



3年 菅野 綾音さん

今回の新型コロナウイルス感染症の流行に伴う外出自粛期間中に私が実践した過ごし方についてレポートしたいと思います。

政府の緊急事態宣言ののち、私の通う学校でも、自宅で授業を受けるため、自宅一学校間の双方向通信による遠隔授業が実施されました。臨床実習も実施が困難となり、自宅で様々な症例をレポートにまとめるなどしながら知識を深めていきました。実習を受けることができなかったことは残念でしたが、知識の整理をする良い機会となりました。

その他には、趣味である読書をしながら過ごしました。同じ小説でも着眼点を変えて繰り返し読むことで新たな気づきがあります。

学校の再開後も、臨地実習先である保育園での対面実習ができなかったため、学校一保育園間をオンラインで結び、双方向通信による遠隔実習を行いました。これからも、自宅学習期間中に学んだことを活かしていきたいと思います。



2年 船山 明菜さん

この春、新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、密閉・密集・密接のいわゆる三密防止のため、ステイホームが呼びかけられましたので、私が実践した過ごし方を紹介します。

まず、学習面については、私の通う学校では、ステイホーム中は対面ではなく遠隔授業が行われていたため、スマートフォンを介して自宅で授業を受けることになりました。授業後も、教科書で復習し、わからない箇所がないよう努めました。

さらに、自宅でも感染予防のため、定期的に換気を行い、手指消毒をするなど、感染予防に務めながら過ごしました。ずっと自宅にいると運動不足になってしまふため、筋トレなどしながら身体を動かすように努めました。気分転換にもなり気持ちがすっきりするのでお勧めです。

まだ、新型コロナウイルスの不安が残りますが、自分にできることを着実に実施していくと思います。

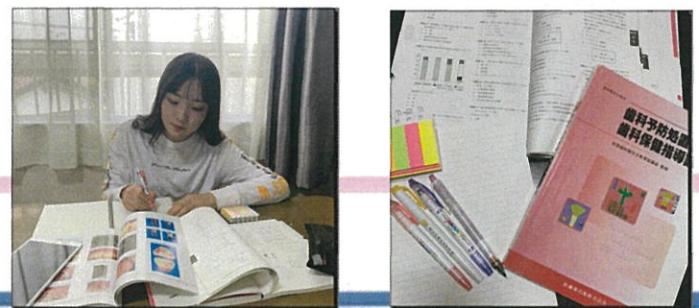


東北歯科専門学校

3年 岡部 郁美さん

今年、コロナウイルスの影響で自宅待機となり実習を行うことが出来ない時期がありました。最初は急に自宅待機となってしまいとまどいもありましたが、今だからこそ出来ることは何かと考えました。私は3年生で国家試験を控えているので、国家試験に向けて過去問を解いたり、自分なりにノートをまとめたりしました。苦手分野が明確になり今後の学習目標を立てることに役立ちました。また、スケーラーを使用し顎模型上で番号と使用部位の確認をしていると、家族が「患者さんのためにも基本を学ぶことが大切なのだね」と感心していました。学校や臨床実習に行けなくても家で出来ることは沢山あると実感しました。

今回のコロナウイルスの影響で感染対策への知識をしっかりと身に付けることが出来ました。臨床実習が始まった今は、ゴーグル、マスク、グローブの重要性を再認識し、日常でも感染予防対策を忘れず責任ある行動を心がけたいと思います。コロナウイルスのせいでネガティブになるのではなく、このような時だからこそ出来ることを考えることが大切だと思いました。



2年 渡邊 夏帆さん

「叶えられた希望」これは私がステイホーム中に学んだレンギョウという花の花言葉である。

三月頃から咲き始める花で、日本産は絶滅危惧種らしい。ここまで情報はこの原稿には全く関係無い。異様な冒頭だろうが、この先の文章もぼやけたものである。

あの時期は遠隔授業と復習しかしていなかった。本を読んでも、昼寝をしても、机に目を戻せば書きかけの復習ノートが現実を訴えかけていた。通常であれば規則的に並ぶスチール製の椅子に座る講義時間に、私は畳の上で画面に耳を傾けていた。誰が見ても異様に映るこの現実に言いようの無い不安が押し寄せるばかりだった。

何気ない学生生活が一番楽しい。実習や友達との交流を通して学問以外をも学ぶことが学校に「通う」ということなのだと改めて気付いた。レンギョウが咲く頃、私達に今までのような日常が咲き戻ることを願いたい。



