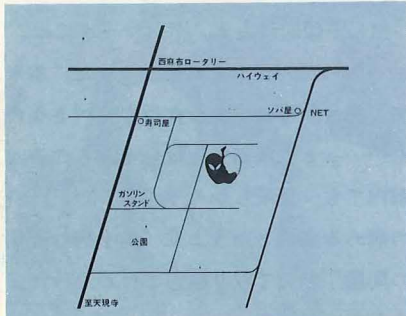
外国には、子供の歯の健康を守る“アップル・クラブ”というサークルがあるそうだ。母親と子供と歯科医のいわば、“PTA”。小児期の歯の障害が子供の成長に与える悪影響を医師だけが知っているのでは片手落ち、というわけで、この診療所では、歯の健康を卒業した子供にはリングに子供の顔と双葉をあしらったバッジを贈っている。これを胸につけるのが子供の誇りだそうだ。

こうした“歯科哲学”を推進している深田先生は日大教授。歯学部の小児歯科学教室の主任で、小児歯科の草わきである。

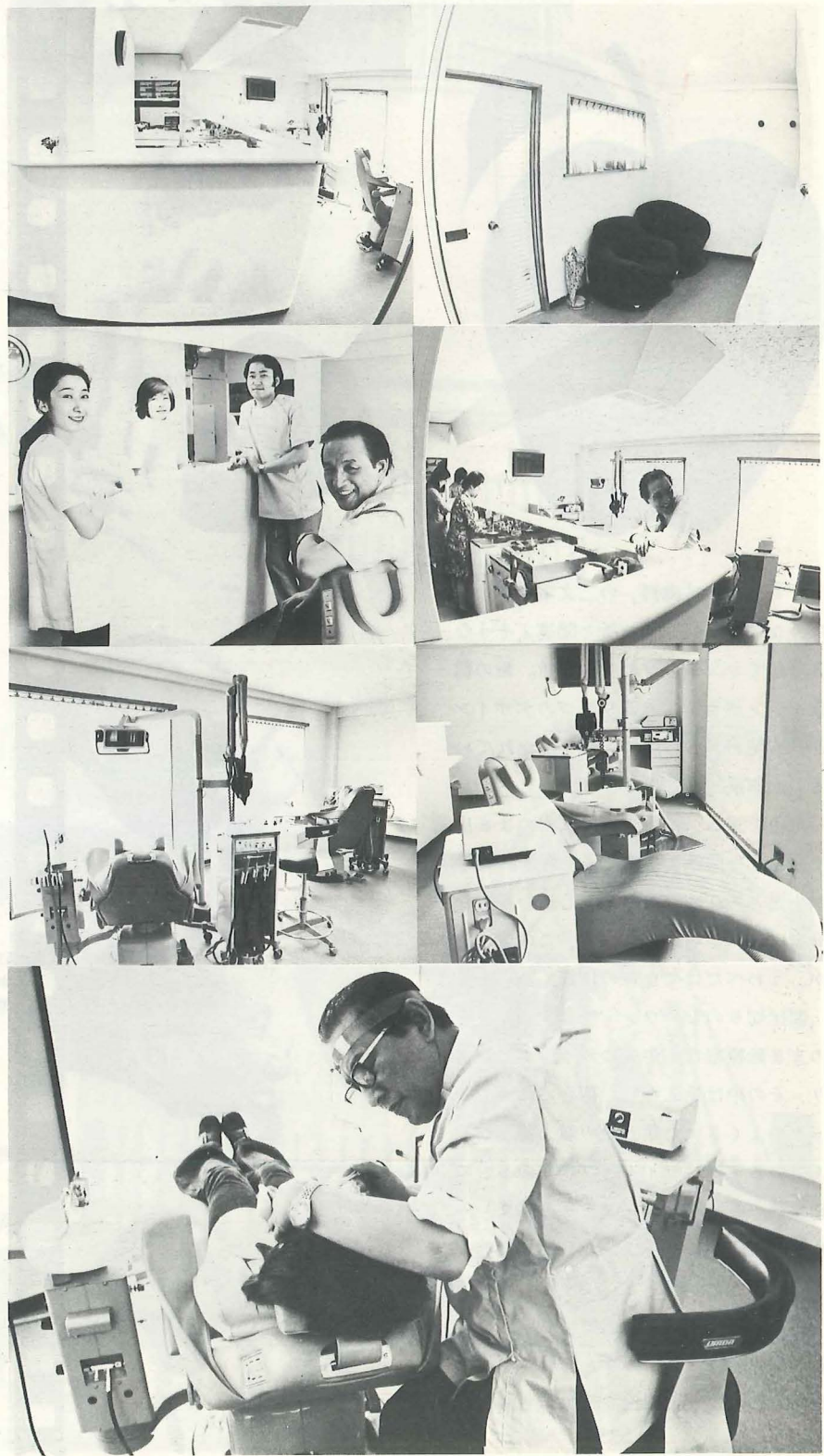
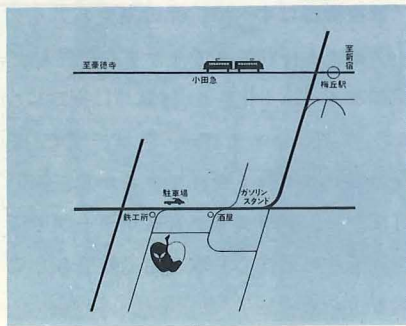
ここは、昨年5月開院だから、ちょうど1年。診療は月、水、土曜の午後1時～5時。電話で予約することができ、休診日でも電話は本院にセットされている。

なにからなまでに、新しい歯科医療のモデルを見る思いのする診療システムである。

麻布深田歯科



梅丘深田歯科



診療室拝見

医療法人・慈友会

# トモノ病院歯科

静岡市東鷹匠24番地

院長 本郷新一郎先生

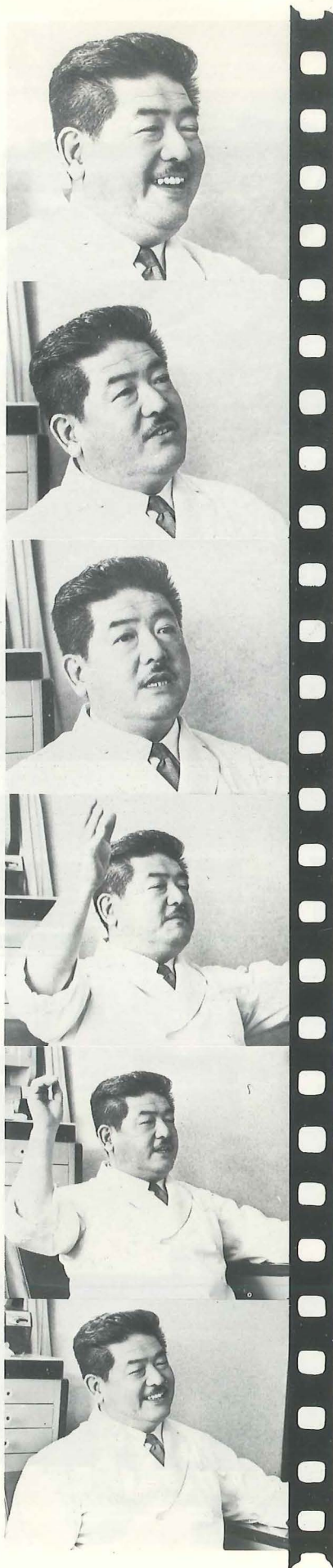


新幹線と東名高速、静岡は、東海道の要所として発展に発展をつづける。

あまり広くない道路をはさんで、食料品、衣料、雑貨店が軒をつらねる住宅地区の商店街。その通りに面して三階建てのスマートなトモノ病院がある。歯科は二階の一画。長いすが数脚きちんと並ぶ待合室を横目に見ながら、診療室のドアをあける。パッと目に映ったのがいくつかの花の小鉢。そしてさわやかな雰囲気。このさわやかさがどこからくるものかすぐわかった。ユニット、椅子、キャビネット、壁、カーテン、すべて淡いグリーンで統一しており、さらに観葉植物の鉢がいくつか置いてあるからだ。舞台装置のみごとな効果である。

「一晩じゅう痛くて眠れないまま訪れる患者さんが多いですから、少しでもその緊張をほぐしてあげる必要があるわけです。私自身花が好きなおもひもありますが……」——でっぷり、貫録じゅうぶんの本郷先生が開口一番こう説明する。46年4月までの2期4年間、静岡市歯科医師会会長を勤め上げた人。それまでも歯科医師会理事、専務、そして副会長と合わせて12年間も歯科医師会の役員を引き受けている。「そんなわけですから設備の方がすっかりおろそかになって……。こんどは基金の審査委員をおおせつかってしまいましたから又々です」なるほど机の横のカレンダーは会議の印がずらり。

ここは本郷医師のほか衛生士1人、助手3人、技師1人、受付の事務員1人というスタッフ。医院の規模からみればむしろ多すぎるくらいだ。先生が留守が



ちとあれば、治療日のチームワークも大事だからだろう。

「私は昼食も自宅に帰らず、ここでみんなと一緒に同じ弁当を食べます。ミーティングと呼んでいるのですが、電話の応対とか治療補助の技術とか気づいたことを注意したり、話し合ったりします。小さなことですが、そんな積み重ねが単に治療室内だけでなく社会に出てから通用すると思うものですから」—治療のあとで必ずいう「お大事に」ということはもちろん真心こめてと教えるのだそう。そういわれてみればこの人たちのことばづかいや物腰がたしかにとても感じがいい。

