

# 女と男いきいきネット

女と男いきいきネットワーク久喜・通信第32号 2020, 1, 30 発行

に行きましようという時代。がんで手術を受ける時、口の中がどういう状態かによって治り方が違う。抗がん剤とか放射線治療で口の中に口内炎ができるが、歯の治療の有無や普段の手入れがものをいう。そこで、がん治療の前に歯の手入れすることを勧めている。また、歯周病のコントロールをする事で糖尿病が改善したり、心筋梗塞や脳梗塞の梗塞巣の中に歯周病菌が見つかったことで、歯が大事だといわれる時代になった。

## ◎歯医者選び万人への名医はいない

自分の歯を維持するには歯科医選びが大事だが、歯周病の正確な診断と適切な対応ができる歯科医院は案外少ない。歯の状態は個人差が大きく、選ぶ基準は個人で異なる。入れ歯は歯医者の腕が左右するが、うまい人が作った入れ歯でも痛くて使えないことも

ある。使う側の使う力（入れ歯の状態を伝え何度も何度も合わせてもらおう等）が大事。一方、納得できないときは歯科医を選びなおす勇気も必要。自分にとって良い歯医者を選び、上手に付き合っていくって欲しい。



## 本の紹介

2018年女と男いきいきネットワーク久喜第十五回の総会記講演にて「初めてのアフリカカメルーンとトーゴの出会いからの拡がり」のお話させて頂きました。この度、カメルーンとトー



十一月二十日、女と男いきいきネットワーク久喜学習部の企画のバスツアーを実施しました。午前中は、さいたま市大宮盆栽美術館を見学し、午後は、With Youさいたまの講座に参加しました。

さいたま市大宮盆栽美術館 施設は、コレクションギャラリーと盆栽庭園があります。コレクションギャラリーでは、プロローグ、ギャラリー、座敷飾りの三つの空間を順に見学しました。座敷飾りでは、座敷の格式を高い順に「真」「行」「草」に分けられており、それぞれに合わせた飾り方が工夫されています。庭園には常時四十〜五十点の盆栽が展示されています。

ゴ交流の参加者の体験談が、一冊の本になりました。昨年の十二月に発行されました。十九歳から七十三歳の多言語仲間十六人のアフリカホームステイ発見は、ステイ発見伝です。ことばとは？家族とは？人間とは？同じ空間・時間を過ごしながら、それぞれの生きてきた背景が織りなす発見は、まちまち。面白き満載です。(関根)

## 愛しのカメルーンメトゴ



19歳~73歳の多言語仲間16人のアフリカホームステイ発見伝  
家族や仲間いろいろな言語が聞こえてくる環境をつくりながら多言語活動を楽しむ16人がある日、アフリカのカメルーンとトーゴへホームステイに行こう！と決意。その旅立ちから現地の人々と家族になろうと生きた、赤裸々な「ことばと人間」ドキュメンタリー

一般財団法人言語交流研究所 ヒッポファミリークラブ  
A5判 288ページ(カラー16ページ)  
本体2,350円+税 ISBN978-4-902443-60-9 C0095

遊行者 〒160-0008 東京都新宿区四谷三栄町 5-5-1F TEL 03-5361-3255  
http://yugyosha.web.fc2.com/

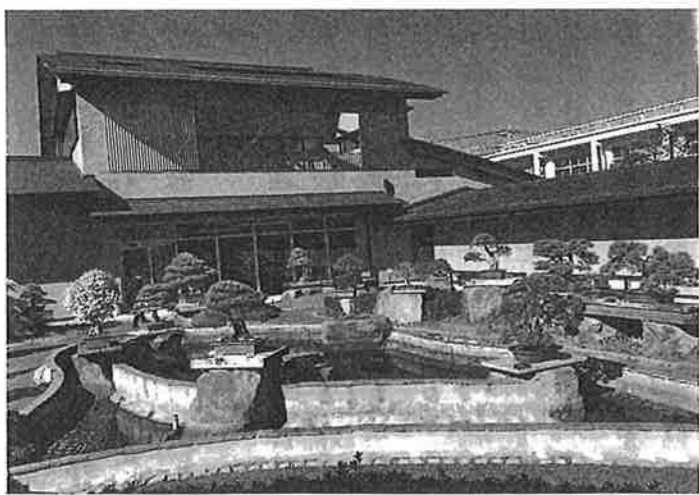
【編集後記】  
障害者権利条約は第六条「障害のある女性」を設け、締約国に固有の施策を求めます。日本でも、障害女性について条例や計画に盛り込む自治体も出てきています。これらが各自治体に広がることを切に願います。(進藤)

【発行】  
女と男いきいきネットワーク久喜 代表 内海弘美(21)8825

## 「大宮盆栽美術館見学とWith Youさいたま県民講座『障害と女性』に参加して」

女と男いきいきネットワーク久喜副会長 関根 寿美子

盆栽を三六〇度すべての方向から見られる場所もあり、立体的に正面と背面の違いも鑑賞することも出来ました。樹齢一〇〇年から、中には二〇〇年や三五〇年という盆栽もあり、歴史を感じるひとときでした。長い時間手入れをする職人の方々の思いの中、かざれている盆栽。一方、自然の中で伸び伸びと樹齢を重ねる木々。会員の中でも、様々な思いを抱いたようです。今年、冬の訪れが遅く、この時期でもみじの紅葉なども鑑賞することが出来ました。季節ごとの盆栽の趣も感じられるそうです。



県民講座「障害と女性」 With Youさいたまの講師は、全国自立生活センター協議会事務局長の山本奈緒子さんと神経筋疾患ネットワーク代表の見形信子さん。対談のタイトルは、障害のある女性と考える「誰ひとり取り残さない世界」。障害者団体において女性リーダーが少ない

