

2024年12月31日発行

君津木更津歯科医師会会報

—第94号—



〈目次〉

巻頭言	2	芝楽苦会ゴルフコンペ	19
富津市口腔教室	3	三郡市ゴルフコンペ	20
第1回生涯研修講習会	5	会員研修旅行	22
口腔がん検診	8	麻雀大会	25
社保小勉強会	11	理事会報告	27
第2回生涯研修講習会	13	新入会員紹介	34
敬老会・祝賀会並びに忘年会	15	会員の動向	34
ボウリング大会	17	編集後記	35

巻頭言

副会長 熊切 篤



20年ぶりに7月3日から新紙幣が発行されました。偽造防止とユニバーサルデザインの向上のため。3Dホログラム技術や透かし、額面数字の大型化や目が不自由な方のための識別マークの位置を券種ごとに変えてわかりやすくするなど、全ての人に使いやすいお札を目指した改良も行われています。受付では3週間ほどで3種類の紙幣が手元にそろいました。いまでは半分ほどが新紙幣になっています。

このユニバーサルデザインについては、代表例が自動ドア・歩道や公園出入口の段差解消・多機能トイレ・センサー式蛇口・ピクトグラム（絵文字）・信号機・自動販売機・照明のスイッチ、誰もが利用できるようにデザインすること・公平性・自由度・単純性・わかりやすさ・とあります。誰もが能力を意識しないで使えるように、最初からできるだけ多くの人が使えるようにデザインしましょうという考え方で生まれています。

私達の職場、歯科医院でユニバーサルデザインが取り入れられているかということ、なかなかそうではないようです。（コンポジットレジジンシェードにはありますね）これだけ普及している紙幣ですら年で作り替えるのですから考えてみませんか？

当院、熊切歯科医院も父の開業から建物は51年になります。

平成すぐの青堀駅前ロータリー整備工事のため、入り口は階段からのアプローチに代わり、バリアフリーとはかけ離れています。そのため自動ドアは、はやくから導入したかったのですがなかなか実現できませんでした。優先度から後回しになりましたが、平成31年によく改修工事ができました。すると、まさかの長期コロナ禍となり衛生管理がすごく楽になりました。

私が開業してから29年になります。直近の手のかかる大きな改修が入口になりましたが、この10月にも別のところを小改修しています。建て直しをしないと対応できないバリアフリーには、どうしているかということ、往診で対応しています。（費用がかからずよいですよ）

当時からも訪問診療が期待される時代ではありましたが、バリアフリー対策でスタートした往診のおかげで経験をつめてよかったと感じています。

休診日に時間をつくれればよいですし、診療時間の一部を代わりに充てるのもありですし、専門の先生を雇用することなどは考えなくともよいですし、訪問診療に対応する先生が増えることも私達の業界ではユニバーサルデザインに近づくことだと思います。

まだ訪問診療をしていない先生方、往診をはじめてみませんか。

令和6年度 富津市口腔教室

地域保健委員会担当理事／勝呂 泰樹

令和6年6月20日（木）、富津市口腔教室が開催されました。場所は富津市役所大会議室で、参加者は17名でした。最初に「オーラルフレイルについて」と「オーラルケアの正しい器具の使い方」のテーマで講話させていただきました。意外に器具の正しい使い方を知らない人が多いため、この場をかりてスライドと実技を使って説明をさせていただきました。

私もこの口腔教室を何度もやらせていただいておりますが、1番質問が多かったのは「どういった器具を使用すればよいのか？また、いい物があったら教えてほしい。」という内容からこのテーマにしました。受講者の反応も良かったように感じられました。

次に、オーラルフレイルの簡易チェックを今回サンスターさんから協賛していただいた、チェックシートを使用し受講者の皆さんのオーラルフレイルの診断をさせていただきました。

最後に歯科衛生士による、オーラルフレイル予防のための『健口体操』を行い終了となりました。

少しでも富津市民の皆様の皆様のお口の健康維持の向上につながってくれればと思います。



健口体操（日本歯科医師会HPより）

1 お口・舌の動きをスムーズにする体操

効果 唇やほほ、お口周りや舌の筋力をアップすることで、お口の機能が高まり、唾液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて食べ物を飲み込みやすくなります。お顔の表情もイキイキしてきます。

（唇を中心とした）口の体操

ウー イー

①唇をすぼめる。②「イー」と舌を出す。

舌の体操（舌圧訓練）

繰り返しましょう

①舌を舌のはの内側に強く押しつける。
②舌の先端で、口の中の密の奥を、ほほの上から押さえる。
③舌を押し戻すように、舌をはの内側に、ゆっくり10回押しつける。
④舌のははでも同じこと繰り返す。

（唇と）ほほの体操

ほほを動かすために、ほほの筋力アップを助ける。（赤はなくてもOK）

パタカラ体操

①「ア」の音をほくように。
②「オ」の音を上の歯の裏につけるように。
③「カ」の音を上の歯の裏につけるように。
④「ク」の音をまるめるように。

各音音 8回×2セット行う。

唾液腺マッサージ

耳下腺マッサージ

耳の後ろの骨の前の（一の奥前あたり）に当て、10回ほど目を動かすようにマッサージしていく。

顎下腺マッサージ

顎のラインの内側のくぼみ（顎窩）を4箇所を指で押しつけていく。目安は歯茎ポイントを3回ほど。

舌下腺マッサージ

顎の中心あたりから歯茎のくぼみに指をのせ、舌の先端を動かして、10回ほど上下にゆっくり押し出す。

公益社団法人 日本歯科医師会

2 飲み込むパワー（嚥下機能）をつける体操

効果 飲み込みに関連する筋力をアップすることで、食事中の「むせ」などの症状改善につながります。

開口訓練

1日10秒間×2セット（朝夕）行ってください

①ゆっくり大きく息を吐き10秒間保持する。
②しっかりと口を閉じて10秒間保持する。
※お口を開くときは、無理せずに関節が曲らない程度にしてください。

おでこ体操

①指先を下に向け、手のひらでおでこを押し合うようにする。
②おへそをのぞきこめながら、うつ返える。
③再び指先のある方がおへそ目の方を押しあわせよう。

ペロ出しごっくん体操

ペロを少し出したまま、口を閉じて舌を飲み込む。

ごっくん体操

チェック！ 飲み込んで確認

喉びとに手を当て、ゴクンを飲み込む。喉びとが動くことを確認する。喉の下の位置をチェックしましょう。

嚥下とけを上げる

のどに手を当てたまま、舌を少し出し、ゴクンを飲んで、喉びとを上げる。

上げたまま5秒待つ

喉びとを上げたまま、5秒待つ。舌が戻れば、できる長さで練習を繰り返しましょう。

息をしっかりと吐き出す

舌を一切吐き出す。喉の裏からしっかりと吐き出しましょう。

公益社団法人 日本歯科医師会

3 嚙むパワー（咀嚼機能）をつける体操

効果 「食べこぼし」や、食べ物が鼻に流れ込むのを防ぎます。また、唾液がよく出るようになり、美味しく安全に食べられます。

咀嚼訓練

ガムを噛むことで、噛むための必要筋力を鍛えることができます。

※要領は正しく！
※左右両側で均等に噛みましょう

1日2回（朝と夜）、2回目は「スム」を覚えて、3分間噛み続け、15分間ガムを噛む。

①舌を押し、しっかりと噛む。
②ガムは1か所で噛まず、左右両側で均等に噛む。
③喉嚨を正して噛む。

舌トレーニング

①舌で下唇の先を触るつもりで伸ばす。
②舌で唇の先を触るつもりで伸ばす。
③舌を舌先に押し出す。
④舌先の周りをぐるぐる舌を動かす。

⑤スプーンなどを使って、舌に出して押し、その力に抵抗するように舌を上げます（舌から一直線から前へ）と意識に行います。

公益社団法人 日本歯科医師会

4 滑舌（口舌・舌の巧緻性）をよくする体操

効果 口の動きをよくすることで、明確な発音につながり、表情が豊かになります。

早口言葉

口を大きく開かしながら、3〜5秒待って行ってみましょう。

レベル1	なまむぎ なまごの なまたまご（ゆき 雪天 雪割）
レベル2	柿の葉はよく柿の葉が
レベル3	あたまがみ あたまがみ あたまがみ（きんぎょ ぎんぎょ ぎんぎょ）
レベル4	顔の表情が得意でもたのびは得意でなければならぬ 得意でなければならぬ