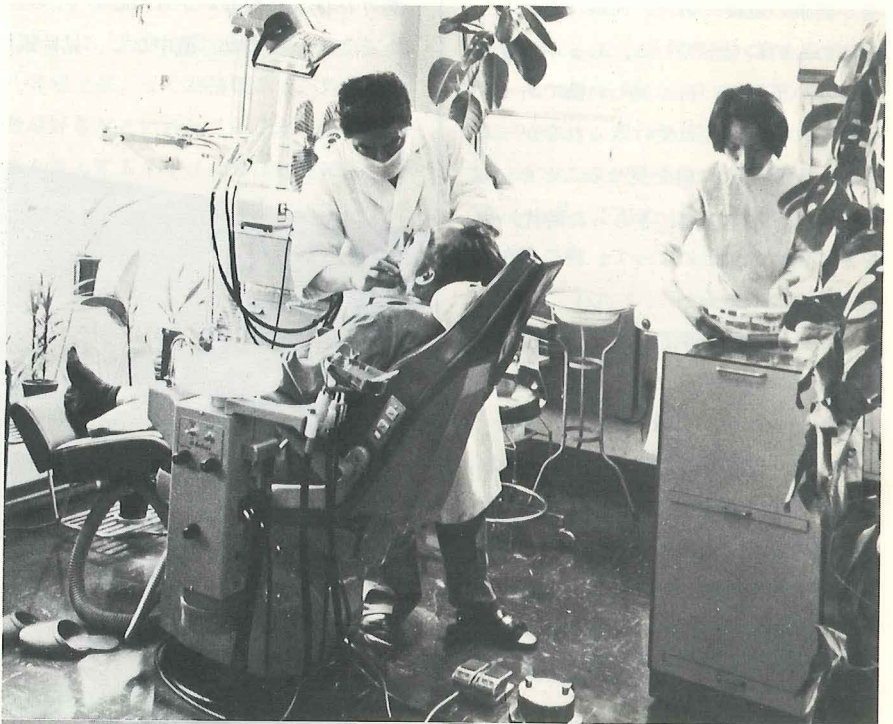
診療時間は午前9時半～午後5時。  
土曜は午前中、日・祝日は休み。午後1時から3時までは予約制。

最近では全面的に予約制をとっているところが多いのですが、不勉強の生半可のAppointmentでは、患者にも迷惑をかけるので、うちでは、長い診療時間かかる人を予約制の時間に組み入れるようにしています。本当は完全な予約制にして自分の時間をつくりたいんですがねえ

又、ここでは小児のアマルガム充填等は毎月、日を決め、その日は大人の治療を休んでいる。ほかの治療器械類は片づけて完全な“子供の日”。本郷先生が歯科医師会長時代に「学童の診療は午後4時まで」と呼びかけて実行した。勉強も、おけいこことも大事。しかし、それを休んでも歯はもっと大事なんだという観念を植えつけたいというわけである。また、夕方は交通量が多くなるし、親の心配もふえる。これは医師や親たちからも感謝

された。

本郷先生はまだ43歳。鼻下にたくわえたひげのせいでもあるまいが、とても落ち着いている。ご趣味はハンティングその他。また、なかなかのアイデアマンである。「オサダさんのユニットも使っていますが、以前、私が進言した点がいくつか実際化されているんですよ。ところが、私の機械はあいかわらずで…。アッハッハ」——無影灯に飾られたかれんな花。患者さんの立場を、一生懸命考えている。本郷先生の、そんな人柄がすみずみにまでににじみ出している診療室である。





# 鉄漿 (かね)

「恋の手習い、つい見習いて、誰に見しよとて紅・鉄漿つきよぞ、みんな主への心中立て…」

長唄「京鹿子娘道成寺」の聞かせどころ。この鉄漿(かね)は「おはぐろ」ともいい、江戸時代までは成人婦人の欠かせぬ風習であった。現在では、真っ白い歯が健康の証拠であり、同時に美容上も最高のものになっている。ちょっと考えられない風習だ。白く美しい歯であっても、それが魅力とは受け取られなかった時代。女が他人に歯を見せることを、はしたないとして極度にきらった時代。歯を黒く染めることによって、歯の存在を否定したのである。

「おはぐろ」の風習は古く、11世紀に書かれた「枕草子」にもあらわれている。女性だけではなく、12世紀には、貴族(公卿)の一部では男も歯を黒く染めた。

古い鉄くずを焼いて濃い茶の中に入れ、酒やあめを加えて作った液体を、歯にぬりつけるのである。特殊な味とにおいがする。われわれには一日もがまんできない。



中世には、武士の子女が九歳になると歯を染めたが、しだいに年令は高くなり、江戸時代になると、既婚婦人の象徴になった。初めて鉄漿をつけるときは、将来世話になろうとする人から、道具を贈ってもらうしきたりがあった。この関係を「かねおや」「かねこ」と呼ぶ。

女は、結婚したら、まゆ毛をそり落とし、鉄漿をつける。こうなったら、「あたし、バージンよ」は通用しないし、夫以外の男を近づけてはならない「STOP」サインであった。

このごろは、ミスかミセスかわからない女性が多いし、わからなくてもいいようなご時世だ。東京都知事までが、25年間「愛人」だった人と正式に結婚したと思ったら「結婚したって、することは今までと同じだから…」なんて、平気な顔というのだから一。

もっとも、未婚と既婚を歴然と区別した昔でも、「まゆ落とし、鉄漿つける身が

どう魔がさして、つい踏みこんだ恋の道…」などという名ぜりふがあるのだからそこはそれ…。

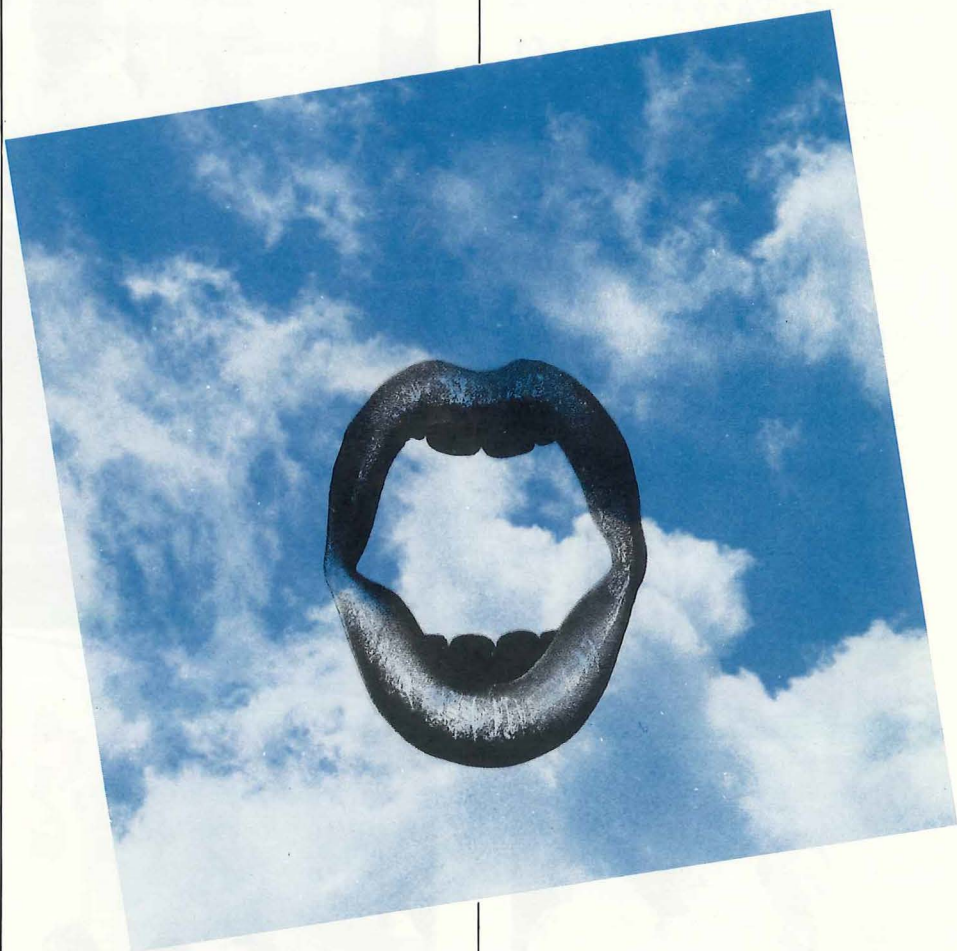
話はちょっとずれるが、吉原の女が遊女として初めて客をとること——つまり一本立ちの披露目(ひろめ)を「突き出し」といった。もとは、突き出しといえは道中がつきもの。それも、仲の町を七日間にわたって道中し、茶屋をまわるといふ、たいそうなもの。安くて二百両、高ければ五百両もかかったという。

そこで、後には、道中なし、見世張に

軒から、「おはぐろ」の鉄漿をもらい集めそれを混ぜて歯をそめることになっていた。この日を「つけ染め」といい、楼主はそば、赤飯などを、廓のうちはもちろん、出入りの茶屋、船宿に配った。それほど鉄漿というのは、女にとって大事なものであったのだ。

