# 「良い歯の会」

### 31 発行 丸橋歯科 **「良い歯の会**」 群馬県高崎市栄町21-1 TEL 027-323-9524 発行所 FAX 027-322-3139 http://www.maruhashi.com/ E-mail:maruhashi.s@cb.wakwak.com

ほんものの生き方が

の時代を直視

## 浪費的に過ぎる 停電になって、社会活動が停止

物が成長し、加えた水の中に生息

水槽などの限られた世界で、

社会に漂っていたと感ずる。 れる。その社会不安はいつも現代 拠が無いところからは不安が生ま 立脚する根拠が無かったのだ。根 たのである。私たちの生活には、 成り立っていた事実に気付かされ り出して浪費する、それが破綻し 嘘の上に巨大なエネルギーをつく 力を超えた無理と、安全だという ることも指摘されている。人間の を完全に破壊する現実も知らされ 発して広域にわたって人間の生活 た。これから日本人に癌が増加す われると原発の機能も停止し、爆 られた。そればかりか、電力が失 家庭の生活までが困難を強い 私たちの生活が虚構の上に よく繁栄する。植物の生産能力と するプランクトンが増え、それら 浄化力が勝っている間は、水も砂 が他の生き物を養い、初めは元気

自然は 正直 無限の宇宙 有 無限の宇宙 有

正直に 返すだろう外れた時有限のいのち抜け 広がる

抗年ぬの

自然の摂理 婦

繰り返す

医ぃ

農の

智を

事物の本質 のみに従う水が 落ちる如く

自然と一体になるとき 自然の 声に耳を傾けよ 感性を 研ぎ澄ませ 策略を 弄するな

我々は生かされる(仁志)

だ(虚だ)という自然界の掟に気付 いた。多くの人が、人間は分相応 た。 診療所の電灯を半分間引いてみる かされたのだ。 に生きなければ、その生き方は嘘 に過ぎた。電力不足に対応して、 私たちの生活は、確かに浪費的 私たちは大きな過ちを犯して やや暗いその照明にすぐ馴れ

# 有限の生態学を知る

生物が生きるということは食い

生命の衰退がはじまり死滅に至る の範囲内であれば、 それが自然の持つ生産力と浄化力 尽くし、汚し尽くすことである。 真実を見ることができる。 験をして、じっと見つめてみると のが自然の法則である。一つの実 生存が許される。踏み越えた時、 生物の持続的

生物を放す。カニ、タニシ、ドジョ こに水草や草を植え、何種類かの に砂や小石を敷く。川か池の水を 水槽かフラスコなどを選び、底 オタマジャクシなど、身近に 水面より高い丘も作る。そ

から暑いと言ってはダウンし、寒

いと言っては寝込んでしまい、

力を超えてしまう時が来る。餌が ぎてしまっているのだ。 既に自然の許容力を超えて増え過 地球も同様に有限であり、人間は 知り、自然と人間の平和条約を結 に違いない。私はその生物の掟を 地球と人間の運命を思い浮かべる る。 え 行してゆく。最後には植物も絶 ニシなどが次々に死に、腐敗が進 不足し、水や土は汚れ、カニやタ もきれいだ。しかし生き物が増え ばなければならないことを最初の て食い、汚し続けると必ず植物の て訴えてきた。水槽ばかりでなく その恐ろしい光景を見ると 水槽は死の汚水と化すのであ 貫し



食べすぎや使い捨て過度の冷暖房、

アフリカやモンゴルなどの調査に 人の耐寒・暑力を弱めてしまった。 をかけるばかりでなく、直接若い 着を羽織り、冬は汗ばむほどに暖 スタッフを同行させると、若い人 房をする。この結果は環境に負荷 明る過ぎる照明ばかりではな 夏は寒くなるほど冷やして上

