

カメまんねん



こんにちは、いとう歯科医院の伊藤高史です。冬の買い物で驚くのが野菜の値段。スーパーで夏場は1個80円だったトマトが近所のスーパーで200円超えていました。地球は大丈夫か？と思わず心配してしまいました。いっぽう一抱えほどもある巨大なハクサイが1玉180円とパーゲンみたいな価格になりました。冬の寒さは苦手ですが、冬ならではの食べ物を楽しめます。我が家では2日分とか、まとめて食事を作るので鍋料理が多くなりました。長ネギ、ダイコン、サトイモなど旬の野菜をたっぷり入れると味つけは塩分を控えた野菜のだしが効いて美味しく食べられます。空気が乾燥して力ぜをひきやすくなります。温かい食事でも冬の寒さを乗りきりましょう。

コメは入れない？

このごろ言うことが変わった

「ダイコンいらなーい」娘は箸をつけずにそのまま居間へ行ってしまった。

私も薄々気づいていました。大根の煮物はいくら味つけを工夫しても苦味があることを。栄養も豊富で値段も安い。使いたい食材の筆頭なのですが、それ以来わが家の食事から大根は消えました。

しかしある日、小学校の体験学習で大根掘りをしてきたときのことです。近所の畑で子どもたちが種まきから水やり、雑草取りまでして大切に育ててきました。

「こんなにおつきくなったのよ」

大根を抱えて笑顔の娘は食べる気まんまんです。せっかくだから美味しく作ってあげたい。考えてみたら料理屋などの大根に苦味はありません。何かやり方があるはずですよ。

パソコンで調べるとすぐに情報が見つかりました。方法はシンプルです。苦味をなくするには大根と一緒にお米を入れること。米ぬかの成分で苦味がなくなります。

大根がひたるくらいの水と大さじ2杯のお米を入れて火をかけて20分ほどグツグツ煮ます。



切って食べてみると、甘しい。沈んでいる米も煮汁も甘い。あの苦味はどこへ消えたのでしょうか。

「すごい。確かに甘くなってる」

妻も大喜び。めでたしめでたしと思いきや、ひとり納得していない者がおりました。

当の娘です。なぜかブンブン怒っている。

「あたしがいつしようけんめいそだてたダイコンなんだからおコメなんか入れなくても甘いはず」と主張するのです。

そこで次の日に、半分残っていた大根をお米なしで煮てみました。食べた娘は「やっぱりにがい」。

大根と米を一緒に煮ると苦味がなくなる。文章で書くと一行ですが、米の有無と大根の質によって味が変わるのか。自分から興味を持って問題提起して、実際に食べ比べて感じるとという素晴らしい体験学習をしました。



本やパソコンを見るだけでは出来ないことです。今回のようにお金をかけた遠くへ行ったりしなくても自宅ですんなり体験学習ができます。

色々な体験を通じて子どもの興味を引き出してあげること。それが親の役割ですね。子どもにとって貴重な財産になると分かりました。

このごろ娘の言うことが変わりました。パパ、ダイコンを煮るときは、わすれずにおコメ入れてね」。

うれしかった『あの一言』

「入れ歯を入れなければ、と頭では分かっているんですけど…」50代女性のNさんは泣きそうな顔でいらっやいました。

入れ歯を使えないのが悩みです。自分の歯が数本しかないので必要なのは本人も自覚していました。でも違和感がすごく外してしまう。カバンから取り出した入れ歯はよくできています。必要な部分をよく覆って、噛み合わせも安定しています。歯科大学で学んだ教科書に載っていてもいような出来映えです。

私も普通に作ったら、このような形を目標にしていたでしょう。



しかし入れ歯で最も大事なものは教科書どおりに作ることはありません。患者さんが使えること。教科書を無視していいわけではありません。が、その想定を越えるような症例は、いくつでもあります。

フルサイズで作ると自分の歯を含めて合計14本にそろえるのが理想ですが大きすぎて装着できません。小さく作るしかない。そこで合計で6本という学術的な常識では考えられない入れ歯を作ることにしました。患者さんにとってツラくない大きさです。

1か月後に拜見したところ歯ぐきの若干の痛さを訴えました。きちんと装着しているからこそ起こる症状です。調整して改善したNさんは「入れ歯が使えるようになって良かったです」とおっしゃって下さいました。

昭和9年(1934年)に祖父高秋が開業して以来……。おかげ様で「いとう歯科医院」は地元松庵で80年を越えました。

■いとう歯科医院に寄せられた患者さんの声■

インターネットで公開中！ 患者が作る患者のための『病院の通信簿』

→ <http://www.tusinbo.com/> ついに患者さんの投票数は170通を超えました！

◆2017年8月 男性40代 普通の歯医者だと、何だか怖い印象がありますが いとう歯科だったら、絶対大丈夫！ と人にオススメできます。本当にアットホームな感じで、いつ来てもホッとさせてもらえる雰囲気が気に入って、埼玉から一時間以上かけて通っています。それだけ時間を掛けても良いと思える歯医者さんです。