遊女は、歯は染めるが、まゆ毛は落とさなかった。これで一般の既婚婦人と区別したのである。

吉原と「おはぐろ」といえば、「おはぐろどぶ」を連想する。おはぐろどぶとい



よる安直な突き出しも現われた。これを「袖留」と呼び、あまり上等でない遊女について行なうとされた。それでも、なじみ客は鼻の下を長くして、夜具、長持、簞笥、三味線などを贈ったから、

袖留は孫のかたづく程かかるといふ川柳がある。老人の客が、女にもてようと前後の見境もなく金を使ったのだろう。お互い、女の鼻声には迷わぬ用心…。

さて、突き出しの儀式だが、当日の十日前、一本になる女は、姉女郎の知人七

うのは、遊女の逃亡を防ぐため、新吉原の周囲を巾五間(のちには三間)の下水道で囲み、堀のようにしたのだ。廓の遊女が鉄漿の残りを捨てたので、おはぐろの色になったというが、その他の汚物やヘドロで汚れたことであろう。暗い時代の暗い話である。



「おはぐろ」は、明治6年に禁止された。しかし、その風習は明治末期まで続いた。また、「かねおや」の制度は、現在でも形を変えて一部の地方に残っている。

## 歯型

ある隠居、自分で自分の腕にくいついて歯型をつけ

「これ見やれ、年がよっていても、かのなじみが、おれの気性に惚れたそうで十日も行かなかったら、焼餅を焼いて食いつきおった」

「へえ、なァるほど…。したが、この歯型、女にしては大きいのう」

「そのはずだ、笑いながらよ」

(江戸小ばなしから)

## 土手

髪結の女が、若い亭主と別れたいと、家主のもとに相談に来た。家主が「別れろ、別れろ」とけしかけると、こんどは女のほうか亭主の肩を持つ。家主あきれて本心を聞くと

「そりゃあ旦那の前ですけど、あたしだっておいそれと、今がすぐって別れたかあありやしません。あの人よりこっちがとしが若けりゃよござんすよ、七つも上なんじゃありませんか。だから心配なんじゃありませんか。女なんてものは年をとっちゃえばね、嫌われるにきまっていますからね。しわだらけの婆さんになっちゃまって、どうにもこうにもしようがなくなっちゃまって、病気にでもなって寝てごらんさいな。若い女でもひきざりこんで変なまねされりゃあ、いい心持ちはしないでしょ。そんとき食らいついでやろうと思っても、歯もなんにも抜けちゃまって、土手ばかり…」

(落語「厩火事」から)

## 勲章の話

春と秋の二回行なわれる叙勲も、あまたかたすげない受けとめかたをされるようになってきた。といってもこれはしよせん勲章には縁なき象生の話。この季節が近づくとソワソワ落ち着かない向きもまた多いのだ。



わが国で勲章がはじめてできたのは明治10年。勲章とひと口にいても、現在日本には「大勲位菊花章頸飾」から「勲八等端宝章」まで28種類ある。外国人は勲章好きだといわれているが、伝統と権威を重んずるイギリスでは10数種とわが国より少ない。むろん歴史は14世紀までさか上る。有名なガーター勲章は、宮廷の舞踏会で貴婦人のガーター（くつ下止め）がはずれて床に落ちたのを国王が拾って自分のヒザに結んだのが由来。このイキなはからいで生まれたせいでもあるまいがこの国はビートルズにも勲章を授与してわが国とはかなり趣きがちがう。

ところでわが国の春・秋の叙勲ははじめは生存者叙勲といった。戦後復活の第1回（昭和39年春）はわずか12人だったのが、46年秋の第16回にはなんと3,354人もいて、これを発表する新聞も思案投げ首の様子だった。このほか、過激派に乗っ取られた「よど号」の乗務員に贈られたような特別叙勲や、戦没者叙勲、外国人への叙勲もある。日本の勲章はきれいだから外国人がほしがる。がこればかりはオリンピックのメダルみたいに交換はできない。国賓や使節の間で交換ができるだけだ。天皇・皇后のこんどのヨーロッパ旅行のさいは、公式訪問国で100人以上の人に日本の勲章が贈られた。

生存者叙勲の最上勲章は。大勲位菊花大綬章で、戦後は吉田茂元首相（昭和39年）だけ。吉田氏が死後受けた大勲位菊花章頸飾は最高頸飾で純金製だが、大磯邸から盗まれたままだに行方しれずになっている。いかに高位の勲章でも三年以上の禁錮に処せられた場合は没収されるが、差し押えの物件には含まれないなど勲章の尊厳はがっちり守るよう法令で定めている。

## 新聞とことば

かつて人気を集めたテレビ番組「事件記者」は、原作者の島田一男氏が新聞記者だったせい、新聞記者の気持ちや動きがよく表現されていた。それでも現実の記者生活からみればありえないようなこともあって、記者たちが番組を見ながらイヤな顔をするとところが多かった。たとえばテレビの記者連中は毎日のように「ひきご」なる小料理屋へ集まるのだが、いかなる大新聞の記者でも、こんなことはできない。カネが続くわけではないのだ。それにもましてテレビが現実離れをしていると感じさせたのは、新聞記者自身が「ブンヤ」といっていることだった。ブンヤといわれても平然としている記者がいれば、それはよほどできた人物かニセ記者のどちらかであるはず。

「ブンヤ」といわれておこる記者も、新聞では相手をおこらせることばを平気で使う。そのひとつは「追及」。コトの真相を聞いただすというほどの意味だが、上は国会での佐藤首相追及に始まり、下は村の理事者を追及したり……。ところが「追及される」本人にしてみれば、まるで罪人にされたぐあいだイヤな感じだ。

「これをタタキ台に計画を練り直していく方針」などと新聞がひんぱんに使う「タタキ台」は、考えをまとめていくための手がかりや基礎のことをいうのだが、これは「広辞苑」にも出ていないことば。選挙の季節になればよくお目にかかるのが「あて馬」。あて馬候補といわれたりするが、あて馬とは、牝馬の発情ぶりを調べたり促したりするだけが役目のアワレな牡馬のこと。ついでに書けば「本腰を入れる」も品がよろしくないことばのひとつ。最近では新聞もあまり使わなくなった。

新聞は造語の名人でもある。ニクソン・ショックなどの——ショック。以下脱——、——公害、その他あげればきりがなし。読者にとってはわかりやすい表現だろうという「親心」なのか、それとも記者の表現力不足をこんなことばでお茶をにごそうというのだろうか。

# 特集沖縄



「アメリカ世(ユー)」から「ヤマト世」へ。戦後27年の異民族支配を脱して、5月15日沖縄が本土に復帰した。晴れて沖縄県の誕生を迎えたのだが、県民はこの「世替わり」に複雑な表情を隠さない。米軍基地、自衛隊・物価……、沖縄の前途はいぜんけわしいからだ。そして本土に対する根強い不信の念も一。いぜん「近くて遠い島々・沖縄」ということになりはしないだろうか。沖縄の心をわたくしたちはどうしたら理解できるだろう。

## 琉球処分—沖縄の歴史から

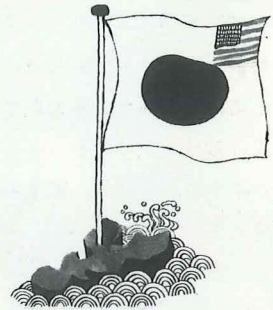
沖縄の本土復帰を「第三の琉球処分」と受け取る人が多い。いま一種の歴史的用語として使われるこのことばの意味について本土ではどの程度理解されているかは別にしても、沖縄の歴史をたどるうえで「琉球処分」ということばの重みを考えないわけにはいかない。

明治4年7月、明治政府は、廃藩置県を断行。薩摩藩が廃されて鹿児島県が置かれ、琉球は同県の管轄下に入れられた。その後政府は、征韓派をなだめるために

台湾遠征の必要に迫られ、琉球王国を日本領とし、清国との関係を断絶させることにした。政府は、藩王を上京させ、清国への朝貢をやめるよう命じたが、藩王や高官たちは必死に抵抗した。結局明治12年、政府は沖縄県を置くことを公布し日本へ強制的に併合した。数百年つづいた琉球王国の歴史はこれで幕を閉じた。琉球の意志を無視し、武力による威圧で併合したこの事実を「歴史的発展の方向に一致し、客観的には進歩」と評価する一方、「日本人の民族統一ではなく、侵略的武力併合」とみる歴史家もいる。評価はともあれ、これがいわば「第一の琉球処分」といわれる歴史的事実だ。

昭和20年8月15日、わが国がポツダム宣言を受託したことは、連合国の沖縄支配を認める根拠となった。翌21年1月、GHQが「北緯30度以南の南西諸島を、政治上・行政上日本から分離する」という内容の覚え書きを発表、そして昭和26年、サンフランシスコ条約の第3条に「日本国は、北緯29度以南の南西諸島を合衆国を唯一の施政権者とする信託統治制度の下におくこととする」旨をうたうことによって、沖縄はアメリカの施政権にゆだねられることになった。日本ではただひとつの戦場として血を流したにもかかわらず、戦争の責任を最も重いかたちでなわされた、という沖縄の人たちはこの異民族支配を「第二の琉球処分」としてかみしめた。沖縄では4月28日を「沖縄デー」とし、祖国復帰をめざす活動の原点に据えた。この日はサンフランシスコ講和条約が発効した日であった。