令和6年度 第1回生涯研修講習会

生涯研修委員／丸山 慶一郎

令和6年6月29日（土）17時より、医歯薬会館にて第1回生涯研修講習会が開催されました。

講師に日本大学松戸歯学部 マイクロスコープ特診外来 臨床教授 辻本 恭久先生をお招きし、演題「歯内療法を成功させるための知識・機材・テクニック」について御講演頂きました。

近年は器具や薬剤、そしてコーンビームCTの普及などの進歩により、再根管治療の成功率もアップしてきたと言われています。しかしそれゆえに、私達が学生時代に受けてきた教育と最新の知見にもズレが生じている可能性がある事を、いまなお臨床と研究者指導の立場にある辻本先生より御教授頂きました。

例として、歯の解剖学に関しては、日本人の下顎第一大臼歯では

①3根4根管が6割超える。中には湾曲の強く処置の難しい舌側遠心根（Radix EndoMolaris）を持つ歯も認められる

②頬側が癒合した2根管となる例あり → 見間違えると頬側パーフォレーションの原因に上顎では

①第一大臼歯頬側に2根管が多く存在、第二大臼歯では歯根癒合、根管癒合に注意が必要

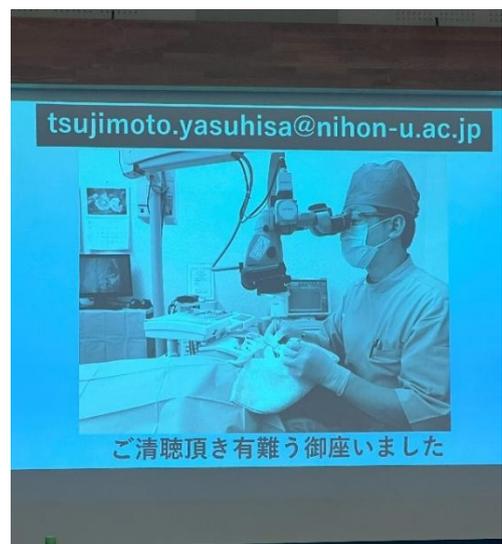
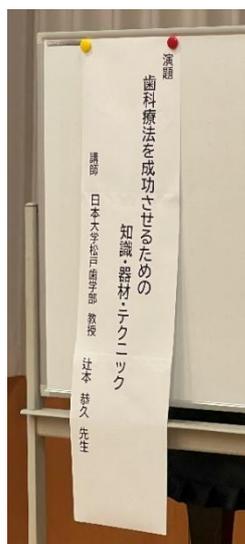
②小臼歯1根管、2根管を錯誤しやすい→気付いてないと、後々未処置の根管の感染から予後不良となる事も。下顎中切歯で10%くらい、下顎側切歯で26.5%程の2根管のケースが認められるとの事でした。

「いつものように治しているのに、いつもと違ってうまくいかない」ケースでは、こういった解剖学的なトラップの見落としが関わっているのかもしれない。

続いて、そのような背景の中で歯内療法を成功させるための知識・器材・テクニックについても御教示頂きました。



辻本恭久 教授



先程触れられた根管の複雑な様子の把握や、デンタルでは皮質骨に阻まれて把握する事の出来ない病変の有無やその位置についてのコーンビームCTについて、日本人を対象とした根管解剖学のデータや実際の症例を御供覧下さりました。

また、CTで形態、病変の状況について理解した後に、実際に処置を行う際にマイクロスコープで照らし出された拡大された視野で確認しながら処置を行う事で治療の確実性を上げる事が出来る事、湾曲根管やパーフォレーション等、様々な困難な状況に対処するためにNiTi ファイルやMTA セメントが有効である事を、先生が所属されるマイクロスコープ特診外来に寄せられる難症例を交えながらお示しいたきました。

今回の御講演に際して、辻本先生の働きかけによりMANI 社からは穿通時に役立つDファイnder、ガイドファイnder、クラーク社からはMTA マルチシーラーの提供があったため、知識だけでなく講演内容の一端に明日から触れるような「お土産」をもって帰る事の出来る講演会となったように思います。

また、質疑応答の場面では講演時には大きくは触れられていなかった辻本先生開発の器具についての質問もあり、この日この時だからこそこの講師の先生とのやり取りが繰り広げられた事も印象的でした。

今回の講習会では、根管治療を難しくする要因、先端的な治療でここまで治すことが出来るという事例について知ることができました。

そこから振り返って、明日からの根管治療に潜む難しさを意識し、自院の体制や設備と照らし合せ、どこまでを自らが積極的に治療し、どこからを難症例として時に紹介なども検討しつつ慎重に接すべきなのか？どのような選択が患者利益となるのか？この点を突き詰めて考える良い機会を頂いたように思います。



今回私の母校の恩師を招いての講習会となりました事は、入会2年目の弱輩の私としては身に余る喜びでした。講演を御快諾下さった講師の辻本恭久先生、受け入れて下さった歯科医師会の執行部の先生方、未熟な私に様々御指導、フォローをして下さった生涯研修委員会理事の飯島達郎先生に感謝を申し上げて、本稿の締めくくりとさせていただきます。



辻本教授と、講習会に携わっていただいた先生方

口腔がん検診

富津市口腔がん検診

地域保健委員会担当理事／勝呂 泰樹

令和6年8月8日（木）9時30分より富津市役所にて、富津市口腔がん検診が実施されました。



2次検診医は、千葉大学附属病院から鶴澤教授、伊豫田先生、君津中央病院から神津先生にご協力していただきました。

今回は人数を100名で検診を行いました。感染防止対策は去年と同じく緩くし検温やフェイスシールドを廃止しました。

また、2次検診の待合席では説明用DVDを使用しました。キャンセルが少なく時間通りいらっしゃる受診者が多かったため、概ねスムーズな進行ができたと思います。

当日は98名の受診者が検診を受けられて5名の方を君津中央病院へ精査依頼で紹介状をお渡ししました。

今後も口腔がんの早期発見・早期治療につなげ、生涯にわたる口腔の健康の保持と健康寿命の延伸を図っていきたいと思います。



木更津市口腔がん検診

地域保健委員会担当理事／勝呂 泰樹

令和6年9月19日（木）9時30分より木更津市保健相談センター健診室にて、木更津市口腔がん検診が実施されました。



2次検診医は、千葉大学附属病院から鶴澤教授、伊豫田先生、君津中央病院から神津先生にご協力していただきました。

今回は募集人数を120名（前回と同様）とし、1次検診医6名、2次検診医3名のダブルチェック方式の検診を行いました。

また、口腔がん検診の中で行う健康教室（口腔がん、口腔粘膜病変についての講習）も昨年度と同様にDVDを使用し、受診者の皆様に受講していただきました。

木更津市の口腔がん検診の会場は他と比べると、狭いため会場設置の難しさはありますが、誘導に距離がないため、誘導がスムーズに行える利点があると感じました。木更津市も建てかえ工事を行う予定になっていますが、検診がやりやすい会場ができることを祈っています。