という現状を改善するために、全国自立生活センター協議会では、「女性リーダーシッププロジェクト」を立ち上げました。このプロジェクトをけん引するお二人です。このお二人の対談形式で、プロジェクトを企画した背景や思い、お二人の暮らしぶりなどをお聞きしました。

障害のある女性たちは、「女性」であることに加え、「障害」があることにより複合的な差別を受けていることを



当事者の方々から、お聞きすることができたのは貴重でした。生まれながらの障害を自身で受け止めていく過程の中で、社会の差別に目が向いていく。辛いこともたくさんあったとのこと。自分の出来ることを探していく動きから仲間との出会い。声を発していく姿に、生きていく勇氣を感じました。

私の友人のお子さんが交通事故により肢体不自由となりました。私は友人から、その衝撃・嘆きを聞くことしかできませんでした。日常的にサポートする親（友人）は、嘆きだけでは終わらず、社会の挑戦者のように様々な問題に立ち向かうことを伝えてくれました。障がいを持った時に、この日本においては弱者と呼ばせてしまう社会性。そして、生活での差別感……。このことを思い浮かべながら、お二人の「障害」に向き合う話を聞いていました。私は、山本さ

んと見形さんのご家族にも思いを寄せていました。（先天的と後天的の違いはありますが。）

お話では、電車の乗り降りや連絡をしてから駅員の方がホームに来るまで、三〇分以上待たされたこともあるという話もありました。用事があり出かける際にも、予定通りにいかないことも多くあるとのこと。駅員削減という現状が、サポートを受ける障がい者の方々に、大変な思いを強いていることにも思いを巡らせました。これは、ほんの一例に過ぎないことだと思えます。

この講座のタイトルである、『誰ひとり取り残さない世界』を確立するには、日本の社会のあり方に声をあげるのと、個人個人がその声に耳を傾けていく姿勢が求められている。その認識を学ばせて頂きました。そして視点を持った人たちから、障がい者の

方々へ個として、平らな人として何が出来るのか……。個人が出来る範囲の事で良しとして、小さな事と考えることで、積み重ねていくこと。その積み重ねが今後への道筋になつていくのだと感じました。この思考は、広く考えていくことができません。障がい者ということばではなく、困っている人に声をかけることから始められたら。一人一人の思いで社会は作られていくことを想像し、動きの中で創造していくことが大切なのだと思います。

最後に、この報告を書くにあたってネットである記事が目にとまりました。

「来年四月、障害者差別を禁止し、国や自治体などの公的機関に必要な配慮の実施を義務づける『障害者差別解消法』が施行される。障害のある人たちが社会参加しやすくなるような『合理的配慮』の努力が、民間事業者にも義務づけられる。障害のある人たちの生きづらさや体の状態を理解し、配慮することがいっそう求められるようになる」

(2015年6月18日付)

西日本新聞朝刊にて)

この記事は、五年弱前の記事であり、この記事の内容を読むと二〇一六年に「障害者差別解消法」は施行されています。私たちはこのことについて、理解をしていたかどうか……。ひとつの講座を聞くことで、この日本の姿を深く考える機会を得られました。同時に、多くのことを学ばせて頂きました。

### なの花会男女共同参画講演会「人生一〇〇年時代 口腔ケアで健康長寿」

女性問題学習グループ

なの花会

会長 後上民子



なの花会の正式名称は「女性問題学習グループなの花会」です。一九九九年（平成二年）九月に発足しましたので、ちょうど三〇年目に入つたところ。なの花会では、平成七年に五周年記念事業と

して、東京女子大学教授矢澤澄子先生を講師にお迎えして三回連続の公開講座「女性学」を開催、以後毎年一回市民の皆様を対象に公開講座（男女共同参画講演会）を開催しており、今回で二五回になりました。昨年十一月九日、講師に歯科医師岡田弥生先生をお迎えして開催した標記の講演会の要旨を簡単に報告します。

#### ◎百歳長寿者の食生活と歯

百歳で自分の歯が残っている人は増えている。一方百歳で総入れ歯でも元気な人、歯はないし入れ歯もしてないという人もいます。歯がなくても食べる栄養の知識とスキルがあれば栄養が偏らない。口は、美味しく食べて、楽しく話す、笑う、キスをする幸せの根源だ。歯があってもなくても、人生の豊かさを味わってほしい。

#### ◎歯医者に歯は治せない

虫歯と歯周病が歯医者に

く一番の原因だが、虫歯も歯周病も感染症で生活習慣病だ。遺伝と環境に影響され、個人差、環境的素質が大きく影響する。だが、手入れ次第で結構長持ちもする。

「削って詰めて抜いて入れ歯」が多く、歯医者のやってる事だが、元に戻しているわけではない。歯は治せない。悪い歯を抜いてブリッジにするか、インプラントにするかと勧めることも多いが、入れ歯という選択肢もある。患者は納得のいく情報を確認し、納得のいく選択をしてほしい。

#### ◎歯ブラシは何のため

歯周病菌などは嫌気性菌で、ばい菌がスクラムを組んで固まって空気が入らない状態を作り歯や歯茎に悪さをします。ばい菌が固まらないようにバイオフィルムを破壊することが歯ブラシの目的。

歯周病予防は歯の根元、歯と歯の間、歯と歯茎の際のと

ころが大事。歯ブラシで届かないところがあるので、糸とか歯間ブラシなど、歯と歯の間をケアする補助具を使う。歯周ポケットがニミリ以上のところは歯ブラシが届かないので歯医者さんで管理してもらおう。六〇代、七〇代は三か月半年に一回位が望ましい。食後に「ぶくぶくうがい」をするのも口腔ケアには有効だ。

#### ◎歯とがんや他の疾病との関係

今、がんになったら歯医者