◆2017年6月 女性50代 以前別の歯科医院にてインプラントと入れ歯の治療をしましたが不具合が多くしっっかりかみ合わせることができませんでした。いとう先生に入れ歯を作り直していただくとキチッと合い、入れ歯が浮いたりすることもなく、快適に食事もできるようになりました。今後も抜歯することがあってもインプラントではなくいとう先生に入れ歯を作っていただきたいと思います。これからもよろしくお願いたします。心より感謝しております。◆2016年4月 女性60代 久しぶりに来ました。すばらしい音楽にホットしています。何よりも、先生のやさしい笑顔と声が遠方から来た私の心をいやしてくださいませ。来て良かったと思えました。ちりょうも、先生はすごいきょうで有難いです。天の助け、神様と同じです。有難うございます。◆2016年2月 男性70代 いつもお世話になっております。私は上の金属床の総入れ歯です。なかなか難しい入れ歯でいくつかの歯医者さんに行っておりましたが 金属床は調整するのが難しいと言われ悩んでいましたところ インターネットで入れ歯の名医で検索していたところ、保険のきかない、いまはやりのインプラント・高額な入れ歯の説明がほとんどでした。探しているうちに西荻窪の近くに いとう歯科医院のホームページを見つけ保険治療で入れ歯専門との事。今時このような歯科医院があるとは早速メールで問い合わせたところ丁寧な対応していただき予約制ではないので いつでもいらしてくださいとのご返事を頂き すぐに車で駆け付け大先生に対応して頂き見てもらいほんの20分ほどで治療が終わり何時でも良いのでまた来るようにと言われ 二日後に伺いその日は若先生に治療していただきました 金属床の入れ歯でも床の調整をして頂きだぶ今までの入れ歯が安定し固い物も・ニラ野菜等も食べられるようになりホッとしていましたが 自分自身の今までのくせで入れ歯が合わなくなり何回も通っていましたが 先生も嫌な顔せず丁寧に治療して下さい本当にありがたく感謝しております。患者自身も入れ歯に慣れないと先生に苦勞を掛けるのではないかと本人も努力しています。今後ご迷惑をおかけするかと思いますが伊藤先生が頼りです、どうぞ宜しくお願い致します。◆2015年12月 男性50代 長い間、入れ歯を使っている内に、段々、合わなくなり、歯ぐきに当たる部分が、痛くて、食べ物を通まかめない状態が続き、残っていた歯も抜けてしまい、本当にかめない月日が長く続いていました。近所の歯医者さんにも、何回も通いましたが、ピッタリと合う入れ歯を作っていたことができず、日常生活に、ずっと、ストレスを感じて過ごしていました。それが…知人から教えてもらい、伊藤歯科に、通院することができるようになって生活が180度変わり、明るく積極的に生活できるようになり、本当に感謝しています。入れ歯と歯ぐきの当たる時の痛みを感じる時はその日、その場で、調整していただくことができ、どれだけ、ありがたいか…。本当にありがとうございます。◆2015年10月 男性40代 歯の事でなやんでいたのですが、こちらの先生に見てもらってとてもよかったです。とても気さくな方で、本当によかったです。入れ歯でなやんでいる知り合いがいたら、ぜひ照会したいと思います。ありがとうございます。◆2015年5月 女性50代 ホームページを見て去年兵庫より来て見て頂きました。先生がすごくやさしくていいねい！ 本当に感謝しています。他の歯科なら1ヶ月以上かかるのに1日で治して頂き涙が出るほどうれしかったです。歯を大切にしないで今まで自分に反省しても、どうにもなりません。これからは作って頂きたい入れ歯を大切にしていきます。ほんとうにありがとうございます。何かあれば、遠いですが、又、来させて頂きます。◆2015年4月 女性50代 毎月カメまんねんのお便りありがとうございます。とても親切で安心して治療して頂けます。これからもよろしくお願致します。◆2014年5月 50代男性 とても親切、やさしく丁寧な歯医者さんに出会えてうれしく幸せです。心より感謝を申し上げます。日本はまだまだすてたものではありません。このようなお医者さまが一人でも多くなりますことを祈念しつつ。◆2015年3月 50代女性 毎月カメまんねんのお便りありがとうございます。とても親切で安心して治療して頂けます。これからもよろしくお願致します。◆2014年12月 50代女性 こんな素晴らしい歯医者さんが、日本にあったのですね！！ 本当に、本当に、感激致しました。昔から歯茎が弱く、30代の頃に、上の前歯を美容歯科で100万円かけて作ったのが、58才になった今、ぐらついて使用できなくなりました。近所の歯医者さんではブリッジを全部取って入れ歯ができるまで1か月位かかると言われました。仕事をしながら、人に接することが多いので歯がないと、とても困ります。困り果てて、ネットで色々調べましたが、たいていの所は自費(自由診療)で30万円~40万円かかると言われました。悩んでもう少し詳しくネットで調べてこの医院を知り、大きさによっては、その日のうちに入れ歯ができると先生から言われ、板橋からすっこんできました。大先生も若先生もとてもやさしくていいねい！ 説明して下さい、特に大先生はやさしい中にも長年の経験を積まれた威厳を感じさせます。板橋から片道1時間かかりましたが、通う時間なんて気になりません。これからもこちらの医院で お世話になりたいと思っております。今後共よろしくお願申し上げます。◆2014年5月 60代女性 いつも何かと気を使ったださって「ありがとう」の思いでいっぱいです。これからもよろしくお願致します。

カメまんねん、1部は一番大切なお友達にプレゼントしてあげてください。

いとう歯科医院のホームページが完成しました！

歯科医師から言われた内容を念のため確認したい。治療について知りたい。そのような声にお応えできるように「よくある質問」「保険で行なった治療の症例」などで豊富に紹介しています。「西荻窪 入れ歯 いとう歯科」で検索してください。

<http://www.ireba-ito.com/>

いとう歯科医院

〒167-0054 東京都杉並区松庵3-6-3

TEL : 03-3333-5389

	月	火	水	木	金	土
08:30 ~ 11:00	○	○	○		○	○
14:00 ~ 17:00	○	○	○		○	

※ 予約制ではありません。 木日祝休み

お越しいただいた順番に診療しています。



いとう歯科医院では初めての患者さんにはお金のかかる自費治療はやりません。安全安心な保険治療で、じっくりと取り組んでいきます。