当日は120名の受診者が検診を受けられて6名の方を君津中央病院へ精査依頼で紹介状をお渡ししました。

今後も口腔がんの早期発見・早期治療につなげ、生涯にわたる口腔の健康の保持と健康寿命の延伸を図っていききたいと思います。



袖ヶ浦市口腔がん検診

地域保健委員会担当理事／勝呂 泰樹

令和6年10月24日(木)9時30分より、根形公民館にて袖ヶ浦市口腔がん検診が行われました。



募集人数は220名で、受診者は178名でした。

現在、袖ヶ浦市役所の建物は改修工事とのことで、この4年間は根形公民館の体育館を検診会場として開催されてきました。検診会場としてのスペースは広く、レイアウトもしやすい環境でした。受診者人数も、富津市、木更津市より多いため、検診医の人数も増やして対応しております。2次検診医は、千葉大学附属病院から鶴澤教授、伊豫田先生、そして今回は笠松准教授の3名と君津中央病院から神津先生にご協力していただきました。

またこの検診により、9名の粘膜病変の異常が見つかり、精密検査を受けることになっています。早期発見、早期治療が大事な粘膜病変の疾患に対し、この検診の大事さと必要性があることを実感いたしました。

君津木更津歯科医師会のこの口腔がん検診事業は、集団検診として定着してきました。今年年に3回行うようになり、沢山のの人に知れわたるようになりました。会員の皆様にも是非参加協力をしていただきたいと思います。この口腔がん検診とかかりつけ歯科医と君津中央病院または千葉大学附属病院の橋渡しの活動が多くの方の市民の助けとなることを願っています。



社保小勉強会

社会保険担当理事／松葉 亨

令和6年10月26日（土）、19時30分より医歯薬会館3階にて社保小勉強会を開催しました。



千葉県歯科医師会 社会保険委員会委員長
上田慎也先生

今回は県歯社保の上田慎也委員長に来ていただきました。例年新年会と同時に開催する社保講習会に県歯社保担当理事をお呼びしお話して頂いていますので、内容が少しでも被らないように事前に日頃の疑問点、質問を募集しそれに関するものを盛り込んでお話頂きました。その他、指導に関してや間違いの多い請求、また今回の改定のポイントでもある施設基準に関してお話を伺うことができました。

指導に関してですがコロナ禍の影響でなくなっていた高点数による指導が始まったようです。が、最近の傾向では内部告発によるものが多いそうなので自院のスタッフとは良い関係を築いておいたほうがよさそうです。

今回の改定での増点のポイントとなる口腔管理体制強化加算（口管強）についても施設基準に関して、また算定することのメリットをお話して頂きました。例えば口管強加算48点を算定するとエナメル質初期う蝕でF局100点、歯清72点が毎月算定可能です。また根0病名でも歯清72点が毎月算定可能になります。施設基準に関して緩和されたようなので是非算定して増点につなげたいところです。その他、増点につながる内容が多く参加されていた先生方も熱心に受講されていました。

最後にご助言、お手伝い頂いた須藤先生、河野先生にこの場を借りて御礼申し上げます。



上田委員長と、勉強会に携わっていただいた先生方

令和6年度 第2回生涯研修講習会

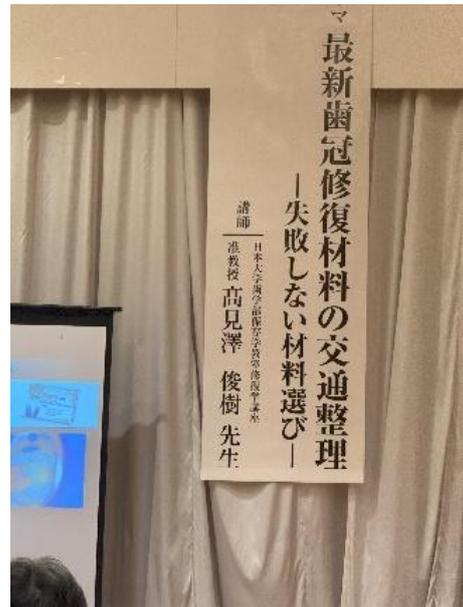
生涯研修委員／船江 芽

令和6年12月7日（土）15時半より、東京ベイプラザホテルにて第2回生涯研修講習会が開催されました。

講師に日本大学歯学部保存学教室修復学講座 准教授 高見澤俊樹先生をお招きし、演題【最新歯冠修復材料の交通整理－失敗しない材料選び－】についてお話を頂きました。



高見澤俊樹 准教授



近年、脱メタル修復が加速することによって歯冠修復処置に必要な周辺材料は様々な観点から開発が進められています。

最新の歯冠修復材料について知見を紹介して頂き、直接法および間接法修復時にこれらの材料を用いた際の勘所について講演頂きました。

○充填材料の進歩

- ・フロアブルレジンは裏層用コンポジットレジンとして使われることが多かったが咬合負担域でも対応ができるように開発が進んできていて商品によっては付形性の高いフロアブルレジンも出てきている。(Gracefil Flow 等)
- ・深在的齲蝕に対し硬化深度が深くなるほどに重合率は低下するがこれを改善させるために硬化深度4mm程度硬化するバルクフィルコンポジットレジンについて
- ・成分に機能性モノマーを含有することで歯面処理の必要がない自己接着性コンポジットレジンについて

・レイヤリングテクニックを必要としないユニバーサルシェードコンポジットレジンについて

○接着材料の進歩

・優れた接着システムとは？

・リン酸エッチングは初期接着及び接着耐久性の向上に有効である。未切削エナメル質にはリン酸エッチングを併用あるいは無小柱エナメル質の削除が望ましい。

○象牙質接着

・3-5秒程度のリン酸エッチング、アクティブ処理は象牙質接着性を向上させる。

・ユニバーサルアドヒーズは冷蔵庫保管が好ましい。

○間接修復物への歯質接着

歯質のプライミング+自己接着性レジンセメント

・プライマー及びセメントへの光照射が象牙質接着強さに及ぼす影響について

・アルミナブラストの影響

・ジルコニアクラウン APC コンセプトによる接着

接着修復材料のユニバーサル化がもたらすものとして接着操作の簡便化や接着操作時間の短縮、多機能性、材料管理の容易化など様々な利益を提供するものの症例の見極めや材料に対する知識、適切な使用方法が必要とされることを認識しました。

最新の歯冠修復材料についても知識を深めることができ、今後の診療に生かしていただきたいと思えます。

またお忙しい中、講演会にご協力頂きました事を感謝いたします。



敬老会・祝賀会並びに忘年会

特殊歯科担当委員長／山口 雅史

令和6年12月7日（土）18時より東京ベイプラザホテルにて敬老・祝賀・忘年会が開催されました。今年もテーブル着席形式で行われ参加者の先生は41名（敬老の対象人数39名中、4名の先生が出席）、来賓の方々は4名で私山口が司会をしました。

