

## 湖池屋は福利厚生制度として 社員の歯科メンテナンス費用補助金制度を導入しました

制度の導入をきっかけに『予防歯科』への第一歩を踏み出した湖池屋社員が意識の変化を語る。

**新**たに導入された福利厚生制度を活用し、東京・汐留にある日吉歯科さんに今年の3月から通いはじめました。歯医者さんという消毒液の匂いがして、なんとなく暗い場所という印象があったのですが、日吉歯科さんは綺麗なオフィスという感じで、院内も明るく清潔感を感じられました。

はじめにだ液の検査（サリバテスト）をしてもらい、現在の私の口腔内の状態を詳しく教えてもらいました。私はこれまで一度も虫歯などにならったことが無かったので、正直なところ「自分の口はとても健康だ」と自信があつたのですが、検査結果を教えてもらうと、歯周病の原因菌も虫歯の原因菌もとても多かつたんです。しっかりと出来ていると思っていた歯みがきも、実は磨き残しが多くあり、それが歯の原因になつていると教えてもらいました。最初にここまで教えてくれたプロセスが、今までの歯医者さんにはありませんでしたね。理解できたことは、偶然これまで虫歯にはならなかつただけで、実は虫歯になるリスクはとても高かつたということ。それがわかつてかなりショックでしたね。

これまで遼然と、特に何もしなくても「ずっとこの健康な歯でいられる」と思い込んでいたのですが、自分の口腔内の状態を教えてもらつたことで、「**健康な歯であり続けるために何を**

はじめにだ液の検査（サリバテスト）をしてもらい、現在の私の口腔内の状態を詳しく教えてもらいました。私はこれまで一度も虫歯などにならったことが無かったので、正直なところ「自分の口はとても健康だ」と自信があつたのですが、検査結果を教えてもらうと、歯周病の原因菌も虫歯の原因菌もとても多かつたんです。しっかりと出来ていると思っていた歯みがきも、実は磨き残しが多くあり、それが歯の原因になつていると教えてもらいました。最初にここまで教えてくれたプロセスが、今までの歯医者さんにはありませんでしたね。理解できたことは、偶然これまで虫歯にはならなかつただけで、実は虫歯になるリスクはとても高かつたということ。それがわかつてかなりショックでしたね。

これまで遼然と、特に何もしなくても「ずっとこの健康な歯でいられる」と思い込んでいたのですが、自分の口腔内の状態を教えてもらつたことで、「**健康な歯であり続けるために何を**



福利厚生制度を利用し歯科メンテナンスに取り始めた人事課 福永 千紗さん（24）「食べることは日常的な楽しみの一つなのでお口の健康を維持することは本当に大切」と話す。

「**なければならないか**」をとても意識するようになりました。家で歯みがきをする時も、今までよりも鏡を良く見ながら磨いたり、歯に関する記事があつたらちゃんと読んでみたりといった些細なところから自分の中の意識の変化が見られました。

歯科衛生士さんから、私のだ液中の虫歯菌の多さは、幼い時に家族からうつった可能性があると教えてもらい、「そういえば父や母はきちんと口腔ケアができるのだろうか？」と、今度は家族の口腔内の状態が心配になりました。帰宅後両親に連絡を取り、歯科衛生士さんに教えてもらった「正しい歯みがきの仕方」や「歯みがきグッズの選び方」、「間食をとる際の注意点」などを伝えてみたところ、やはり知らないことが多かつたようでもとも関心を示してくれました。母からは「おじいちゃんにも教えておくね」とも言われ、私が教えてもらった知識が家族の中でどんどん広がつていています。

そっやつて知識を共有していくことで、私が話で完結せずに、両親や祖父母、将来的に子どもができたら子どもの健康にも、大きく影響していくことなどだと考えると、本当に私は今知れ良かつたなと思います。**予防に取り組む**というとは、「**自分**」だけではなく、「**周囲の人**」も、「**今だけではなく「未来」も守つていくことなんだと**考えるようになりましたね。

今回の予防歯科メンテナンスをきっかけとして私は自分の体に対する認識が大きく変わりました。自分自身では「**健康**」と思つても、自覚の無いところで病気が進行していることもあります。自分では正しいと思ついた方法が実は間違っているということもあります。「**健康**」を維持していくためには自分自身も正確な知識を持つことがとても大切だなど感じました。

まだまだ「**予防**」に対する世の中の意識はあまり強いものではないと思います。「なぜ、それが必要なのか」「どうしていけばよいのか」。せっかく私は今回、自ら体験して「**予防歯科**」の大切さを知ることができたので、今回感じたことや得た知識を、これから多くの方々に広げていきたいと思います。



株式会社 湖池屋

メール

ls1shop@koikeya.co.jp

TEL

0120-749-418

FAX

03-3979-2184

コイケヤ LS1 ショップ

<http://ls1.koikeya.co.jp/>

検索