ことし5月15日実現した本土復帰を「第三の琉球処分」とみるのは、米軍への提供基地がなお沖縄全島面積の12%もあり、島民の大多数が望んでいたような完全復帰の姿でなかったことが大きな理由である。



## 沖縄史小年表

西暦	日本年号	事	項
605	推古13	中国史に「琉球」が初めて現われる	
1187	文治3	舜天即位と伝えられる	
1296	永仁4	沖縄本島に元軍襲来	
1374	文中3	中国から甘薯を移植	
1480	文明12	足利幕府、琉球の来貢を促す	
1531	享禄4	「おもろそうし」第1巻編集	
1609	慶長14	島津藩、琉球を攻略	
1624	寛永1	苗字衣服とも日本に似るのを禁じる	
1637	寛永14	先島で人头税課す	
1871	明治4	宮古漁民、台湾に漂着し、殺害される。	
1879	明治12	琉球処分	
1912	大正1	衆議院議員選挙実施	
1945	昭和20	アメリカ軍上陸	
1946	昭和21	沖縄民政府創設	
1952	昭和27	琉球政府設立、対日平和条約、安保条約発効	
1953	昭和28	奄美群島、日本へ復帰	
1958	昭和33	通質、ドルに切り替え	
1970	昭和45	国政参加(11月)	
1971	昭和46	沖縄返還協定調印(6月)	

# YAWA

## 沖縄歯科事情

施設はあっても医師がいないため開店休業の病院——。沖縄での医師不足は深刻だ。本土とは、永いあいだ制度も実状も違った。復帰を機に、沖縄と本土の差は、医療の面でも大きくクローズ・アップされている。歯科医療ももちろん例外ではない。事情は悪いだけでなく、その差の大きさに、ただとまどうばかり、ということである。日本全体の医療問題——たとえば、保険制度の抜本改正もからみ、

医師、補助者数		免許別数	
歯科医師	140	本土免許	135
		琉球免許	5
技 工 士	219	本土免許	9
		琉球免許	0
		無 免 許	206
衛 生 士	26	本土免許	26
歯科介補	16	本土免許	0
		琉球免許	16
歯科助手	0		

(表1)

沖縄の歯科医療界は、いま、かつてない大転換期だといえる。しかも、その解決には、大きな政治の力が必要だ。

歯科医師および歯科補助者数 沖縄の歯科医師、補助者の数と免許の内訳は別表(表1)のとおり。

歯科介補というのは、昭和36年、米国民政府令によって、一定条件のもとで歯科診療が認められた特定の技工士である。36年以降は認められておらず、本土復帰後は、歯科医として許可されている。介補の制度は歯科に限らず、他の一般医に

も沖縄の特例として認められたものだが、戦時中の衛生兵出身者が多く、医師法上はもちろん無免許ということになってしまう。しかし、臨床上では永年の経験を積んでおり、医師の過疎地に多いこと、平均年齢が高いことなどから、復帰後も特例として認められる予定。

人口対比 沖縄の人口(約95万人)に対する歯科医師(介補をふくむ)の数をみると、人口10万人に対して医師数は全県平均16.5人。医師1人当たりの人口は平均6,058人になる。本土の、人口10万人に36.4人、医師1人当たり2,744人(昭和44年)に比べると、沖縄の事情が相当にひどいものであることがわかる。

しかも、県下各地区による格差も大きく、医師1人当たりの人口は、南部が、4,978人であるのに比べ、中部では8,357人という数を示している。

設備 1診療所当たりの設備は、治療台数2.45、X線台数0.61、タービン1.43。医師の経験年数は、10年未満が49.1%で約半数。30年以上は15.5%である。

医療保険制度 沖縄の本土復帰にともない、歯科医療界の最大の問題はここにある。復帰前、沖縄の医療保険は被用者保険であり、100万近い人口のうち、被保険者163,554人、被扶養者289,917人、合計453,471人しか保険人口はなかった。人口比で48%だ。

しかも、被保険者、被扶養者とも7割給付で、付加給付は行なわれていない。患者さんは、いったん医師に治療費の全額を支払い、保険明細書を提出して給付を受ける形をとっている。国民保険制度

はなかった。

沖縄歯科医師会では、医師会と歩調をそろえて、本土の抜本改正より一步進んだ独自の保険制度を沖縄県の特例として認めるよう要求、昨年7月から1年近く保険医総辞退をつづけているが、復帰後、この要求が通る見通しは暗い。7月までは、旧制度をそのまま適用し、7月以降、10月までに、本土なみの保険制度を沖縄県にも施行する方針だが、そのさい、ひと波乱はまぬがれない様相である。

沖縄歯科医療の問題点 医療問題も、他の政治、経済、日常生活と同様、復帰は沖縄県に大きなとまどいと不安を与えている。歯科医師の側にも、患者の側にも。

沖縄では、本土以上に医師の地位が高く評価される。絶対数が少ないのも理由の1つであるが、生活水準が本土に比べて低いため、医師は、本土以上の「エリート」である。

本土復帰が沖縄県の歯科医に与える不安は大きく分けて3つある。①患者数の急増、②経済不安、③税金問題、である。患者の生活水準が向上することは、もちろん望ましいことだが、それによる患者数の急増に医療体制が追いつけるかどうか。また、アシスタントの賃金を本土並みに支払ったばあい、経営的に成り立つかどうか、税金は、従来は本土よりずっと安かったが、それがどれくらい増えるものか、また、青色申告などの制度への不安……現在のところ、沖縄県の歯科医療界は医師側も患者側も、復帰ショックで、まだ闇の中を歩いているような感じである。

# OKINAWA 沖縄への旅



羽田空港をジェット機で飛びたつと、わずか2時間半で沖縄だ。そこには、公害のない澄みきった空と、サンゴ礁が映えるエメラルドの海がある。しかし、これまでは、この沖縄への旅も、めんどろな外国渡航の手続きが必要だった。5月15日以後は「国内旅行」というわけだから手続はもう不要。沖縄が本土に復帰したという実感は、おそらく沖縄との自由な往来によって最も強くもたらされるのではなかろうか。

沖縄への旅には、飛行機と船のどちらかを利用できる。一人旅はむろん、旅行業者は、本土への復帰を機会に、各種の団体旅行プランをつくっているから、旅行の目的に合わせて、安くて楽しいコースをじっくり選ぶことが肝要。

▶飛行機を利用するなら……

復帰前には、日本航空（JAL）、全日本空輸（ANA）、ノースウエスト航空（NWA）の三社が就航していたが、復帰後はJALとANAの二社だけ。JALは東京—那覇の直行便2便、大阪経由1便合わせて3便を毎日就航、ANAは鹿

## ミニ解説

### 守礼之邦

約400年前、首里王城の第一門として建てられた守礼の門に、この文字が刻まれた額がかけられている。この額はもともと国宝。いま那覇にある門は太平洋戦争で焼失したものを復元。額は台風シーズンにははずされる。

### 交替り

文久元年、薩摩は琉球政庁に対し、薩摩で銅銭、鉄銭が不足したことを理由に通貨価格の変動を通告、このため物価は急騰。さらに慶応元年も実施し、銅銭は文替り前の12倍にもなり、極端なインフレーションを招いた。

### 謝花昇

沖縄解放の先駆者。沖縄県技師を退官し「沖縄倶楽部」を組織。当時の奈良原知事追放の猛運動を起こし、自由民権運動に入った。沖縄参政権運動を進めたが生活が困窮、山口県へ奉職の途中神戸駅で発狂し、明治41年没。

### 沖縄海洋博

正式には沖縄国際海洋博覧会。昭和50年3月から6ヶ月間、沖縄本島の西海岸本部半島一帯約100ヘクタールを会場に開かれる。「海——その望ましい未来」というテーマがあり、通産省がすでに準備を始めた。

児島経由2便、大阪経由1便計3便を就航している。所要時間は直行便だと2時間半、大阪・鹿児島経由だと3時間40分。料金は東京-那覇間2万6700円。夏場に向かって利用客が殺到することが予想されるから早めに予約するべきだろう。また季節によって便数や発着時間が変更されることもあるから事前に確認したほうがいだろう。

▶船を利用するなら……

琉球海運、関西汽船、大島運輸の3社が航路をもっている。それぞれライン、運航日が違っている。

琉球海運は、「なは丸」(5000トン)を東京-那覇(45時間)・鹿児島-那覇(18時間)に走らせている。運航日は、毎週土曜日正午、晴海埠頭から出港する。料金は各社同じだが、琉球海運の場合、4クラスに分かれており、特1等は、2万1,540円、エコノミークラスの2等は、8,140円(いずれも大人料金)。復帰前にくらべると、それぞれ1,300円~700円安くなったが、これは食事は別になったため。3食分が含まれていた従前からみると実質的には高くなったわけだ。

大島運輸は、「さくら」(1万3,000トン)を、東京-鹿児島-那覇(60時間)に運航している。毎週火曜日午後4時東京を出港、那覇には金曜日午前8時に着く。定員は三社の中では最も多く830人。5クラスに分かれており、特1等(定員12人)は1室2人、ツインベッド・バス・トイレつき。