はじめに、千葉県歯科医師会から10名の表彰を受けられた先生方の紹介をさせていただき、受賞された先生方を代表して、渡邊和彦先生より挨拶を頂戴いたしました。誠にありがとうございます。

鈴木 好之 先生	千葉県教育委員会 学校教育功労者
藤井 一夫 先生	千葉県教育委員会 千葉県教育功労者(学校保健の部)
柳澤 光治 先生	国保功労 国保連合会理事長表彰
河野 礼由公 先生	国保功労 国保連合会理事長表彰
山田 晃 先生	日本学校歯科医会会長表彰
平川 恵敏 先生	日本学校歯科医会会長表彰
山口 延善 先生	日本学校歯科医会会長表彰
高橋 晃 先生	令和6年度千葉県知事表彰(口腔保健事業功労者) 学校保健教育功労(千葉県教育長から表彰)
渡邊 和彦 先生	学校保健教育功労(千葉県教育長から表彰)



次に、古谷会長の挨拶に続き、来賓者紹介(千葉県歯科医師会 新井康仁副会長、千葉県歯科医師連盟 秋山行弘副会長、千葉県歯科医師国民健康保険組合 山口誠一郎理事長、衆議院議員 浜田靖一様の4名)の先生方より挨拶を頂戴いたしました。



千葉県歯科医師会
新井康仁副会長



千葉県歯科医師連盟
秋山行弘副会長



千葉県歯科医師国保組合
山口誠一郎理事長



衆議院議員
浜田靖一代議士

鎌田誠先生の乾杯から歓談となり、久々に制約のないコロナ禍前の飲み会のような雰囲気でお酒と料理を頂きながら楽しい時間を過ごすことができました。

2時間はあっという間に過ぎ、最後まであちこちで楽しく盛り上がった様子が見られました。また来年以降も、是非皆様お誘い合わせの上、ご参加ください。



ボウリング大会 in 富津スターレーン

令和6年7月24日（水）、会員、スタッフ、家族56名の参加をして頂き、大変楽しい時間を皆さんで過ごさせて頂いた。19時15分に古谷会長の始球式で2ゲームの真剣な戦いが始まる。

あちこちで歓声が上り皆んな大喜びである。

Tシャツを揃えて臨んだ砂川チーム、準優勝で残念でしたが、やり切った笑顔が眩しかったぜ。来年はチャンピオンだぞ。

竜佑宗、昨年の個人チャンピオンを率いた中村チームは第3位、来年は絶対優勝してくれよな。

呼び方は悪いが鎌田兄弟チームに古谷会長と高野先生を加えた寄せ集めチームがぶっちぎりで優勝を掴んでいきました。鎌田弘毅、弟がいつも高スコアを出していたのですが、今回は鎌田誠、兄が個人チャンピオンのスコアを出し優勝に輝きました。大したものである。

そして驚いたのは石井チーム。石井夫婦に小学生の子供で戦い、3位に平均点で1点まで離れない4位。実に惜しかった。本当に驚きました。パパがマジ上手。来年は上を目指せ。

初めて参加して下さった山田チーム。小学生の息子と親子3人で頑張ってくださり、有難うございました。来年も是非楽しみにいらして下さい。

最下位でしたが飯島チームは、小学生の息子2人が頑張っていました。来年は上位を目指して欲しいぞ、頑張れ。

お弁当も美味しくてビックリ。冷たいお茶も良かったぜ。子供達が古谷会長とジャンケンで勝った子から野菜を1つ全員が頂き、大喜びしていた。やはりジャンケン大会は良いね。

本当に楽しかったぞ。来年もボウリング大会頑張ってやらせていただきます。

渡邊 和彦 記





芝楽苦会ゴルフコンペ

令和6年9月12日(木) 姉ヶ崎カントリー倶楽部にて芝楽苦会ゴルフコンペが開催されました。残暑というよりも酷暑の中、熱中症対策を万全に行いながらのプレーとなりました。

そんな中一番若手の須藤選手が暑さを忘れるぐらいの爽快なプレーで見事優勝となりました。(若手と言っても60オーバーですからね)

会員の皆様是非とも気楽に参加してゴルフを楽しみましょう！

順位	名前	OUT	IN	GROSS	HDCP	NET
優勝	須藤 正明	48	53	101	30.4	70.6
2位	市川 昇	47	46	93	16.0	77.0
3位	細井 系太郎	48	47	95	17.6	77.4
B.G	出口 晃	45	46	91		

須藤 正明 記



安房歯科医師会主催 三郡市ゴルフコンペ

令和6年7月4日（木）、上総モナークカントリークラブにて安房歯科医師会が幹事として、三郡市ゴルフコンペが開催されました。梅雨の蒸し暑い日でしたが、皆様熱中症対策をしながらのプレーでした。昨年同様に安房の幹事さんが提案した「オネストジョン」という競技（正直者のジョンという意味です）でコンペが行われ、競技としてはゴルフ前に自分のゴルフスコアを申告してそのスコアに近い選手が優勝となります。申告より少ない場合は1打ごとに+1、多い場合は1打ごとに+2です。同スコアの場合はグロススコアが上位優先です。

今回はゴルフに対しても正直な当郡市の三枝先生が見事優勝されました。

以下その結果です。

順位	名前	OUT	IN	GROSS	申告スコア	競技スコア
優勝	三枝富司夫	50	56	106	106	0
2位	小泉一明	55	53	108	108	0
3位	渡部聡明	46	47	93	94	+1
B.G	渡辺哲宏	41	40	81		

須藤 正明 記



市原歯科医師会主催 三郡市ゴルフコンペ

令和6年10月7日（木）3郡市コンペに参加してきました。今回は市原の主催で富士市原ゴルフクラブにて行われました。

君津木更津歯科医師会からは私一人だけの参加となりました。寂しい限りです。お天気とメンバーには恵まれましたがスコアは振るわずですが、ラッキーで三位に入賞できました

芝楽苦会も最近は参加者が減ってきていて寂しい限りです。みなさまお誘い合わせの上是非是非ご参加ください！

順位	名前	OUT	IN	GROSS
優勝	渡辺 哲広	4 1	4 5	8 6
2位	時田 直人	4 6	4 6	9 4
3位	中村 武仁	5 2	4 8	1 0 0
B.G	渡辺 哲広	4 1	4 5	8 6

中村 武仁 記



会員研修旅行

特殊歯科担当理事／鈴木 達也

平成30年の会員研修旅行を最後に、6年ぶりに会員研修旅行に行くことができました。

令和6年10月13日（日）～15日（火）の2泊3日、神戸・高松へ会員13名により行って参りました。天候にも恵まれ、日程どおり観光を行うことができました。

初日は、早朝より羽田空港へ集合し、空路で大阪国際空港へ。現地では、先乗りしてた高野先生が出迎えてくれました。その後、バスにて阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センターに行き、自然災害の恐怖や備え等を改めて学びました。昼食後、神戸海洋博物館川崎ワールド、ポートタワーを見学し、夕食には鉄板焼きで神戸牛を堪能いたしました。

翌日、バスにて徳島経由で香川県高松を目指しました。途中、伊弉諾神宮^{いぎなまじんぐう}、大塚国際美術館に立ち寄り、昼食後にうずしお観潮船に乗船し、至近距離で鳴門のうず潮を見ました。