りのエンピツで十分だった。それ 雑文等を書くのに、たったこれき をビンに集めたものである。本を 質実な生き方は、地に足のつ 多くの論文や雑誌記事

重荷になってし

何枚もティッシュペーパーを引き

使い捨ても目に余る。無造作に

抜き、テーブルの汚れを拭いて捨 象材は驚くほど多量に練り、 浪費する。セメントや型を採る印 タッフ。それらの行いは人間の暗 工の金属も不恰好に大きく作り 貫している。治療材料も無思慮に 行いの質は、他の全ての浪費に てる女子スタッフ、ハミガキする い行く末を思い浮かばせる。この 水道を出しっぱなしにするス

決して喜ばれはしない。 テレビなどをあげようとしても、 新型を買う。若い人に中古の車や だ使える自転車や電化製品も捨て 着ていない衣類を飽きて捨て、

生の群れを見ると、肥満の人が明 若年者の糖尿病も増加していると えて、身心の能力の低下が目立つ。 力が無く、動作の鈍い若い人が増 のような人が混じっている。耐久 らかに多く、中に必ずお相撲さん なく、直接健康を蝕む。女子高校 らの過剰な収奪につながるだけで 言われている。 食べ過ぎ、食べ残しは、自然か

態と機能を失った若い人々が多数 軟かい物の追求は、進化によって 方であると私は感じている。 質実な生き方が、ほんものの生き もったいない部分を省き、本当に 拙著で繰り返して指摘してきた。 来院し、私が心配していることは ちの診療所に、身心共に人間の形 著しく喪失させてしまった。私た 獲得してきた人間の形態や機能を あった。しかし過度の嗜好や贅沢 を育み、維持するためのもので 写真②は、私が使ったエンピツ 八間的に必要な消費をして生きる 食べるということは本来、生命

いた安心感を私に与えてくれる。 観察によれば、プラークがいっぱ

出ることはできない。しかし私の 考え方に拠り、その視点から外に 説けば、ほとんどの歯科医はその いう説が通説であり、権威がそう

削って捨てる。 個人の生活でも同様で、何回も ま

熟視と熟考のすすめ

アジアの植民地化を企てる時代の ある。例えば、、脱亜入欧、を説 値観、世論や権威といった拘束力 のの時代、それはほんとうのこと ラーク(歯垢)が歯周病の主因だと も全く同じことが見てとれる。 私のいる歯科の学問の世界を見て 産物として生まれたものだ。また そうという、中国をはじめとする 蔑視し、西欧に習って福国をめざ の下でものを見、考えているので である。人はその時代の常識や価 とうのことに近づくことは不可能 で、真実を見る視点を持ち、ほん けている。時代の制約の範囲内 方も思考も、強く時代の制約を受 れるものである。反面、個人の見 の目と思考に支えられて形づくら 立たない。時代とは、多くの人々 を見る目に支えられなければ成り を拓かなければならない時にきて いることは明らかである。ほんも 新しいほんものの生き方、 た福澤諭吉の思想も、アジアを

治る防げる・米

槽膿

新しい歯周病の治し方 全身を治す視点で歯周病を克服

歯悪い治療の見分け方

・咬み合わせ・矯正等の問題点を解明 農文協 1530円 別橋 賢著

ムシバ・入れ歯・インプラント・歯周病

予防と治療 俳 歴書 咬み合わせ不良の

琢正 著 農文協 1365円 成 からはじめる改善法 セルフチェックと食事

家庭の歯学点

**ゆ** 0歳から100歳まで 東大で良い歯のために 1575円

癒しの

思

病む自然をそっくり癒すことである病むいのちを癒すこと それは病む社会

全人的治癒への

は 全人医学の理論・思想の全貌 ほんとうの治癒のすがた 1890円

全人歯科革

**→** 歯科医も知らない全人歯科の威力! 1575円 口腔の治療から全身の治癒へ



日本人に蔓延する顎と歯列の退化への警鐘本物年を超える臨床経験からの真実

芸出版 740円

丸橋

院 長 著

体調不良は歯で治る!