関西汽船は、大阪-神戸-那覇(30時間)に「黒潮丸」(5000トン)などが就航し

ている。料金は特1等(大阪-那覇)が1万6,540円、2等が5,930円。毎週二、三便が運航している。

▶団地で観光地めぐりをするなら……(その一例)

日本航空は「サファイア・コース」(3泊4日)、「サンゴ礁コース」(3泊4日)、「トロピカル・コース」(2泊3日)などの参加者を募集している。「サファイア・コース」は、ムーンビーチ、万座毛などの海や、太平洋戦争の激戦地を回りながら、240年の長い歴史をもつ琉球舞踊や、珍味の琉球料理など味と芸能を楽しむコース。料金は、札幌発だと大人9万9,900円、東京発7万6,700円、大阪発なら6万7,800円。

沖縄旅行社は、往復のどちらかを飛行機と大型ジョット機に組み合わせた変わった旅行プラン(3泊4日)を5月末から9月末まで実施している。定員は毎回40人。旅費は約5万5,000円。琉球舞踊見学のほか海水浴・観光をする。このほか往復とも特2等の船旅(12泊13日)がある。9月9日まで12回。

## みどころ

### ◆那覇地区

- 那覇市-県庁所在地
- 国際通り-民芸品、特産品のショッピング街・デパートやクラブがある。
- 波之上-サンゴ礁の上に建てられた波之上宮と500年前創建の護国寺がある。
- 首里博物館-中城御殿跡にあり、戦後再発見された文化財を展示している。
- 首里司会部壕-守礼門下方に入口があ



る。沖縄戦初期の司会部があった作戦壕。

### ◆南部地区

- 旧海軍壕-豊見城村にあって、今次大戦の海軍司令官・大田実中中将が作戦を展開した。
- ひめゆりの塔-県立第一高女と沖縄師範学校女子部の生徒143人、職員15人をまつた碑。ほかに「魂魄の塔」「健児之塔」「島守之塔」などかつての激戦をしのばせる記念碑が多い。
- 斉揚御嶽(知念村)-琉球創造の神といわれるアマミキヨが天降りしたところ。拝所のあるところは、奇岩怪石がきつ立している。

### ◆中部・北部地区

- コザ市-基地の町。
- ヨウドレの王陵-700年前英祖王が墓を築いた。ここにある石棺や彫刻は貴重な琉球文化を物語っている。
- 辺戸岬-沖縄本島最北端にあり、与論島が見える。毎年4月28日には日本本土復帰の願いをこめた海上集会が行なわれた。
- 万座毛-思納村(芥川賞作家・東峰夫氏の出身地)北方、切り立ったサンゴ礁の上にある広場。

### ◆八重山

大小19の島々からなり沖縄諸島の中でもひととき美しい。「詩の邦・唄の島」として知られる。

### ◆久米島

農業の盛んな島。文化財や、石垣の美しい町並みがあり、のどかな風景がみられる。

## ユンタ 孤島の古謡

日本が、西洋音楽を学んだのはまちがいでなかったか、という人がある。明治以後わが国にはいつてきた西洋音楽を学び、口にする事によってわが国古来の歌の感覚が混乱し、そのために日本人に音痴が多くなった、というのである。このみかたが正しいかどうかは別としても、西洋音楽の侵入がなかった沖縄にはどの島にも実に多くの音楽家がいる、古い歌を美しくうたい、新しい曲をつくり出している。そこに自分たちの感情を生き生きと表現しているのだ。

沖縄の島々の中でも、八重山はとくに歌が豊富だ。ユンタはその八重山で歌いつがれてきたすぐれた民謡であり、貴重な文化遺産。ユンタとは「結歌(ゆいうた)」がなまったものとか、「詠歌(よみうた)」の転じたものとかいろいろの説があるが、元来は労働のときに歌う仕事歌だったから楽譜もなければ、楽器の伴奏もなく、もっぱら口伝で歌われている。

太平洋戦争のさなかにわが国で歌われ出した「おれとお前は羽織の紐よ サアヨイヨイ」という歌は、ユンタのひとつ「安里屋ユンタ」の替え歌だった。もとの歌は、「安里屋ぬ くやーまにヨ(サアヨイヨイ) あん美さ 生(ま)りばしヨ(マタハリヌ チンダラカヌシャマヨ)」で始まるもので、その意味は「安里屋のくやーまは、有名な美人だった。島の役人が求婚したが、はねつけられた。理由を聞けば、島の男を夫にした方が将来のためになるからという。役人はくやーまへのつら当てに隣部落の美人を獲得した」ということになる。安里屋ユンタは、当

時の権力者である役人への抵抗を歌っており、それが今日なお高く評価されているゆえんだ。

八重山群島には三百編あまりの民謡があるが、ほとんどが一編の物語であり、聞くものをひきつけずにはおかない豊かな旋律と、美しいことばを持っている。

### 行事

1月

尾類馬(じゅりうま) 旧暦1月20日に行なう。昔の辻遊廓の面影をとどめる祭り。廓の中を二分し、南は弥勒菩薩、北は獅子をシンボルにしてまつる形の行事。三味線に合わせて芸妓たちが踊り歩き、商売繁盛を祈願する

3月

清明祭(しーみーさい) 旧暦の春の彼岸すぎの行事。一家親族が、墓前で一日を過ごす。

5月

海神祭(ハーリー) 那覇の泊港・糸満町などの漁村では旧暦5月4日爬竜船競争が始まる。海神に豊漁を祈願する行事。ユッカの市という玩具市も開かれる。

6月

綱引き 与那原町(那覇から10キロ)で旧暦6月27日あとの初めの日曜日で行なう。直径1メートル、長さ100メートルの綱を大勢の人が引き合う壮観な豊年祭り。

7月

エイサー 沖縄の盆踊り。本島では旧盆の15日から16日にかけて盛大に行なわれる。男女の若者が、三味線、踊り子の



列をつくり部落の家々を訪問してにぎやかに踊る。

10月

種子取り祭 10月の吉日の行事。牛馬や山羊の血をトベラヤアコウの葉につけて壁につり下げ、悪魔をはらう風習。

11月

冬至雑炊 トンジの正月などと呼ばれる。里イモの雑炊を神仏に供える。国頭では、芋祭りをする。これは神宮らが御嶽や拝所にサツマイモを供えて収穫を神に感謝する行事。

12月

御願解き おがんぼときという。12月24日に祖先の霊や火の神、屋敷の神に一年中いろいろの祈願をしたことを感謝し、合わせてその祈願を解く行事。米や酒を供える。

## 沖縄口(うちなーぐち)

### 沖縄の言葉

沖縄では、沖縄に住む人たちだけに通じることばをウチナーグチ(沖縄口)という。それに対する本土の日本語をヤマトウグチ(大和口)と区別している。国語学者・東条操氏は、日本語を本土方言と琉球方言に分け、琉球方言をさらに①奄美大島方言②沖縄方言③先島方言に区分している。最近の研究によると、奄美大島方言だけでも、大島本島方言、沖永良部島方言などさらに細かく区分できるという。わが国の言語学者が琉球方言研究に意欲的なのは、沖縄のことばがそれだけ複雑だということを示すもので、本土の方言と、琉球方言との違いは、外間

守善・法政大学教授(言語学)にいわせる  
と「ドイツ語と英語のへだたり以上」だとい  
う。しかし、これほどお互に通じにくいこ  
とばであったにもかかわらず、沖縄では  
戦前「標準語励行」運動というものがあ  
り、方言の間接詞ひとつでも学校では罰  
の対象にされた。本土では想像できない  
ような馬鹿な話ではないだろうか。これ  
は当時政府がムリヤリに国家主義的統一  
をはかった政策の延長だ、と作家・大城  
立裕は指摘している。本土への復帰によ  
って、ヤマトウグチとウチナーグチとの  
交流は深まるだろうが、本土のように東  
京ことばにあこがれて自らの方言をでき  
るだけ抹殺しようとする軽薄な風潮は、  
沖縄の人たちには期待できないだろう。  
それは、かつての標準語押しつけに対す  
る反動ではなく、ウチナーグチに、沖縄  
の人たちが誇りをもっているからなのだ。

沖縄のことばと、本土のことばの最も  
大きな違いは、母音の違いである。本土  
では母音はアイウエオの五つだが、沖縄  
ではアイウの三母音しかない。五十音図  
のうちエ段とオ段がそれぞれイ段とウ段  
になる。つまりアイウイウとなるわけだ。  
このほかりがイに、キがチにとなまるこ  
とばづかいもある。本土の人間にとって  
いちばんおぼえにくいとされているのは  
随所に音をのぼしたり、縮めたりするこ  
と。この長音と促音をうまく話ができな  
いと、ヤマトンチニ(大和人)というこ  
とがわかってしまうといわれるくらいだ。

沖縄のことばが、本土のことばと大き  
く変化したのは、15世紀ごろからだとい  
われる。14世紀から沖縄と中国との政府

間貿易が始まり、中国からの移民が帰化  
していることなどを考えてみれば、沖縄  
のことばに中国語からのことばとみられ  
るいくつかをあげられるのもうなづける  
のである。

沖縄のことばには、またおおざっぱに  
みて鎌倉室町時代のことばが残っている。  
「いらっしゃいませ」ということばは、  
「メンソーレー」で、これは「参り候え」  
か「面候え」であり、「ごめんください」  
の「チャーピラ」は「来侍ら」、「私」の  
「ワン」は「吾身」だと沖縄の人たちは  
解釈している。そのほか政治や文化の面  
で密接な関係を保ってきた鹿児島とは、  
単語などにきわめて類似したものがみら  
れる。