その後、高松に到着後夕食には料亭の二蝶へ。歯科医師会の宴会部長こと中村武仁先生も合流し、その日も楽しく皆様と交流を深めました。

最終日は栗林公園^{りつりんこうえん}を散策し、ケーブルカーに乗り八栗寺へ、昼食に讃岐うどんに舌鼓をうち、田村神社を参拝し、高松空港から帰路へつきました。

久しぶりの会員研修旅行となった今回ですが、普段の診療や会務で多忙な先生達と貴重な一時を過ごすことができ、非常に楽しかったです。

いつも忙しく中々会の集まりにも参加できない先生方も、是非1度旅行に参加してみてください。間違いなく楽しい時間を過ごせると思います。







麻雀大会

令和6年11月11日(水)今年も無事に麻雀大会が開催されました。皆んな喜んでくださり参加して下さった皆様に感謝申し上げます。

12名の参加者を集めたかったのですが、8名で少ないですがスタートさせて頂きました。

昨年度の優勝者、末吉先生はMリーグに参加されている様で、プロの方達と卓を囲み腕を磨いているようです。今年も水野先生、末吉先生は優勝候補と思われます。

一回戦が定刻になりスタートしました。水野先生は良いスタートでしたが末吉先生はスタートダッシュに失敗してしまい、下位からの二回戦になりました。砂川先生もトップでAグループに進みました。

二回戦で山口先生がトップグループへ、そして砂川先生は二回戦でも首位を守り、最終戦にそつなくポイントを稼いだ砂川先生が映えある優勝に輝きました。水野先生は二回戦、三回戦と冴えなく5位でした。末吉先生も三回戦は冴えなく7位でしたが、どうもBB賞狙いだった様です。

結果は以下の通りです。

- 優勝 砂川
- 2位 山口
- 3位 平塚
- 4位 細井
- 5位 水野
- 6位 佐久間
- 7位 末吉
- 8位 中村

順位	氏名	1回戦	2回戦	3回戦	合計
1	砂川	5/10	5/10	5/10	15/30
2	山口	5/10	5/10	5/10	15/30
3	平塚	5/10	5/10	5/10	15/30
4	細井	5/10	5/10	5/10	15/30
5	水野	5/10	5/10	5/10	15/30
6	佐久間	5/10	5/10	5/10	15/30
7	末吉	5/10	5/10	5/10	15/30
8	中村	5/10	5/10	5/10	15/30

お疲れ様でした。来年も楽しい麻雀大会を開催します。麻雀中は禁煙に協力して頂きありがとうございます。また雀荘潮見のママさん、年一回しか利用させて頂かないのに優しくして頂き感謝しています。鈴木担当理事、最後までお付き合い頂きありがとうございました。そして参加して頂いた皆様、また来年楽しみましょう。

渡邊 和彦 記





理事会報告

令和6年度第4回理事会

令和6年7月3日(水) 19:30~

東京ベイプラザホテル

- 一. 開会 熊切副会長
二. 会長挨拶 古谷会長
三. 報告
- ① 6/5(水) 第1回生涯研修委員会(四季味宴席たく) 19:00~21:00 12名出席 飯島理事
② 6/7(金) 君津地域リハビリテーション連絡協議会(君津中央病院) 欠席 古谷会長
③ 6/13(木) 木更津市高齢者虐待防止ネットワーク(木更津市役所) 15:30~ 成川監事
④ 6/19(水) 第1回君津市在宅医療・介護連携推進協議会(君津市保健福祉センター) 欠席 神副会長
⑤ 6/19(水) 広報調査委員会(さの屋) 19:00~21:00 9名出席 中村理事
⑥ 6/20(木) オンライン防災訓練 13:00~18:00 高浦理事
⑦ 6/20(木) 富津市口腔教室(富津市役所大会議室) 13:30~ 勝呂理事
参加者17名、担当:勝呂、衛生士会1名、富津市衛生士1名
⑧ 6/20(木) 富津市口腔がん検診打合せ(富津市役所) 15:30~ 勝呂理事
⑨ 6/21(金) 地域救急医療協議会総会(木更津市民総合福祉会館) 19:00~19:30 熊切副会長
⑩ 6/25(火) 第1回在宅医療・介護連携推進会議(富津市役所) 18:30~20:00 熊切副会長
⑪ 6/25(火) 木更津市保険医並びに学校保健等関係者懇談会(東京ベイプラザホテル) 古谷会長
19:00~20:00 古谷会長、勝見専務、伏居理事、勝呂理事、玉利理事、松清理事出席
⑫ 6/27(木) 歯科特殊歯科健診(株式会社三愛オブリテック) 9:00~ 受診対象者54名 勝呂理事
⑬ 6/27(木) 木更津市口腔がん検診打合せ(木更津市役所) 15:00~ 勝呂理事
⑭ 6/27(木) 県歯第181回定時代議員会(県歯会館) 10:00~12:40 古谷代議員、神代議員、松清予備代議員
⑮ 6/27(木) 木更津市警察官友の会総会(東京ベイプラザホテル) 欠席 古谷会長
⑯ 6/29(土) 第1回生涯研修講習会(医歯薬会館) 16:30~19:00 34名出席 飯島理事
演題:歯内療法を成功させるための知識・器材・テクニック 講師:辻本 恭久 教授
⑰ 6/30(日) 会報第93号発行 中村理事
- 四. 協議
- ① 新規入会 勝見 吉晴先生(木更津市 かつみ歯科クリニック) 承認について 松清理事
② 健歯児童・生徒審査会について(7月4日 木) 当日の打ち合わせ 今村理事
③ コ・デンタルスタッフセミナー(ボウリング大会)について(7月24日 水) 鈴木理事
④ 富津市口腔がん検診について(8月8日 木) 配置等について 勝呂理事
⑤ 木更津市口腔がん検診について(9月19日 木) 見積もりについて 勝呂理事
⑥ 会員以外の講習会の参加について 5000円から8000円を頂いての参加で検討する 飯島理事
⑦ 第1回生涯研修講習会の反省点について 参加者は当日増える可能性があるので多めに準備する
宿泊の際の領収書は基本いらない 第2回は15時30分から 日大の 高見澤俊樹先生

⑧ その他 中川小と平岡小の検診を青木先生にまとめて行って欲しいと直接打診があった。

五. 閉会

神副会長

令和6年度第5回理事会

令和6年8月3日(土) 19:00~

木更津ワシントンホテル

一. 開会

神副会長

二. 会長挨拶

古谷会長

三. 報告

- ① 7/4(木) 健歯児童・生徒審査会コンクール(君津教育会館) 12:00~16:00 今村理事
生徒102名、保護者と先生97名、スタッフ18名
- ② 7/12(金) 第2回きみつ愛児園摂食嚥下指導 9:30~14:30 伏居理事
指導医:日大松戸 遠藤先生、他6名 園児:個別指導6名
- ③ 7/16(火) 会館運営協議会(田園) 19:00~21:00 古谷会長、神副会長、熊切副会長
- ④ 7/18(木) 富津市自立支援会議(富津市役所) 13:00~14:30 今村理事
- ⑤ 7/18(木) 郡市歯科医師会学術・生涯研修担当者連絡協議会(県歯会館) 14:00~15:10 飯島理事
- ⑥ 7/18(木) 選挙管理委員会(県歯会館) 14:00~16:00 成川監事
- ⑦ 7/20(土) 社保個別勉強会 18:00~20:30 河野委員長同席 松葉理事
- ⑧ 7/24(水) ボウリング大会(富津スターレーン) 19:00~21:00 55名参加 鈴木理事
- ⑨ 7/25(木) 8020運動・口腔保健推進事業 フッ化物洗口普及事業フッ化物洗口推進会議
(県歯会館) 13:00~15:00 今村理事
- ⑩ 7/25(木) 国保組合協議会 14:00~16:00 勝呂理事
- ⑪ 7/26(金) 君津市地域ケア会議(君津市役所) 13:00~15:00 鈴木理事
- ⑫ 7/29(月) 富津市献血推進協議会(富津市役所) 14:00~ 欠席 飯島理事
- ⑬ 7/30(火) 要望書提出(君津市役所7階市長室) 12:50~13:00 古谷会長、神副会長
「障がい者・障がい児に特化した歯科治療施設の整備」
- ⑭ 7/31(水) 第2回国保事業運営協議会(第3委員会室) 14:00~ 欠席 熊切副会長

