

! Dental !

日常の
一コマでも

歯科衛生士

しています！

Goodbye.
Perio Project



塚本 聡子さん 神奈川県

「鎌倉が大好きです。海があるし、山もある。
街並みも住んでいる人の雰囲気もすごくよくて。
もってこの町に貢献したいんですよ」
そう語るのは鎌倉在住の塚本聡子さん。
地域の人をより健康にすべく、
5年前からグッペリ活動に励んでいます。

/ Start /

多くの人に足を止めてもらうように工夫しています。
鎌倉らしくレトロな看板を探してきたり、歯のガーランドをつくったり。
マルモのインパクトも大きいですね！



医院の外は、
伝えやすいし伝わりやすい

ちょうど5年前、私は仕事に対してもどかしさを感じていました。歯科医院に来ているのは日本人のほんの一部。わずかな人しか直接歯の知識が伝えられない。この現状を何とかしたいと思っていました。そんなとき、出合ったのがGoodbye Perioプロジェクト。タフトくらぶを読んで知り、「私と考えていること」「緒だ！」「私ももっと医院の外に出て情報を発信したい」とすぐに申し込みました。

最初の活動相手は友達です。メンバー登録するとミニフロスが送られてくるので、使い方を伝えていきました。練習のつもりで気軽にやったのですが、これがすごく楽しくて。自由度が歯科医院とは全然違うんですよ。やっぱり診察室って少し緊張感があるじゃないですか。患者さんは歯科医院に来ていることに緊張していますし、私も仕事だから気が張っ





ミャンマーへ歯ブラシを届けるチャリティ活動もしています。
これも“鎌人いち場”でのグッペリがきっかけ♪



/ Good /



ている。でも医院の外だと自分も相手もリラックスした状態でいられるんです。「これから伝えやすいし、伝わりやすいな」と思い、積極的に院外で活動するようになりました。

「フロス使ってるよ!」

街中で声をかけられるように

その数ヶ月後、始めたのが「鎌人（かまんど）いち場」での活動。由比ヶ浜の海浜公園で年に2回開かれるイベントで、何かを発信したい人たちが集まっています。もともとお祭りごとが好きなので、ボランティアでお手伝いをしていたのですが、「私も出られそう」と思ってきた。予防歯科のブースを出すことにしたんです。内容はもちろん歯周病予防について。歯周病にかかるとお口や全身にどんなことが起こるのか説明し、フロスを使った予防法をお伝えしました。

出展して驚いたのが痛くなったときにしか歯医医院へ行かない方が思った以上に多



/ Wow! /

かったこと。なかには「俺、人生で一度も歯医者にかかったことないんだ」と言う方もいらっていました。だけど、お口の中を覗くとあまりキレイではなくて……。一般の方がどれだけお口のことを知らないのか、身に染みてわかりましたね。

その場でフロスを通してもらうと、みなさん驚かれますよ。子どもたちは素直なので「うわ!」「クサッ!」とかなり大きな反応。「この汚れているの、口の中に戻せる?」と聞

なんかは、街中でも話しかけてくれますよ。「フロス使ってるよ!」とか「この前、上の歯が抜けたんだ!」とか。まだ小さいのに、ちゃんと私を歯科衛生士と認識して報告してくれるのが本当にうれしいです。

歯科衛生士の
知識を活かすのが
すつごく楽しい!

グッペリ活動は私にとって「日常の一部」です。時間や日にちをカッチリ決めてやるのも一つのカタチだと思うのですが、私がやっているのは何気ない会話がほとんど。鎌倉は「近所つきあいも多いので、こはん屋さんで相席になって」どんな仕事をしているんですか?」「衛生士です」というやりとりもよく行なわれるんですよ。その流れで歯周病の話をしていく……。なんてことはあります。これも立派に歯科衛生士としての役割を果たしていることになりますよね。鎌人（かまんど）いち

くと「ヤダ」と首を横に振ります(笑)。大人も「こんなに汚れているの?」と、やはり衝撃を受けられますね。そこで「家でも使ってください」とフロスをお渡ししています。

毎年出展して、少しずつ歯周病予防の大切さが地域の人に浸透してきているのを感じています。一度来てくれた方がまたブースに来てくれて、「フロス続けてるよ」「気持ちよかったから買いました」と報告してくれることが増えたんです。ある小学生の女の子

場「も祭好きの延長でしたし、意を決して「始めよう!」と、肩肘張らず楽しみながらやっています。

ときどき友人に「大変じゃない?」と聞かれることもあります。でもそう感じたことは一度もない。だって楽しいんです。誰に頼まれていても、お金をもらえるわけでもないけど、続けられているのは楽しいからなんですよね。普段現場で会えないような一般の方と触れ合えるのは貴重なこと。時間や医院のルールに縛られず、1人の歯科衛生士として情報発信できるので、仕事とはまた違った喜びがあるんです。

ぶっちゃけると、仕事として歯科衛生士をするのを辞めたいと思ったことは何度かあります。でも、知識を活かして情報発信すること自体を嫌だと思ったことは一度もない。それぐらいやりがいがある、楽しい職業だと思います。だからこれからも、一人の歯科衛生士として、歯科医院だけではなく外でも気楽に活動していきたいです。