福島医療専門学校

「私が実践したステイホームの過ごし方」

3年 本間 沙菜さん

緊急事態宣言が出たことにより、1月から始まっていた臨地実習が中止になりました。それにより約1ヶ月間ステイホーム期間があり、実家に帰ることを考えました。しかし、県外へ移動した際、コロナに感染してしまったら学校にも実習先にも迷惑が掛かると母に言われ、一人暮らしのアパートで自粛期間を過ごしました。

朝6時半に起きてシャワーを浴び、ゆっくりと朝ご飯を食べて9時から12時は学校から出ている課題に取り組むというルーティンを作っていました。午後も勉強に取り組み、集中力が切れたタイミングで散歩やテレビ鑑賞、料理、離れた友人とオンライン飲み会やゲームをするなど、日によって様々でしたが毎日を充実させることが出来たと思います。

今まで手を付けていなかった参考書を見たり、アルジネートの練習や模型を使って印象採得の練習を行ったりと実習の忙しさで取り組めていなかった事を時間があることによって取り組みました。このステイホーム期間を自分の生活を見直す良い機会になったと前向きに捉えていきたいです。



2年 草野 朱里さん

はじめに、この度の新型コロナウイルス感染症によりお亡くなりになられた方に謹んでお悔やみ申し上げます。また、被患された皆様の早期回復と感染の早期終息を心よりお祈り申し上げます。

コロナウイルスが感染拡大した今、マスクを着用せずに外出することは予防的な面からも否定的な世の中へと変化してきています。こう言った情勢もあり、マスクが不足したり感染に対する不安感から店員の方や医療従事者へ心ない言葉を浴びせるような事例のニュースも頻繁に見受けられるようになりました。私のステイホーム期間中の過ごし方としては、基本的な感染対策の徹底は勿論ですが、日用品などを買いに行った際、会計時に店員さんにお礼の言葉を言うよう心掛けています。きっかけはアルバイト先で頂いたお客様からの励ましの言葉でした。「大変な時期でしょうけど、頑張ってください。忙しい中ありがとう」。この言葉を頂いた時、泣きそうなほど嬉しかったのを覚えています。日頃から口にしていましたが、この日を境により心を込めて言うようになりました。

異常が日常になった今、一人一人が小さな気遣いの心を持ち、工夫をして過ごしながら心の摩擦を減らすこと。それが今、私たちに出来る事なのではないかと思います。



先輩DHさんから



「歯科衛生士業務を通して学んだ事」

高橋 佳奈さん (福島医療専門学校卒業)

4月から歯科衛生士として働き始め、学生の時には得ることが出来なかつた責任や緊張感を日々感じています。現在新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、スタンダードプロトコーションを徹底し患者様が安心して治療を受けられるよう環境作りに努めています。歯科衛生士学校の1学年で、診療補助論、診療補助実習で最初に学んだユニット清拭の仕方や滅菌、消毒などといった基本がとても重要であると実感しました。

歯科衛生士として患者様を実際に受け持つことで、どのように歯科保健指導を行うべきか今まで以上に考えるようになりました。同じ疾患名でも患者様一人一人、口腔衛生状態や性格、ライフスタイルは異なるため医療面接が非常に重要であると思います。また、歯科恐怖症の患者様も多くいらっしゃるため、言葉だけでなく表情や視線に注意し段階を踏むことが大切であると学びました。実際に受け持った歯科恐怖症の患者様で、初診時落ち着かず常に緊張状態であり、発汗がみられた方がいらっしゃいました。口腔衛生状態も低かったのですが、コミュニケーションを取り段階を踏んでSC、C処を進めることで信頼関係が構築されリコール時に笑顔がみられるようになりました。また、口腔衛生状態も驚くほど改善し、やりがいを強く感じました。

今後も日々進化する歯科医療を学び続け、知識、技術を身に付け、より良い歯科医療を提供できるよう努力します。



組織委員会から学生会員の皆さんへ

石河 香子

HPには研修会の案内など、楽しい情報が沢山あります。のぞいてみて下さい。

熊谷 順子

皆さんにこれから的新たな時代へ「エール」を送ります。

柴田 佐智子

先輩DHさんたちの活躍を知りたくないですか?先輩たちも皆さんと話せる機会を望んでいます。是非一緒に活動しましょう。

布広 裕子

歯磨剤の開発をしたり、サロンをopenしたり、歯科衛生士も新しいステージを迎えています。一緒に頑張りましょう。

発行/一般社団法人 福島県歯科衛生士会
組織委員会

〒960-8015 福島市仲間町6-6
福島県歯科医師会館内