をもたない大衆は誤った暴走をす とをしない人々は集団を形成す 生まれず、新しい時代も拓けない たいのだ。そのような人々は個人 ほんとうのことに立脚しない考 自分の目で見つめ、考えるこ

代化にある、と主張してきた。 らない。私は観察の結果に素直に 病が全くと言ってよいほど見当た ど行わない未開地の民族には歯周 れに加え、ブラッシングをほとん ん歯周病が進行する人もいる。 を行い、清潔な歯肉なのにどんど 人もいるし、熱心にブラッシング い、歯周病の主因は食生活の現

数の目と心によって、新しいほん ものの時代が拓かれるのだ。 強く実感している。そのような多 ほんものの生き方が見えてくると ろから、ほんとうのことが見え、 な目と心で熟視と熟考を行うこ ものだった。私はいま、ものを見 と、この態度を保持し続けるとこ と考えている。汚れのないまっ白 先入観や権威、世論、定説などの つめ、考えるに当たって、全ての 切を捨て去ることが最も大切だ

# 不安のない確信が・・・

三部作

丸橋 賢著

らは、絶対にほんものの生き方は や集団の考えに依拠したところか の集団で見られる。しかし、時代 る。ハイル・ヒトラー、毛沢東万 でなく、大衆と呼ぶ。だから根拠 かり合うことで不安や孤独を避け る。多数を頼み、お互いに寄りか き方、行いには常に不安があるか えには根拠がない。根拠のない生 ことを心に刻んで欲しい。 天皇陛下万歳がその代表例で 、同様な性質の動きが多く

視と熟考に徹する習慣をおすすめ 確信が生まれはじめるのだ。不安 その時に実感するものである。 りと根を張る。生きる幸せとは、 のない確信、充実した心がしっか はじめてくる。その時はじめて、 少しずつ、ほんとうのことが見え する。わからないことはわからな 観に汚されないまっ白な心で熟考 くてもよい。そのままじっと熟視 純粋な目で熟視し続ける。先入 熟考を続けるだけで、いつか

結局、私の説は真実により近い

丸

賢

















インプラントの実際は本によ

エリカのお花ばたけ **[本図書館協会選定図書/星雲社** 

絵

よいはちゃん歯なし 子どもたちが歯の大切さに いせん村のねこやしき

国へ丸橋裕子

生きる力を取り戻せ。食育・歯育こそが元気の源・丸橋、賢著のたいのちの柱〉無気力・不健康・アレルギーを吹き飛ばせ!

歯で守る健康家

方矢 歯育・食育・治療の決め手

現代書館 1575円

関偏位症の治療と予防 腰痛などを解決丸橋 賢著 吹み合わせ治療で頭痛・肩こり・ 吹み合わせ治療で頭痛・肩こり・

## 高崎と東京にて大盛況のうちに終える

丸橋院長と家森先生の対談で、出席者は講演 力

30周年記念講演と相談会



共通のテーマにしました。丸橋先生は30年の臨床現場から得た、食生は30年の臨床現場から得た、食食して得た秘訣を、家庭にも応用できる料理法を織り交ぜながら、できる料理法を織り交ぜながら、できる料理法を織り交ぜながら、の秘訣とのこと。その他にも、発

のし

ラ

# 歯を守るイ ンプラン ト治療



## 咬合治療! 当 医 堀口

トラ

出

しました。グラグラしていたインプラントもすんなり先生は抜いて アさり、仮歯を入れる事になりました。3ヶ月毎に仮歯をはずし、様子を見ながら治療し、下の歯に 6本のインプラントが入りました。1年経って本歯が入り、何年も食べられなかったお肉、おせん でい、つけ物、何でも食べられるが、何でも食べられるが、何でも食べられる がい、つけ物、何でも食べられる がい、つけ物、何でも食べられる がい、つけ物、何でも食べられる でい、つけ物、何でも食べられる でい、つけ物、何でも食べられる でい、つけ物、何でも食べられる でした。 1年経って本歯になりました。 ブの方々のお陰と感謝しております。

矯正治療後は上下の咬み合わせ が安定し、体調もよくなった。

82 芳 房





通院して一番印象に残った事は、患者をはさんで医師と技工士は、患者をはさんで医師と技工士は、患者をはさんで医師と技工士の方がペアで治療して下さる。この顔の見える治療、患者として最高の幸せを味わう一時でした。 
丸橋先生をはじめ、諸先生方、スタッフの皆さん、本当にありがとう御座いました。

