

お茶の時間



新元号が4月1日に発表されることになった。平成の30年が短く思えるのは、長く生きている証しか。
 今やAIが様々な所で活躍している。人間がロボットが判断のつかない時代も目前。手塚治虫さんが描いた世界が当前になる。
 数年前、息子の家で「サンキュー グーグル TV をつけて」「電気を消して」の声に反応するものを知った。テレビを購入した時のおまけだったそうだが、やりとりが愉快で気に入った。
 スマートスピーカーという。声を出して ON, OFF するのがいい。便利で、暮らしを楽しめる道具である。時々「申し訳ありません、よく聞き取れませんでした」なんて謝られちゃって、可愛いらしい。

ほんと、ほんと、同じシワでも笑ってできたシワがいい。老眼鏡をかけるのとあちこちの汚れや顔のシワがはきり見えて愕然とするか、ま、ここが現実。
 中身よ、ハートよ、ドーンと来いよ、ネ、ご同輩。

ほほえめば
 友だちか
 できる
 しかめ、面も
 すれば
 シワが
 できる

こころに響く言葉

いのもの みつけ!

LEDセンサー付ライト

人感センサーライト



足元用 手すりライト 懐中電灯にもなる 階段下口用 ベッド角に置いた。

階段踊り場の手すりに屋内用人感センサーライトをぶら下げた。通るたびに階段を照らすのでスイッチのON, OFFが不用になり、もっぱらこのライトで済ませている。
 先日、まだ暗い早朝、食事の準備中突然ブレーカーが落ち驚いたが、慌てる私に反応して周辺を照らしてくれ助かった。ベッド足元や階段下口にも置いた。足元の不安がない。
 蓄電ではないので乾電池の準備は忘れた。3か月位は持つ。いいものみつけ、暮らしの変化を楽しんでいる。



1380円で購入。置いておくといい。

歯のよもやま話 第四十話

歯科の技術・工学

レントゲン (X線)

X線は物理現象ですから工学とは言えませんが、使用法に色々な工夫がありま
 すのでここで扱ってもいいでしょう。
 歯は硬い組織でしかも硬い顎の骨に植
 わっています。そのため肉眼で見ただけ
 では状況がよくわかりません。詳しく見
 るためにX線がよく使われます。

X線は1895年、ドイツのウィルヘルム・レントゲンに
 よって発見されま
 した。彼は陰極線
 管の実験をしてい
 る時に、管から光
 が漏れないよう厳重に銀箔で包んでいる
 にも関わらず、近くに置いた蛍光紙が光
 ることに気付きました。さらに管と蛍光
 紙の間に金属を置くとその影がでまし
 た。また遮蔽した写真乾板の上に白金円
 盤を置くと円盤の影が白く写ることもわ
 かりました。そこで陰極線管からなにか
 未知の線が出ていることを確信し、X線
 と呼びました。何度も実験した後、妻の
 ベルタ夫人を研究
 室に誘い、乾板の
 上に夫人の手を置
 きX線を当てて現像
 すると夫人の手の
 骨と軟組織と指輪が写っていました。レ
 ントゲンはX線発見により第一回ノーベ
 ル物理学賞を受賞しています。



X線発見した彼のレントゲン

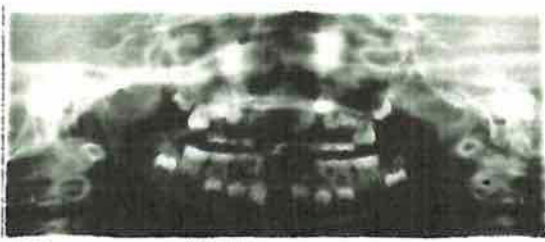


1895年12月22日に撮影したベルタ夫人の手のX線写真(白黒)

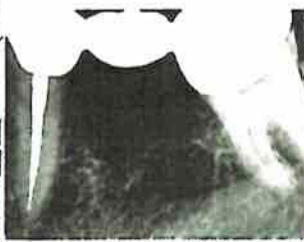
の翌年(実質二ヶ月後)にすでに使用報
 告があります。日本では野口英世が明治
 三十年(1897)に紹介記事を書いていま
 す。我が国における使用例は明治四十二
 年(1909)に撮影報告があります。
 私の父の診療室では、私の小学生の頃
 機械を購入した覚えがあります。昭和二
 十五年(1950)頃でしょうか。高価な装
 置だったのでしょうか。