## 紅型(びんがた)

### 沖縄のイメージ

本土の人間が、沖縄のイメージとして  
みるもののひとつに、華麗に染め上げら  
れた絵模様の衣裳をきた踊り手の優雅な  
姿がある。あの多彩な模様染めが、型紙  
を使って染める沖縄独自の紅型である。  
その模様は、京友禅に似た柄だったり、  
鶴や桜だったりするが、強烈な陽光に映  
えて、紅型も濃い色を輝かせる。紅型は、  
沖縄のすべての染物の代表であり、同時  
に工芸の代表といわれるほどの美しさも  
持っている。

紅型は、室町時代に琉球に伝わったと  
みる説が有力だ。島津藩が琉球を統治す  
るようになってから本土との交流も盛ん  
になり、さらさや加賀染めなどの刺激を  
うけ、一枚の型紙を使って多彩な模様を

染め、ひとつの技法を完成したのは17世  
紀後半だという。

紅型の型紙は奉書紙を使う。全紙一枚  
分の大きさを「大模様型」といい、それ  
より小さいもの四種類の大きさが決めら  
れている。紅型は主に柄襦(うちかけ)  
風に使われる。模様は花鳥、こん虫、風  
景、幾何的な図型など多くの種類があり、  
その大部分は一枚の型に彫っている。だ  
から型がくずれないように細い生糸を縦  
横に張りめぐらし、柿渋を厚く塗って防  
水をしている。紅型を使う生地はおもに  
手をつむいだ綿布。染料は、うこん、え  
んじゅ花、水粉、すみなど配合したもの  
に、豆汁、ミョウバンなどを混ぜ、模様  
に応じて、大小のハケですり染めをする。  
地色は、地位によって金黄、老朱色など  
差別される。





# コンビ723, 725の配置とシステム

歯科医療において、人間工学に基づく研究が進み、施術者、患者の双方の体軀と姿勢に応じて、最もよい条件で治療が出来るようなユニットが作られています。

どんな術者にも、それぞれの体格や特徴、好み、くせまでも考慮し、すべての条件に合う機械（ユニット）を選ぶことは、治療の第一段階といえましょう。

しかし、人間と機械の組合せである以上、どうしても機械を動かし、調節して、人間（術者）に合わせる必要があります。ここに、移動式ユニットの必然性が生まれるわけです。

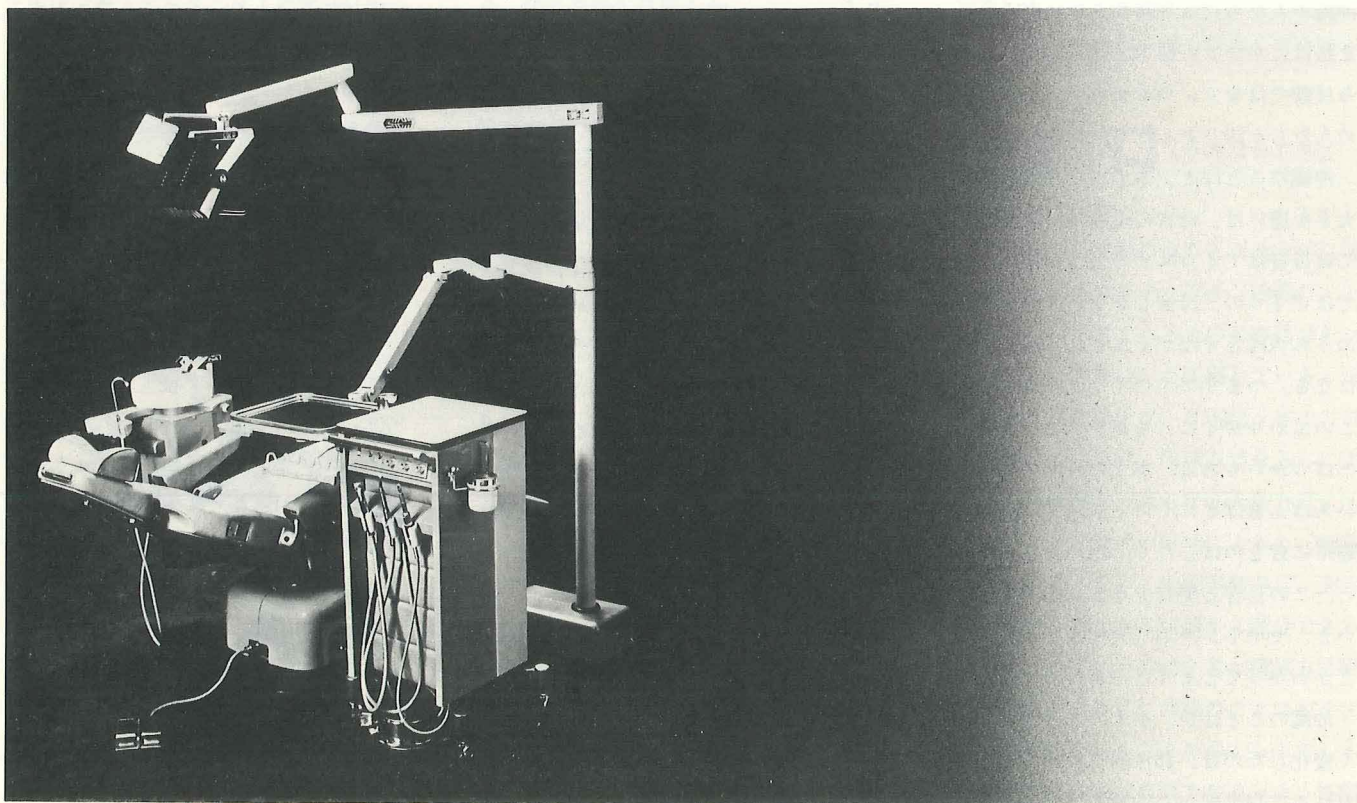
オサダの機械から、いくつかの例を紹介しましょう。

## ①術者が椅座位、患者が水平位のばあい

座位姿勢は、立位姿勢に比べて疲労が少ないことはいうまでもありません。しかし、座位姿勢でも、患者の口の位置が医師の心臓より高いばあいは、疲労度が大きいことが実証されています。移動式ユニットは、この点をじゅうぶん考慮し、医師が座位のまま、患者を水平位にも、座位にもできるように、しかも、いずれのばあいも患者の口は医師の下膊の運動内におさまるよう、設計してあります。また、非常に精密な作業が要求されるときは手を軽くあげた位置が最適とされていますので、その点も考慮しました。

## ②術者の位置は、8時から12時までの自由なポジションが選べます。

患者の治療部位を最も直視（またはミラー直視）しやすい場所に、術者は位置しなければなりません。すなわち、上・下顎、左・右両側の治療に際し、どんなばあいにも、最も治療しやすい位置にすることが施術には要求されます。治療しやすいことはもちろん、歯科医に多い背柱弯曲、背柱捻転、背髄関節炎などの職業病を防ぐ意味でも、重要なことです。オサダの機器は、患者に対し、術者は時計の8時から12時までの、自由な位置を占めることができます。また、無駄な動きと目の疲労を防ぐため、チェアーは、360°回転可能です。これによって、治療位置の移動は簡単になります。



③アシスタントなしで、じゅうぶん使用できます。

各インストゥルメントは、常に術者の下膊の運動範囲内に置くことができます。術者の個々に応じて調節可能です。したがって、アシスタントを必要としません。もちろん、アシスタントがいれば、それに合わせた配置で4ハンド・システムを採用することができます。

④患者は左側から入ることが望ましい

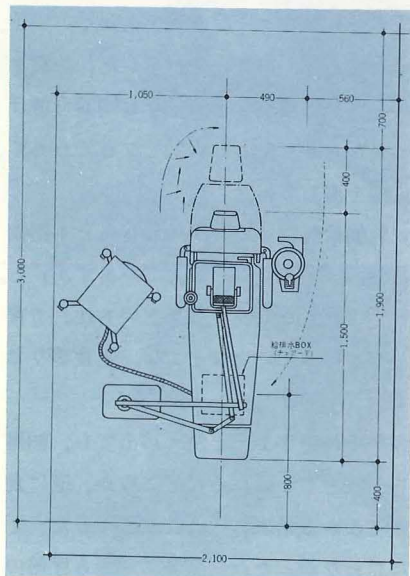
患者を着座させるときは、左側から入ると便利です。こうすることにより、術者は座を立つ必要がなく、また、患者と術者の衝突も防止できます。キャビネットを術者の後方および側面に配置したばあい、特に便利です。