がら、インプラントの造骨治療を始めるために、口腔外科医の辻本 医師より写真を見ながら、わかり やすい説明もあり、ある一定の期 間を置いて、二つの手術が行われ ました。手術中も緊張気味の私を 優しく見守って下さり、安心して 手術を受ける事が出来ました。有 難う御在居ました。毎回、通院の 途中の車窓から眺める山々、そし て田園風景はいつも楽しみでし て田園風景はいつも楽しみでし た。。

76 · 歳 **Y** 

矯正で笑顔がか

の声

を述べてみたい。 実際に治療を受けてみて、人体の 健康マネジメントにおける予防 健康マネジメントにおける予防 処置の重要性を痛切に感じている。是正処置の場合は費用だけでなく、時間、精神的損失など莫大である。小生の場合はこの処置がかなり遅れたと思っている。歯科の治療、いやすべての処置は予防の関につきる。いかに早い時点で自分の異常に気付き、早く行動をを痛感している。丸橋全人歯科のたと下の真摯な取り組み、優れた技術、絶え間ない技術・力量の向上を求められるため学ぶことが多く、出会いがあったことに深く多く、出会いがあったことに深く

前橋市

増骨(矢頭)、インプラント治療で臼 歯を回復。その結果、17本の歯が残 り、体調、気力が回復した。食事に も何の心配もなくなった。

こんな話を母や義母にしていた こんな話を母や義母にしていた所、母や義母もインプラント等で 所、母や義母はしっかりと りました。母や義母はしっかりと りました。母や妻母はしっかりと 東壁に出掛けるようになって、今まで も 毎日が楽しそうです。 子供達と参加した良い歯の会で は、食生活を始めとした環境問題 や世界情勢等幅広いお話がとても 毎日が楽しく、視野が広がりました。私 さな範囲だけでもより良くしてい ないよいないけれども、その小さな範囲だけでもより良くしていまいます。

## 3分でわかるTPPの怖~い話-社農山漁村文化協会 編集局 金成

健診

を見るまでもありません。

国のFTA」に豹変しました。ア りから様相が一変。これによりT のオバマ大統領が「オレにも参加 の手段にしたわけです。 PPは「小国のFTA」から「帝 させろ」と言い出し、次いでオー を乗っ取り、帝国の世界戦略追求 ストラリアも参加を表明したあた メリカが小国の軒先を借りて母屋 ところが、09年11月にアメリカ

も10年以内)に行うことが義務づ 常認められている例外措置を認め けられるということです。 しかもそれを即時(最大猶予して ない「例外なき関税撤廃」 であり 「革新的」なのは、FTAでは通 TPPが従来のFTAに比べて

を除外した値段だけの話ですが ります。むやみやたら関税を撤廃 とモノやサービスの生産者でもあ と同時に「生産者」でもあります 経営者であろうと従業員であろう 歓迎されることではあるでしょう る関税がなくなるということは くまで、質や安全性といったこと 消費者」の立場からは(しかもあ あらゆるモノやサービスにかか しかし私たちは消費者である

産するものが外国製品に席巻され 働く場を失うということでもあり や医薬品や医療そのものは、安け するということは即ち私たちの生 とりわけいのちの源である食料

いし大幅に減らすという事態はロ 輸出国がある日突然輸出を停止な のではないでしょう。 れば安いほどいいという単純なも ンアやオーストラリアの小麦の例 十ばつ・洪水などが多発し、食料 食料で見てみますと、世界的に

も恐ろしい話ではあります。

アメリカ流「自由」の、

ランド、チリ、ブルネイの4カ 易協定でした。 とんどない小さな国同士の自由貿 2600万人と、日本の5分の1。 国が2006年に発効させたF 定) はシンガポール、ニュージー しかも、お互い競合する産品がほ A(自由貿易協定)の一種で TPP(環太平洋経済連携協 4カ国合わせても<br />
人口わずか