四. 協議

- ① 富津市口腔がん検診について 8/8(木) 当日の流れについて 勝呂理事
- ② 木更津市口腔がん検診について 9/19(木) 当日の流れについて
- ③ 会員研修旅行について 現状11名 15名で予算を組んで 鈴木理事
- ④ 外部の講師や検診医等の報酬および委託費の支払いについて 勝見先生
- ⑤ その他

五. 閉会

熊切副会長

令和6年度第6回理事会

令和6年9月4日(水) 19:30～

東京ベイプラザホテル

- | | |
|---|-------|
| 一. 開会 | 熊切副会長 |
| 二. 会長挨拶 | 古谷会長 |
| 三. 報告 | |
| ① 8/5(火) 木更津市食育推進協議会(駅前庁舎) 14:00～16:00 | 古谷会長 |
| ② 8/6(水) 第1回君津地域保健医療連携・地域医療構想調整会議
(君津健康福祉センター3階大会議室) 19:00～21:00 | 古谷会長 |
| ③ 8/8(木) 富津市口腔がん検診(富津市役所大会議室) 9:30～12:00 受診者数98名
検診医・協力医:千葉大2名、君津中央病院1名、会員16名の計19名 | 勝呂理事 |
| ④ 8/8(木) 第2回富津市介護保険運営協議会(富津市役所) 10:00～ 欠席 | 熊切副会長 |
| ⑤ 8/20(火) 第2回富津市健康づくり推進協議会(富津市役所) 14:00～ 欠席 | 熊切副会長 |
| ⑥ 8/22(木) 木更津市在宅医療・介護連携推進協議会(木更津市総合福祉会館) 19:00～ | 勝呂理事 |
| ⑦ 8/23(金) 君津市子どもを守るネットワーク代表者会議(君津市役所) 13:20～14:20 | 神副会長 |
| ⑧ 8/29(木) 袖ヶ浦市口腔がん検診打合せ(袖ヶ浦市保健センター) 10:00～ 委員長同席 | 勝呂理事 |
| ⑨ 8/29(木) 選挙管理委員会(県歯会館) 10:00～11:30 | 成川監事 |
| ⑩ 8/29(木) 第1回どんぐりの郷撰食嚙下指導 11:00～17:00
指導医:千葉県歯科医師会 堀角先生、他5名 入所者:個別指導16名 | 伏居理事 |
| 四. 協議 | |
| ① 木更津市口腔がん検診について(9月19日 木) 参加メンバー等 打ち合わせ | 勝呂理事 |
| ② 袖ヶ浦市口腔がん検診について(10月24日 木) 当日のメンバー打ち合わせ | 勝呂理事 |
| ③ 社保小勉強会について(10月26日 土) 上田先生を招いて行う 委員会も | 松葉理事 |
| ④ 年末年始休日診療について 担当医決定 院外処方について 順番について | 高浦理事 |
| ⑤ 9月の富津市長選挙推薦依頼の件について 歯科医師会として公認する | 熊切理事 |
| ⑥ 行事予定について | |
| ⑦ その他 | |
| 五. 閉会 | 神副会長 |

令和6年度第7回理事会

令和6年10月5日(土) 19:30~

医歯薬会館1階会議室

- | | |
|--|-------|
| 一. 開会 | 神副会長 |
| 二. 会長挨拶 | 古谷会長 |
| 三. 報告 | |
| ① 9/13(金) 第3回きみつ愛児園摂食嚥下指導 9:30~15:30 | 伏居理事 |
| 指導医: 日大松戸 野本先生、他5名 園児: 個別指導11名 | |
| ② 9/13(金) 第3回個別地域ケア会議〔自立支援型〕(君津市役所) 13:00~14:30 | 神副会長 |
| ③ 9/16(月) 富津市長選挙に伴い高橋恭市候補選挙事務所に陣中見舞い 9:00~9:20 | 熊切副会長 |
| 砂川先生、古谷会長、神副会長と同行 | |
| ④ 9/19(木) 木更津市口腔がん検診(保健相談センター健診室) 9:30~ 受診者数120名 | 勝呂理事 |
| 検診医・協力医: 千葉大2名、君津中央病院1名、会員16名の計19名 | 玉利理事 |
| 警察歯科交流会 金田地域交流センター 14:00~16:00 参加者5名 | |
| ⑤ 9/26(木) 地域医療支援病院委員会(君津中央病院4階講堂) 19:00~20:30 | 古谷会長 |
| ⑥ 9/26(木) 第1回君津市介護保険運営協議会(君津市役所) 19:00~21:00 | 神副会長 |
| ⑦ 9/26(木) 木更津市在宅医療・介護連携部会(木更津市総合福祉会館) 19:00~ | 勝呂理事 |
| ⑧ 10/3(木) 第2回どんぐりの郷摂食嚥下指導 11:00~16:30 | 伏居理事 |
| 指導医: 千葉県歯科医師会 鈴木真子先生、他9名 入所者: 個別指導17名 | |
| 四. 協議 | |
| ① 袖ヶ浦市口腔がん検診について(10月24日 木) 当日の配置など | 勝呂理事 |
| ② 社保小勉強会について(10月26日 土) 打ち上げの話など | 松葉理事 |
| ③ 第2回生涯研修講習会について(12月7日 土) ドクターの詳細 委員会など | 飯島理事 |
| ④ 敬老会・祝賀会並びに忘年会について(12月7日 土) 来賓の先生や余興など | 鈴木理事 |
| ⑤ 年末年始休日診療について 詳細について | 高浦理事 |
| ⑥ 障がい児(者)歯科診療施設設立について 個人の診療所でどうですかとの事だが厳しい | 神副会長 |
| ⑦ 麻雀大会 11月13日 旅行の詳細 | 鈴木理事 |
| 五. 閉会 | 熊切副会長 |