図A.....→患者の動線

- - - - -→術者の動線

→ユニットの方向

コンビUBタイプ標準配置図



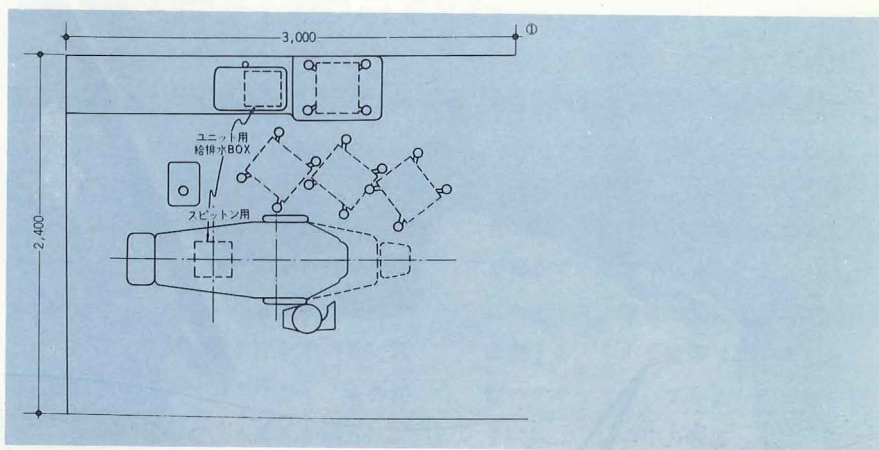
⑤キャビネットの利用

術者の治療動作に合わせ、自由な配置でキャビネットを利用することができます。

①キャビネットを右側に一直線に配置したばあい

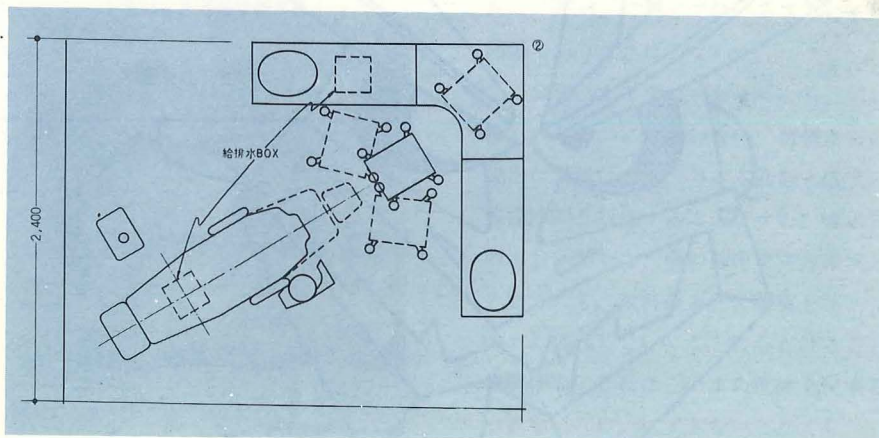
術者が患者に対して8時~11時に位置すれば、キャビネットの台上を作業範囲にすることができます。(図1)

術者の治療位置によるキャビネット  
応用レイアウト図



②L型キャビネットを使用したばあい。

術者は8時~14時の方向に位置することができます。アシスタントを使用するばあいにも、術者、アシスタント双方の作業範囲内にキャビネット台を位置させることができ、からだの移動範囲は大巾に短縮されます。(図2)



□先生から…患者さんへ□

## 乳酸飲料の仮面

落合小児歯科研究所

東京医科

東京医科歯科大学講師

医学博士 落合靖一先生

母親と医師が、互いに首をひねった。診察台でむづかる1歳11ヶ月の患者を前に。ひどいムシ歯である。神経がむき出し、歯ぐき深くむしばんだ歯が隠れている。

『原因に思い当たることはありませんか』

『なんでしょうね』

『治療することは、簡単ですが、原因をはっきりさせておかなければ、近いうちに、また同じ状態になるんですよ』

『食は細い方で、アメやガムに類する甘い物は好まない子なんです』—ますます深く首をかしげる。

新宿区四谷、落合小児歯科研究室でのある日、医師と母親の対話のひとつである。小児歯科の診療室では、こうした光景が意外に多い。

ムシ歯の原因は、現代の歯科医学では、ほとんど解明されている、といわれる。

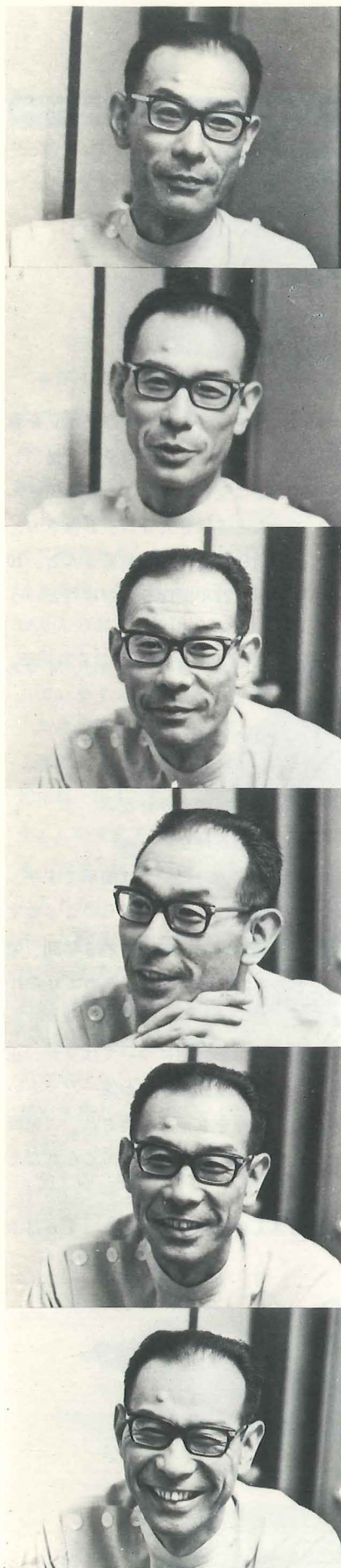
患者の母親を訓すように、問い詰め続けてもいっこうにラチがあかない。が、その答えは、患者自身が示した。診察を終えて、母親が、医師となお問答を続けていたとき、患者はホ乳ビンをくわえて、気嫌を直していた。

乳酸飲料だった。医師は目ざとく指摘した。『どのくらい飲んでますか』と。

『母乳もなく、ほとんど“あれ”で育ったとっていいほどです。主食替りです』

『それですよ』と決めにしても、納得しようとしな。それどころか、逆に食ってかかる始末。『これが悪かった、とは思わなかった』—商品に対する盲信の





恐しさ。

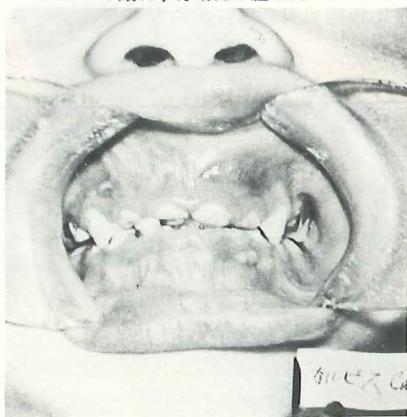
この患者、当初8倍に薄めていたものが、だんだんエスカレートしていき、ついには“2日3本”、という一種の“中毒”状態にまでなってしまったのだ。

この飲料に含まれる“糖分”が、害していたことを知るには、あまりにも商品イメージがスマートだといえる。母親の常識から、遠くかけ離れたところにあることが、恐しい結果を招いたのだ。

ムシ歯の低年齢現象のかくれた現実に直面した同研究所の落合靖一医師は、これをレポートにまとめ、診療の合い間に待ち合い室で、患者の母親教室を实践するほか、予防実践に力を注いでいる。乳酸飲料そのものが、害ではなく、歯の健康によくないことが、あまりも知られていないことに驚いたからだ。

落合医師がまとめたレポートをのぞい

1歳11ヶ月幼児口腔写真



てみると、ある幼稚園児5000人を対象にした間食調査。その筆頭は、飲料なのである。そのうち55.6%が乳酸飲料、22.1%がジュース類。子供たちのオヤツも時代の流れがありあり。だが、飲料は他のオヤツと異なるのは、手近で時間に無制限ということだ。しかも、酸味、乳酸菌は腸の消化を助け、便がちな幼児に対して母親が気を許し、小児科医もすすめることすらある。

歯の健康に対しては別。口の中の酸度の普通PH6.5。そこへ糖分が加わると歯質を溶かす5.4以下になり、それでうがいしたとして、酸度が元に戻るのに40分間は要する。その危険帯は20分間もある。他のオヤツと違って与えられるひん度が多ければ、口の中の酸は、危険状態が持続するわけ。

これは、レポートのほんのサワリにすぎない。が、ハッと思い当たる母親は、この患者の親だけではないはず。テレビのコマーシャルでも、乳酸飲料のそれは、“賞”を受けるほどスマートで、説得力と勧誘力を秘めている。その仮面にかくれた“キバ”に対しては、あまりにも無防備でありすぎはしないか。

“公害”とまではいわなくとも、“口害”のひとつには違いない。習慣からの脱出は量ではなく、与える回数と酸度の停滞時間を短縮することですむ。繊維質のあるリンゴは、歯の健康を守る果実とされている。飲料のあとに果実を与え、徐々に移行していくことに心がけることで防げる。これは、いまの危険を脱する小さな“一歩”にすぎないとしても。

健康管理

## 医者の養生

### 家庭料理で厚生大臣賞を受けた 塩田弘子さん

(香川県塩田尚文ドクター夫人)

医者の不養生 — よくあることです。忙がしい。つい無理をする。ストレスがたまる。歯科医の場合は、永いあいだ不自然な姿勢をとりつづけるための職業病もあります(オサダの機器と治療椅子は、じゅうぶんその点を考慮して設計してありますが)。