の食料主権というものです。であ 国といえど当然のことで、その国 努力するのもこれまた当然の主権 日頃から食料自給率を高めるよう るならば輸入国も、輸出国の主権 に輸出を制限、禁止するのは輸出 自国民の食料確保を優先するため でも、そもそも食料不足の時に 行使でしょう。 行使で不測の事態に陥らぬよう

のです。 も国民主権もあったものではない のほうが上位に置かれ、国家主権 加盟したら国内法よりTPP協定 Pは奪ってしまいます。TPPに そのような主権の行使を、TP

役にも立ちません。ゆめゆめ目先 おろそかにしては、いくらお金が の利益に眼を奪われないよう気を あったっていざというときなんの つけたいものです。 安さに目がくらんで国内生産を 同じことは医薬品や医療サービ

サービスの貿易自由化だけでな まで推し進めようとするもので 化など広範な分野の自由化を極限 想像するだに背筋が寒くなります。 スにも言えます。医療市場を開放 日本に入ってきたときの危うさは 不慣れな医師や看護士がどんどん して安い医薬品や病院や日本語に TPPはさらに、これら財や 労働市場、金融、投資の自由

を剥ぐ』 農文協刊より)。 編著『異常な契約―TPPの仮面 払いを命じられた」(J.ケルシー 府は、投資価値を低めたとして 協定に違反するとの異議申立て ところ、同社は、北米自由貿易 建設許可を必要とすると決議した 廃棄物処理施設の建設には事前の メキシコの自治体が、企業の有毒 る事例を紹介しましょう。「ある コに進出している米国企業に関す 1560万米ドルの損害賠償の支 例えば、投資について、メキシ その結果メキシコ政

政博 健康を維持する 歯科衛生士 岩井 志鶴穂 定期

科医院へ行く」という考えに変え 来型の歯科治療から脱却し「自分 みが出てから治療する」という従 失ってしまう場合もあります。「痛 の中には、検診を受けておらず症 てみてはいかがでしょうか。 の歯を生涯健康に維持するため歯 状がかなり悪化しているため歯を や不具合が出てから来院される方 は気付かず進行しています。痛み 皆さんは定期的に検診をうけて 虫歯や歯周病の初期

ているため咬み合わせのバランス 生活習慣の改善は、虫歯や歯周病 指導」等を行っています。自己流 せの調整」「歯石除去」そしてセル 期発見」「歯周病の検査」「咬み合わ ぬよう調整する事も重要となりま が崩れ、身体症状等が出てしまわ を防ぎます。更に、歯は毎日使っ になってしまったブラッシングや フケアへと繋がる「ブラッシング 当院の、健、診では「虫歯の早

当院では、お口の健康が全身の

をお勧めしています 半年又は1年ごとの定期 健康へ繋がり、維持できるように、

健

診

### 良い歯の会にご参加ください

毎月第2土曜日 午後1時30分~5時 時

場場 所 丸橋全人歯科3階研修室

4回連続参加で1シリ

		内容	開催月		
	1	環境と人間の生き方を考える	1月	5月	9月
	2	ムシバ予防を中心に家族を考える	2月	6月	10月
	3	歯周病と生活習慣病を克服しよう	3月	7月	11月
	4	退化病と闘う	4月	8月	12月

員 60人(入場無料) ■定

お友達などお誘い合わせのうえ、ご参加ください。 参加できます。お電話でご予約ください。☎027-323-9524 試食会も行っています(本物食品と市販食品の食べ比べやおすすめメ ュー紹介など)

※毎月第2土曜日開催が原則ですが、祝日・夏期休暇などと重なる場合は 第1か第3土曜日に変更となります。詳しくはお問い合わせください。

「良い歯の会」のホームページ

http://www.yoihanokai.jp 今後の予定や動画も配信しています

### ~良い歯の会に何度も出席された方より~ 人間らしい生き方を探求する時間

匿名(兵庫県・会社員・37歳)

生活を見直そうと参加させて頂いた「良い歯の会」でした。が、歯や食のお話 だけでなく、もっと奥深い「人間らしい生き方」を思索するお話が新鮮で自分自 身も成長できる気がして何度か参加させて頂きました。特に先生の「民族は食文 化以上の文化は作れない」や「観察は確信に至る入り口」等の名言が心に残って 様々な国の人々のお話も印象的でした。危険なイメージの中東や制限さ れた環境のキューバの人々の嘘のない明るい笑顔の写真、心温まる人々のお話… から日本人が失ったもの、本当の幸せとは等考えさせられることが多々ありました

