まつぼっくり

発行／(一社)島根県歯科衛生士会
Tel：080-6308-9240
Mail：shimane@jdha.or.jp
Nov.2026 No.2

公式 LINE
ID@423kyhkx

＊＊＊　歯科衛生士応援セミナー　＊＊＊

「歯科衛生士の仕事を少しだけ面白くするコツ」



日時：9 月 27 日（日）10：00～12：00
場所：いきいきプラザ島根
コース名：リフレッシュコース
講師：**Con-Fields 代表　歯科経営コンサルタント　藤村 正寛先生**
参加人数：合計 36 名
〔会員 21 名
会員外 15 名(歯科衛生士 3 名　歯科医師 1 名　学生 11 名)〕
今回の研修では、日々の仕事を少し違った視点から捉え、仕事の面白さを見つけることについて学んだ。知らないことを知り、「できそう」「やってみよう」と取り組むことが、新たなやりがいにつながるというお話が印象に残った。

具体的な業務の工夫として、共有フォルダの整理やファイル名の付け方、よく使う文章のひな形づくりなどについて説明があった。資料を作るだけでなく、必要なときに見つけて使えるようにしておくことや、繰り返す作業を見直すことの大切さを学んだ。

また、Word・Excel・PowerPoint と AI を活用した、患者説明用の資料や掲示物の作成方法について、スライドで手順を見ながら学んだ。普段使っているソフトにも知らない機能があり、使い方を工夫することで、資料作成の負担を減らせることがわかった。

アンケートでは 87.5%が今後の仕事に活用できると回答し、「デジタル化は苦手だったが、やってみようと思えた」「AI を使ってポスターや掲示物づくりに挑戦したい」「仕事の面白さを伝えるヒントを、後輩との関わりに活かしたい」などの感想が寄せられた。歯科衛生士の仕事にも、記録や資料作成などパソコンを使う場面があり、その必要性を改めて感じた。実際に操作しながら学びたいという声もあり、苦手意識を持ちながらも、使い方を身につけて仕事に生かしたいという受講者の意欲がうかがえた。

今回の研修を通して、臨床の知識や技術に加え、日々の業務を工夫することも、働きやすさや仕事のやりがいにつながると感じた。まずは自分にできそうなことから取り入れ、日々の業務や患者への情報提供に生かしていきたい。



【受講者アンケートより】(一部抜粋)
・仕事を「楽しくしよう」ではなく「面白くしよう」という考え方で、気持ちが楽になりそうだと感じた。
・実習先でもパソコンを使う場面が多く、今回の学びを将来、歯科衛生士として働くときに生かしたい。
・AI を活用することで資料作成の負担を減らし、「やってみようかな」と思える仕事に変えていける可能性を感じた。
・文書やマニュアルの作成方法を具体的に示していただき、わかりやすかった。

【報告者：吉田ちかみ】

＊＊＊地区研修報告＊＊＊

【雲南地区】

演題：「LEDO 健診から考える口腔機能低下症」
講師：**青木歯科医院　院長　青木　誠先生**
　　医療法人慈弘会　高松歯科医院
　　副院長　高松　弘貴先生
日時：8 月 2 日（日）10：00～12：10
場所：雲南市三刀屋交流センター　２階農事研修室
参加人数：合計　36 名　〔会員 15 名
　　会員外(歯科衛生士 10 名　歯科医師 1 名
　　行政（保健師、管理栄養士）4 名
　　介護施設職員（施設長、管理栄養士、ケアマネ言語聴覚士、）5 名　学生 1 名)〕

口腔機能低下症と LEDO 健診受診率向上、健診後のフォローの仕方を広く周知理解してもらおうと、多職種での研修会を開催しました。

はじめに青木先生より、高齢者が要介護になる前のフレイル期に口腔機能の低下を早期発見し改善することが大切であり、LEDO健診が早期発見につながることや、口腔機能低下症の診断基準について、多職種との連携が大切であること等ご講演いただきました。

続いて、高松先生より LEDO 健診の問診や検査内容についてより詳しくご講演頂きました。問診から読みとれることや、歯科の項目だけでなく、低栄養やサルコペニアの早期発見につながる事をも再認識できました。また、健診後の事後措置について、実際の事例なども紹介いただきました。

介護現場からの参加者の中には、LEDO健診をご存じない方もあり、多職種の方に、口腔機能低下症やフレイル予防につながる大切な健診であると知ってもらえる機会になりました。

アンケートから「LEDO健診の内容や問診の重要性が良くわかった」「咀嚼がとても大事であり、低栄養状態にならないようしたいと改めて思った」などの意見が多くあり、有意義な研修会になりました。

また、研修会終了後、手のひらで手軽に野菜摂取レベルを測定できるベジチェックを行い、参加者の健康意識向上に役立てもらえたと思います。【報告者　舟木 幸江】





【益田地区・浜田地区】

演題：「口腔機能低下症から視えること
　　～検査法と意味について～」
講師：**前田歯科医院　院長　前田憲邦先生**
日時：8 月 30 日（日）10：00～12：00
場所：島根県歯科医師会 西部会館
参加人数：合計　34 名　〔会員　10 名
　　会員外 24 名(歯科衛生士 15 名
　　歯科医師 7 名　学生 1 名
　　その他スタッフ 1 名)〕

口腔機能低下症について、なぜ検査をするのか、検査をして終わりではなく数値を患者さんにどう返して誰につなぐかが大事であるというお話しを先生からお伺いしました。口腔だけでなく薬剤・義歯・生活環境など全体を組み合わせて患者さんを見ることなどについて学びました。その後グループに分かれて、見た目や生活環境の違う 2 人の患者さんのケースを比較しながら、それぞれの患者さんへの支援方法や説明の仕方、支援が必要な場合、どんな職種へつなげるかなどを話し合い、全体で共有しました。