令和6年度第8回理事会

令和6年11月6日(水) 19:30～

東京ベイプラザホテル

- | | |
|--|-------|
| 一. 開会 | 熊切副会長 |
| 二. 会長挨拶 | 古谷会長 |
| 三. 報告 | |
| ① 10/9(水) 社会保険委員会(房総旬彩 いち吉) 19:00～21:00 9名出席 | 松葉理事 |
| ② 10/13(日)～15(火) 会員研修旅行 神戸～高松2泊3日 参加人数13名 | 鈴木理事 |
| ③ 10/17(木) 特別社保講習会(県歯会館) 10:00～11:30 松葉理事同席 | 古谷会長 |
| ④ 10/17(木) 郡市社会保険担当事連絡協議会(県歯会館) 13:00～16:00 | 松葉理事 |
| ⑤ 10/24(木) 袖ヶ浦市口腔がん検診(袖ヶ浦市根形公民館) 9:30～ 受診者数 178名
検診医・協力医:千葉大3名、君津中央病院1名、会員26名の計30名 | 勝呂理事 |
| ⑥ 10/26(土) 社保小勉強会(医歯薬会館3階大教室) 18:00～19:30 29名出席 | 松葉理事 |
| ⑦ 10/30(水) 木更津市多職種連携研修会(木更津市民会館中ホール) 19:00～21:00
古谷会長 成川先生 長谷部先生 伏居先生 松清先生 勝呂先生 計6名 | 勝呂理事 |
| ⑧ 11/1(金) 君津健康福祉センター運営協議会(君津健康福祉センター) 14:00～15:30 | 古谷会長 |
| 四. 協議 | |
| ① 第2回生涯研修講習会について(12月7日 土) 出席の取り方について | 飯島理事 |
| ② 敬老会・祝賀会並びに忘年会について(12月7日 土) 表彰者の確認 | 鈴木理事 |
| ③ 社保講習会・新年会について(1月18日 土) 講習会16時～ 新年会18時～ | 松葉理事 |
| ④ 会報94号について 会報の原稿依頼について | 勝見専務 |
| ⑤ 年末年始休日診療について 当番医の確認 休日加算の取り方について | 高浦理事 |
| ⑥ 口腔がん検診について
リクライニングチェアの使用感についてと今後の活用について 消耗品の在庫管理について | 勝呂理事 |
| ⑦ その他
講習会講師に後日質問がある場合は担当理事をなどに一度確認してから。 | 松葉理事 |
| 五. 閉会 | 神副会長 |

令和6年度第9回理事会

令和6年12月4日(水) 19:30~

医歯薬会館1階会議室

- | | |
|---|-------|
| 一. 開会 | 神副会長 |
| 二. 会長挨拶 | 古谷会長 |
| 三. 報告 | |
| ① 11/7(木) 木更津看護学院継灯式(会館3階大教室) 13:30~15:00 | 古谷会長 |
| ② 11/8(金) 第2回君津市国民健康保険運営協議会(君津市役所) 14:00~ 欠席 | 神副会長 |
| ③ 11/10(日) 第21回千葉県歯科医学大会(京成ホテルミラマーレ) 9:00~16:00 | 飯島理事 |
| ④ 11/13(水) 君津市在宅医療・介護連携推進多職種研修会(君津市生涯学習交流センター) 神副会長
18:30~20:00 演題「在宅医療・介護現場における暴力・ハラスメント防止について」 | 神副会長 |
| ⑤ 11/13(水) 麻雀大会(雀荘潮見) 19:00~ 9名参加 優勝者:砂川直俊先生 | 鈴木理事 |
| ⑥ 11/16(土) 第2回生涯研修委員会(開花屋) 19:00~21:00 12名出席 | 飯島理事 |
| ⑦ 11/21(木) 富津市自立支援のための地域ケア会議(富津市役所) 13:00~14:00 | 飯島理事 |
| ⑧ 11/21(木) 障がい福祉委員会(日本料理たかはし) 19:00~21:00 9名出席
招待参加者:野本先生、君津中央病院(作業療法士)、愛児園職員 | 伏居理事 |
| ⑨ 11/22(金) 第3回君津愛児園摂食嚥下指導 9:30~14:30
指導医:日大松戸 野本先生、他6名 園児:個別指導11名 | 伏居理事 |
| ⑩ 11/22(金) 第4回富津市介護保険運営協議会 書面開催 | 熊切副会長 |
| ⑪ 11/28(木) 警察歯科医会研修会(県歯会館) 13:15~17:00 欠席 | 高浦理事 |
| ⑫ 11/21(木) 第8回君津木更津地区ケアマネージャー連絡協議大会
第8回君津包括支援センター連絡協議大会 合同大会
(東京ベイプラザホテル) 19:00~20:30 | 松清理事 |
| 四. 協議 | |
| ① 第2回生涯研修講習会について(12月7日土) 当日の流れの確認 | 飯島理事 |
| ② 敬老会・祝賀会並びに忘年会について(12月7日土) 席次の確認 | 鈴木理事 |
| ③ 社保講習会・新年会について(1月18日土) ペーパーレスにして資料の配布をしない | 松葉理事 |
| ④ 第22回臨時総会について(3月22日土) 会長予備選挙について | 松清理事 |
| ⑤ 医療管理講習会について まだ講師が決まっていない 候補について | 高浦理事 |
| ⑥ 高齢者の良い歯のコンクール、親と子の良い歯のコンクールの開催日について
5月15、22辺りで考える その前に理事会を | |
| ⑦ 会員研修旅行について | 松清先生 |
| ⑧ 富津市口腔教室の資料について | 勝呂先生 |
| 五. 閉会 | 熊切副会長 |

当会では毎年、新千葉新聞へ新年のご挨拶を掲載しております。

令和7年は1月6日発行です。

謹賀新年

一般社団法人
君津木更津歯科医師会

- ◎木更津市
 - 安達歯科医院
 - 天野歯科医院
 - ありしま矯正歯科
 - グリーン歯科
 - 伊草歯科医院
 - 清見台いし歯科
 - 石村歯科医院
 - 厚緑メデイカルクリニック
 - 厚緑メデイカル第2クリニック
 - 磯貝歯科医院
 - 市川歯科医院
 - 今井矯正歯科クリニック
 - 大塚歯科医院
 - 大津歯科医院
 - 羽島野歯科クリニック
 - 細沢南歯科クリニック
 - 風空歯科
 - かつみ歯科クリニック
 - けんもつ歯科医院
 - 小竹歯科医院
 - こうの・デンタルクリニック
 - さくら歯科クリニック
 - すえよしデンタルクリニック
 - 勝呂歯科医院
 - 万年橋歯科医院
 - 大和歯科医院
 - 玄々堂歯科医院
 - 清見台歯科医院
 - 須藤歯科医院
 - 瀬戸歯科医院
 - 高野歯科医院
 - プレミアムデンタルクリニック
 - あきよし歯科医院
 - かずさ歯科クリニック
 - アクア歯科医院
 - なるかわ歯科医院
 - 木更津さくら歯科
 - 長谷部歯科医院
 - 平塚歯科医院
 - 八幡台歯科医院
 - ふし歯科医院
 - ふるや歯科医院
 - 細井歯科医院
 - 松浦歯科医院
 - 水野歯科医院
 - 善輪歯科クリニック
 - 真舟中央歯科医院
 - 太田歯科診療所
 - 山口歯科医院
 - やましデンタルクリニック
 - やましデンタルクリニック金田
 - 鍛冶口歯科医院
 - 渡辺歯科医院
 - 君津中央病院
- ◎君津市
 - 大隅歯科医院
 - おぼの歯科医院
- ◎富津市
 - 飯島歯科医院
 - ひかる歯科
 - 今村歯科医院
 - 熊切歯科医院
 - 三枝歯科クリニック
 - しづ歯科医院
 - よしみ歯科クリニック
 - 白井歯科医院
 - なかじま歯科
 - 長嶋歯科医院
 - 間瀬デンタルクリニック
 - 水町歯科医院
 - 天羽歯科医院
 - やながわ歯科医院
 - いわせ歯科
- ◎袖ヶ浦市
 - かんのう歯科クリニック
 - アイ・ティ・デンタルクリニック
 - 加藤歯科医院
 - 藤波歯科医院
 - みき歯科
 - 近藤歯科クリニック
 - 袖ヶ浦歯科医院
 - 袖ヶ浦駅前まるやま歯科(ども歯科)
 - さつき歯科診療所
 - のぞみ野歯科医院
 - 高浦歯科医院
 - 中村歯科医院
 - ハナザワ歯科クリニック
 - ホームデンタルクリニック
 - 麦野歯科医院
 - やまぐち歯科
 - 長浦マリン歯科
 - 和田歯科医院