また試食会で頂いた本物の野菜は作った方の心が伝わってくるような自然で優 しい味で感動しました。自分の食生活も「良い歯の会」で学んだ「まごこはやさ しい(豆・ゴマ・米・野菜・魚・きのこ)」の摂取を毎日心がけ、以前より疲れに くく風邪もひかなくなり驚いています。今後も健康の条件を忘れず、物や情報が 溢れる現代でも本質を見失わない心を持って生活していきたいと思います。

東京特別講演と歯科治療相談会 わせ・歯列矯正 骨密度・咬合力・口臭など無料測定も実施



玄関に置かれた藤の花

申し上げます。 被災された方々に心よりお見舞い 一月十一日東日本大震災により

ようにとの警告なんだと思い

とを忘れ、 ちが自然の中で生かされているこ た。原発は未だに解決の手段が見 万々の命が奪われてしまいまし 対し、 からない悲惨な状態です。私な 震災により日常生活や多くの 自然ときちんと向き合う 日々の生活を送ること

花ビンに活けられたススキ

四季やいのちを感じて下さい

院内に活けてある山野草を見て

の会を発展させたいと思います。 ます。それを糧に、さらに良い歯 掲載させていただきました。 高崎で講演会を開き、今回紙面に マにふさわしい演者を招いて東京、

皆様の声は我々に気付きを与え

私達はその四季を感じ取ることが 芽吹き、花を咲かせます。しかし、 るんだと心を打たれました。 過酷な状態でも生きようとしてい 花を咲かせていたのです。こんな 何もなかったかの様にネギ坊主の 瓦礫の散乱するの中で、長ネギが ました。流されてしまい何もな 少なくなっています。過剰な温度 植物は季節を敏感に感じ取り 最近の新聞で被災地の写真を目

す。自然の厳しさを感じる出来事 ていました。実際の山で山フジ く を見ると、大きい木に絡みつい いのちを繋いでいきます。 で、受粉をしてもらうため、きれ はしぼんでしまいます。その一日 です。小さい野花は、一日草が多 り、木のてっぺんまでいってしま どん高く木に絡みついて大きくな て、きれいに咲いています。どん いな色や香りを出し、虫を集め 晴天の日に花を咲かせ夕方に 絡まれた木は枯れてしまいま

ことができます。昨年、このテー

ることで、さらに健康を増進する

も、ハウス野菜など。管理の中で生活し、 で「是非、当院にいらっしゃった の庭や近隣の山から、毎週休診日時には・・・」と院長自ら、自宅 に四季の山野草を採ってきていま を感じず食べています。そんな中 院内に活けてある花で、買っ ハウス野菜などが出まわり旬 食べ物にして

良い歯の会」運営主任

岩田

恭子

紫色で甘い香りを漂わせて、咲い 先日まで、「山フジ」が美しい を受けないことが大切と感じてい ンスを整える咬み合わせを改善す ます。これらに関係し、身体バラ 素、血流に加え、過度なストレス 健康であるためには良い食材と酸 差があることに気付かされます。 の骨をみていると、かなりの個人 す。しかし、増骨手術で患者さん ラムされた細胞の衰退が始まりま

### 丸橋歯科ドクターの"講演"ご希望の方 "出張講演 承ります



インプラント·咬み合わせ·矯正·歯周病・ 食生活などご希望に合わせて、内容はご相 談下さい。専門分野のドクターがお伺いし ます。講演後の質疑応答も受け付けます。

お申込み・お問い合わせは TEL 027-323-9524 まで

歯科治療のあらゆるナゼ? のちの 見方・耕し方 トクター 共同執筆符 各専門分野の を解き明かす!! PHP文庫より 農文協より

厄年の年齢頃より人体にプログ 記

んでいただけたらと思います。 香りで四季を感じていただき、 てきた花はありません。花の色、