お茶づけをザバザバッ、「はい、つぎのかたどうぞ…」先生がたにも、こんなご経験があたりでしょう。続けばこれも、病気のもとみたいなものです。

一家に10人のお料理を一手にまかない、その献立で厚生大臣賞を受けられた歯科医師夫人がいらっしゃいます。讃岐の金刀比羅様で有名な、香川県琴平町の、塩

田弘子さんです。

44年、厚生省が全国から標準献立を募集したさい、1週間ぶんの献立を提出して、みごとに受賞されました。塩田さんは、ご主人と子供さん3人、お母さん、住み込み歯科医2人、従業員2人と、10人の献立を、22年間作りつづけたという超ベテランです。

塩田さんのお料理のひけつは、4つあります。

1. 栄養のバランスをとる
2. 変化に富み、季節感がある
3. 調理に時間をかけない
4. お金をかけない

の4つです。口でいえば簡単ですが、なかなか……。それも、毎日のことです。

実は、塩田さんは戦時中約3年間、栄養士として琴平保健所につとめておられました。

いわば、栄養問題についてはプロ。正しい食生活は献立の作成が第一だ、ということ、身をもって習得され、ご家庭でも、それを着実に実行してこられたそうです。

塩田さんの献立作成方法は、1カ月ぶ





んを作っておくことに特徴があります。といっても、1カ月ぶんをいっぺんに作るのではなく、毎日少しずつ翌月ぶんの献立を考え、月末には翌月1カ月ぶんができあがっている、という方法です。考えた献立をカレンダーの余白に記入してメモを作っておくそうです。だから、塩田さんのお宅には10冊を越すカレンダーが保存され、塩田家の食生活の歴史を作っています。

やや具体的に説明しましょう。

塩田さんが栄養士の勉強をされた頃、先生は「魚1、豆1、野菜4(1=100グラム)に主食を加えろ」とおっしゃったそうです。現在は、野菜を5にふやしているとのことですが、だいたいその線に沿った献立。これで、成人1人の必要量は、大丈夫だそうです。

忙しい主婦に、めんどろな栄養価やカロリー計算はできません。しかし、4つの食品群を、必要量だけ摂取できるよう献立を考えることぐらいなら、できそうです。

第1群 牛乳200グラム、卵50グラム

第2群 魚、肉120グラム、豆類80グラム

第3群 緑黄野菜100グラム、淡色野菜200グラム、いも類100グラム、果物100グラム

第4群 穀物350グラム、砂糖30グラム  
油脂20グラム

これが塩田さんの標準摂取量です。

ところで、どんなお料理でも、毎日つづいてはたまりません。そこで、塩田さんは、同じ料理は1カ月に1回と決めています。それには、ごく大ざっぱに種類のローテーションを組み、変化をつけます。たとえば、月曜=中華、火曜=煮込み、水曜=揚げ物、木曜=焼き物、金曜=ライス物、土曜=めん類、日曜=なべ物、といったぐあい。これを、日をずらして昼食にも当てはめ、昼は軽く、夕食は手のこんだものに区別するのだそうです。

サラリーマンなら、外食が1度あるから、奥さんの手間がはぶけますが、歯科医のご家庭ではそうはいきません。が、逆にいえば、奥さんは計画を立てやすいともいえます。「昼と夜とライスカレーがつづいた」などというアクシデントはないわけですから。

調理に、お金と時間をあまりかけないこと—これも、永い主婦業のなかでは、たいへん重要なことです。とくに、3食を家庭でされる歯科医のご家庭では、絶対的な条件といってもいいでしょう。

塩田さんは、平日の夕食には1時間半もかけますが、日曜日は20分ぐらいで仕度をすませるよう、献立を考えています。

安くあげるコツは「こまめに買い物に出て、安いものを見つけ、献立を入れかえる」ということでした。

「献立を立てるのにいちばんたいせつなのは、料理の種類をたくさん知っていること。同じ料理を1カ月1回にしたければ、30品以上のレパートリーを持つことです」と、塩田さんはおっしゃいます。一朝一夕にできることではありませんが、男の立場から見れば、まさに真理でしょう。

「それから、まめにノートにメモすること。思いついた献立は、忘れないうちに書いておくこと」ともいっています。

塩田さんは、結婚する看護婦さんに1年間の献立表を贈るそうです。若い主婦にとっては、なによりの贈りものでしょう。



## アシスタント紹介

## 坂本孝子さん(23)

弘進会宮田歯科  
(東京・五反田・東京卸売センター)



青森県三沢市出身。43年に日本女子衛生短期大学を卒業して宮田歯科に勤務した。宮田歯科を選んだのは「週休二日制がとても魅力的だったから……」。このあたりはやはり当世風。

いまは歩いて15分ほどの所で同僚3人と自炊生活。治療開始は午前9時だが、8時には家を出る。着いてすぐ準備にかかる。「そんなに早く来てもしょうがないだろう」と宮田庄三郎院長はいう。でも坂本さんの日課は変わらない。「朝はいくら早くても苦にならないんです」。午後6時には帰りの仕度完了。炊事当番のときなら途中で買い物。夕食の跡片づけが終わってくつろぐのは9時になる。宮田医院の従業員のしつけはきびしいので評判?だが、坂本さんの生活ぶり、昨今の娘さんとはどうやらだいぶ違っている感じである。

いまの仕事に満足している?——「いままでは夢中。自分であしょう、こう

しようと思ってもなかなか出来なかったけど、ようやく余裕が出て来ましたから……。これからじゃないかなあ」仕事をする上で考えているのは?「患者さんあつての私たちということ」ここの雰囲気は?「若い人がたくさん働いているわりには、浮わつたところがなく、落ち着いていると思います。」

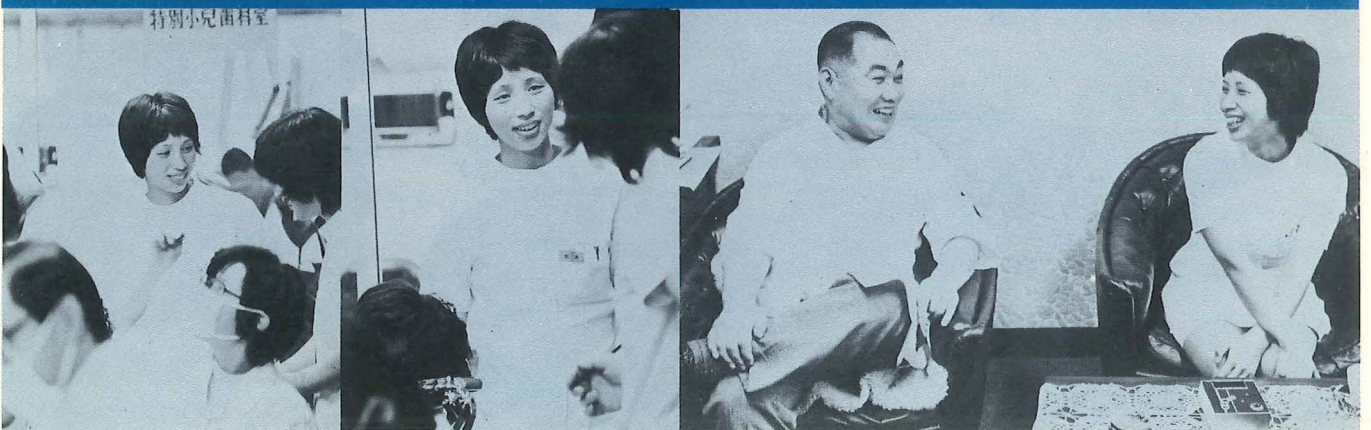
宮田院長のことをここでは「おやじ」と呼んでいる。むろん親しみをこめて。坂本さんの「おやじ評」は、「よく気がつく。口には出さないが、仕事ぶりをよく見ている。ついでに自分のことを。「私って人見知り、わがままかも。でもまわりの人とはうまくやれるんですよ」衛生士の仕事をどう思う?「女性の仕事として

はとてもいいのじゃないですか。女性らしさというものをいい面で活かしますから」

親友は結婚して子供もいるが、結婚を「具体的」に考えてはいないということ。でも目下洋裁の勉強中。お金があるときは洋画や、ごくたまには観劇、五人姉妹の末っ子である。

☆ ☆ ☆

〔宮田院長の採点〕仕事を自分でうまくこなせても他人に指導するのはむずかしいが、彼女は春入った子を実にみごとに育てました。仕事を進んで引き受けるし、ほがらかなところがいい。長いこと小児歯科をやっていたので幼児の扱いがうまいんですよ。



手をのばせば——いえ、手をのばさなくても、いつでも先生のそばにぴったり。

II型、III型、デラックスの3つの型があります。

マイクロエンジン〈ビーバーエース〉、エア、水、薬液、スプレーなど10通りに使い分けられる〈マルチシリンジ〉は各型共通。

II型はエアタービン〈ミニトロン〉、III型は〈KAVO

オールエアタービン〉、そしてデラックスは4つのインスツルメントをそなえます。

3機種ともインスツルメントテーブルは前後45cm、左右に20°動き、お望みの器具を先生の手握らせませす。

〈Z〉はアルファベット最終文字。〈Z〉の形で先生に寄りそうズームは、歯科医療機器の最先端ではないでしょうか。

〈ZOOM〉で先生の診療室に〈BOOM〉を……。

## 先生に寄りそう

## 可愛い助手