新入会員紹介



かつみ よしはる
勝見 吉晴 先生（木更津市）

かつみ歯科クリニック

〒292-0009 千葉県木更津市金田東 1-13-32

☎ 0438-38-5071 FAX0438-38-5072

この度入会いたしました勝見吉晴と申します。

出身は君津市で東京歯科大学を卒業後、同大学口腔病態外科学講座で研鑽を積みました。

日本口腔外科学会の認定医を取得後、都内歯科医院で7年ほど勤め、この度木更津市金田に歯科医院を開設いたしました。若輩ながら地域に根付いた歯科医療を提供したいと考えておりますので、皆様ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

会員の動向

閉院

磯貝歯科医院（木更津市） 令和6年12月31日付 磯貝隆久先生

編集後記

広報調査担当理事／中村 武仁

フルマラソン 私にとっては無縁のもの。数年前まではそう思っていました。

年齢がどんどん上がっていくにつれて、同級生の中でも加齢に抗って運動を始めて健康的なスタイルを維持している人。そんなことは気にせず生活してどんどん体重も増えていく人、ちらほら亡くなっていく人も出始めていくそんな年齢に私もなっている中で、意識の高い友人から旅行がてらに那覇でのフルマラソンに参加してみないかと誘われたのが2017年でした。もともと運動は多少していたのでまあ遊びで出してみようと思って参加しましたが、結果は5時間30分。ろくに練習もしないでの参加でしたので、途中は歩いたりサーターアンダギーを食べながらなんとか完走できました。ただそこでの悔しさが残り、練習して翌年も参加しましたが4時間30分。那覇マラソンは12月とはいえ気温も暑くかなり過酷なレースということもありなかなかタイムも出づらいのですが、そんな同い年の友人は4時間5分でゴールしたのにかなり悔しがっていたのです。理由は4時間を切れなかったからなのですが、その時にサブ4といういわゆる4時間を切る事がランナーのステータスであることを知りました。

サブ4はランナーの中でも20%しかいないそうです。どうせ走るなら私もサブ4を出したいと思い那覇マラソンでサブ4という目標が私にできました。そんな中地元でもフルマラソンの大会があることを知り、2年前にアクアラインマラソンにも参加しました。この時は大分準備したものの直前に転んで怪我をしてしまい最後の練習や調整がうまくいかず、4時間10分というかなり惜しい記録でした。走った方はわかると思うのですが30キロ過ぎてからがフルマラソンと言われるくらい、最後がキツイんです。しかもアクアラインマラソンはそのあたりからほたる野の坂と清見台の坂があって、たくさんのランナーが歩いてしまったり足が攣ったりでゴロゴロしています。私も同じように足が攣り歩いてしまいました。

そして今年。そんな悔しい経験があったので今回は家の周りのほたる野の坂、清見台の坂を中心に走り下半身の筋トレも充分に行い、かなりの手応えで臨みました。その成果が出て見事サブ4達成！3時間55分という記録で、一度も歩くことなく無事に完走する事ができました。



今私は47歳ですがこの年齢になっても成長を感じることができましたし、コツコツ積み重ねて成果がでるといふ楽しみ。そして夜もぐっすり寝られるし、体力もつき、だらしなかったお腹も少しずつ引込んできました。目標を持って挑み、結果も出て健康的な体も手に入るとは良いことだらけですよね。いつまで続くかはわかりませんが飽きるまでは私の生活の中にマラソンを組み込んで健康的な生活ができるようにしていきたいと思います。

次の目標は那覇マラソンでサブ4が出せるように頑張りたいと思います。歯科医師会でもフルマラソンを走る先生が他にもいらっしゃるの、マラソン部を立ち上げて日本中のマラソン大会に遠征に行きましょう！ご希望の先生がいらっしゃいましたら是非お声掛けください。

広報委員会委員の先生方、三役の先生方
皆様いつもありがとうございます！



「メールアドレス」登録のお願い

～君津木更津歯科医師会の情報をあなたのパソコンへ～

ぜひ、ご登録を！

下記のメールアドレスに送信

kkdental@nifty.com

件 名：メールアドレスの件

通信欄：メールアドレスお知らせします。

氏名記載（フルネームでお願いします）



君津木更津歯科医師会事務局 担当：加々見

〒292-0832

木更津市新田3-4-30（医歯薬会館相談室）

TEL 0438（38）5725 FAX 0438（38）5726

（受付 月・水・木10：00～15：00 火・金10：00～12：00）

E-mail：kkdental@nifty.com



みなさまの笑顔とともに 健康づくり 環境づくり

総合健診のご案内

君津健康センターでは、『総合健診』を準備し、皆様のご利用をお待ちしています。

- 予約 随時受付(平日8時30分～17時00分)
- 健診場所 君津健康センター 君津診療所 (受付は2階フロアー)
- 検査内容と料金

種類	検査内容	料金(円)
Aコース	身体計測、診察、血圧、視力検査、胸部X線検査、心電図検査、聴力検査、尿検査、腹部超音波検査、胃部X線検査、肺機能検査、眼底カメラ、大腸がん検査、血液検査(肝機能、腎機能、脂質、血糖、貧血、B型肝炎ウイルス検査)、眼圧検査、ペプシノゲン、腫瘍マーカー(AFP、CEA、CA19-9)、炎症、リウマチ、 ※PSA(男性のみ)、※骨密度(女性のみ)、保健指導、医師による面接指導	56,980
Bコース	上記Aコース検査項目及び、胃内視鏡検査(胃部X線検査は無し) ※胃内視鏡検査で、希望により病理組織検査を実施する場合がございます。 その場合、病理組織検査費用が診療報酬扱いになりますのでご注意ください、	61,435
追加項目	婦人科検診A 乳腺超音波検査+子宮内診 ※女性のみ	10,450
	婦人科検診B 乳房エックス線検査+子宮内診 ※女性のみ	10,780
	喀痰細胞診検査(サコマノ式喀痰検査)	1,760

※他の補助制度(婦人科クーポン券など)を併用した受診はできません。

○千葉県歯科医師国民健康保険組合の補助について

国保組合補助対象者	組合補助金額(円)
第1種組合員(74歳まで)	50,000
35歳～74歳までの第2種組合員及び家族	45,000
35歳未満の第2種組合員及び家族	20,000
備考	
※受診時点で75歳以上の方は組合の補助はありません。	
※組合補助金額は年度内(4月1日～翌年3月31日)の補助金額です。受診時点での年齢補助金額となります。	

料金及び組合補助金額はすべて消費税10%込みの金額です。

○申し込み方法

君津健康センターへTELまたはFAXにてお申し込みください。
担当:事業課(吉田) TEL 0439-55-6811 FAX 0439-55-6813



一般財団法人君津健康センター

君津健康センター 君津診療所

〒299-1141 千葉県君津市君津1番地
お申込み・問い合わせ先 : TEL 0439-55-6811 FAX 0439-55-6813