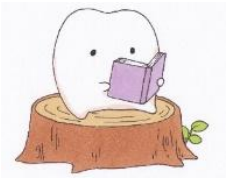
参加者からは、見た目だけで判断するのではなく、患者さんとの会話で情報を得ることが大切だと感じた、患者さんの生活環境に目を向けることで見えてくるものがあるということが印象に残ったなどの感想をいただきました。歯科衛生士の役割は、患者さんの変化や問題の可能性に「気づき、必要な支援へつなぐ」ことです。今回の研修を受けて終わりにするのではなく、学んだことを日々の臨床の中で一つでも実践していきたいと思います。



【報告者：野村　万貴子】







出雲地区　地区活動報告

「食と健康フェス in いずも
～朝ごはん de 元気にスタート！
減塩×野菜で健康生活～　」



日時：6 月 28 日(日)　10：00～13：00
場所：　出雲市役所　1 階　くにびき大ホール
参加人数：合計　2 名
来場者数：約 200 名（出雲地区歯科衛生士会ブース来場者数）

出雲市役所健康増進課による新たな取り組みとして開催され、出雲地区からも出展参加しました。
参加団体は全17団体となり、出雲圏域健康長寿しまねの構成団体や企業、大学など多種多様でした。
出雲地区のブースではパネル展示のほか、口腔機能向上ゲーム（ストローで魚釣り）と歯科衛生士による歯科相談を実施しました。
イベントにはキッチンカーによる食事の提供もあり、親子連れから高齢者まで沢山の方々が来場され、本会の体験型ゲームにも多くの参加者がありました。ゲームやふれあいの中で食と口腔機能との関りについてお伝えし、対面での啓発活動ができる良い機会となりました。
【報告者：伊藤直美　】



「第 13 回　フードドライブ」



日時:7 月 31 日(金)　9:30～14:00
場所:出雲市社会福祉協議会　本庁 1 階
参加人数:合計　3 名
来場者数:365 名(歯ブラシ配布数)

出雲市社会福祉協議会主催のフードドライブが開催され、歯科への関心を高めてもらうことを目的に来所者に対して口腔ケアグッズを配布しました。昨年は出雲圏域健康長寿しまね推進会議が「歯科コーナー」展示と口腔ケアグッズ提供のみとして参加されましたが、今年は初めての試みとして会場に歯科衛生士を配置し、直接対面での啓発活動を行いました。



食料品の配布に合わせて歯科衛生士がお声がけし、普段のケアの様子や歯科受診状況をお聞きしながら家族構成や年齢に合わせた歯ブラシやチラシ等をお渡しすることができました。
ケアグッズの配布にとても喜んでいただけて、今後の口腔ケアの意識向上につながれば良いと思います。　　【報告者:伊藤直美　】



「キャリア形成のために知っておきたい労務のこと」



日時：8 月 23 日（日）10：00～12：00
場所：いきいきプラザ島根
講師：株式会社ユアプロジェクト 代表取締役
歯科衛生士　小泉 智美先生
参加人数：合計 27 名
〔会員　26 名
会員外 1 名(歯科衛生士 1 名)〕

今回の歯科衛生士実践力向上セミナーは、自分らしく、安心して仕事を続けていくために、日々の働き方やこれからのキャリアについて、共に考える機会として企画した。日頃は専門知識や技術を学ぶ機会が多いが、働くうえで必要な労務の知識を学び、自分自身の生活や将来を振り返る時間も大切にしたいという思いがあった。

講演では、労務の基本とともに、ライフステージに応じたキャリアの考え方や、働きやすい職場づくりについて学んだ。自分が大切にしたいことや、これからどのように働いていきたいかを見つめ直し、長い目で歯科衛生士としての歩みを考える内容であった。また、周囲とのつながりや学び続けることが、視野を広げ、自分の可能性を広げることにつながると感じられた。

働く環境や抱える悩みは一人ひとり異なる。生活の変化に伴い、働き方に迷うことや、今後に不安を感じることもある。今回の学びを通して、自分に合った働き方を考えることや、一人で抱え込まず相談できるつながりの大切さを改めて感じた。後輩や共に働く仲間との日々の関わりを振り返るきっかけにもなった。



アンケート回答者 25 名全員が講演に「満足」「とても満足」と回答した。「ライフステージごとのキャリアを考える良い機会になった」「労務について学び直せた」などの感想に加え、新人教育や後輩への関わり、世代交代に生かしたいという声も寄せられた。

日々の業務から少し離れ、自分自身のこれからを考える貴重な時間となった。本会としても、会員同士で思いや経験を分かち合い、共に学びながら、それぞれが自分らしく働き続けられるよう、支え合えるつながりを大切にしていきたい。

【報告者：吉田ちかみ】

県の動き

第２回理事会	7 月 26 日（日）
第 1 回地区会長会	7 月 26 日（日）
第 1 回島根県経口摂取支援協議会	7 月 30 日（木）
日衛災害歯科保健歯科衛生士登録研修および更新研修	（オンデマンド） 9 月 1 日（火）～10 月 31 日
日本歯科衛生士会歯科衛生士活動推進事業　全国病院歯科衛生士連絡協議会	（東京科学大学） 9 月 19 日（土）
日本歯科衛生学会第 21 回学術大会（埼玉県）	9 月 20 日（日）～9 月 21 日（月・祝）
しまねリハビリテーションネットワーク研修会	11 月 22 日（日）
経口摂取支援研修会	10 月 25 日（日）
高齢者の低栄養予防研修会	10 月 25 日（日）
第 1 回島根県介護予防評価・支援委員会	10 月 26 日（月）