歯科における主要な使用法として小さ
 な写真フィルムを口腔
 内に入れ口腔外からX
 線を照射して撮影する
 デンタル撮影がありま
 す。像が精密ですが撮
 影範囲が小さいのが欠
 点です。また顔の周り
 を線源が回りながらフィルムも同期して
 回り、一枚のフィルムに口腔内全体を写
 すパノラマ撮影もよく
 使われます。

以前は撮影に写真フ
 イルムが使用されまし
 たが、現在はフィルム
 の代りにデジタルセン
 サーが使われるようにな
 り、現像の手間と時
 間を省くことができ、
 コンピューターですぐ
 見られますので大変便
 利になりました。それ
 ばかりか写真フィルム
 の場合よりX線照射量を十分の程度ま
 で減らすことができ、放射線被曝の危険
 性も大幅に減らすことができます。
 また、一本の歯を立体的に観察できる
 歯科用CTも開発されています。



子供のパノラマ撮影像 顎の中に永久歯が認められる



デンタル撮影

子田晃一

生活を彩る



部屋の壁に丸鏡に納められたブタの絵が飾られている。パソコンで遊
び始めた当時小学生だった三男が「母の日」のプレゼントだ。
背景はカタカナ文字の「ブタ」でギョッリ埋められ、子どもらしい遊び
心が効いて楽しい。愛くるしい表情を眺めると自然に顔がほころぶ
小さなブタの置物を食卓に30年になる。出合いはかつて新潟市の
極小路にあった「ワークアップ」というヨーロッパのおもちゃ類を扱う
店で見つけた。手の指先ほどの小さなブタの置物が可愛かった。見上げた
表情、あお向けや横に寝る姿が愉快で3個買った。それから
旅先や街でも真先に飛び込んでくるように仲間が増えていく。
京都の参道も歩いてきた時、妙にひかれて立ち寄った店でも他の
コロンとした素焼きのブタを見つけた。手のひらにのせると私に語り
かけてくるように、早速店主にお話しすると「お気に入りだ、こ
れも嬉しく思います。これは夫の作品で、上品な笑顔をみせた
どんなに小さな作品でも手に取ると、それだけで作者の思いや性格
がにじみ出て、その出会いが嬉しい。」
イタリアを旅した長男が「母さんだけに土産かいてほしいな」と
言ふと、ベニスで見つけたというちねと小さいけれど精巧な作り
のブタも個々、大事そうに手渡され感激した。外国産のブタは大概
身がとてつもない。幸運のブタ、黄金のブタ、などと呼ばれ高価だ
ている。

小さな形にこだわり、胸がキュッとなるような表情のブタを見つけると
喜んで私にすっぴん家族全員振り回されて彼らに「ブタは私に
なる存在になてくまらうな。」
今年も猪年。豚の原産地。大昔の口外に
ひ出し怖い感じだがウリ坊なんぞ可愛いじゃ
ない♡
いのしし生まれの性格は、優しくて正義感が強い。
嘘をつくと嫌うとか。
何はともあれ、これからもブタとの出会いを
楽しんで集め続けていく。

元気をもらおう 私の健康法

1. よく笑う。
今年も桂文珍初春落語独演会を楽しんだ。
お正月の疲れが出て中入後ウトウトは笑いに包まれ幸せ。
時間を作っては寄席を楽しむ。新宿末廣亭か浅草演芸ホール
によく行く。
笑いはストレスホルモンを抑えられる。リラックス、リラックス。
自律神経を整え、免疫力を高め、血糖値や血圧を下げる
効果も期待できる。などと書かれている。
免疫力を高めることは大切だ。

1. うがい。
夜中目が覚めトイレに行ったあと、洗面所でかならずうがいする。
サッパリして熟睡できる。かえって眠れなくなる、というは先ずい。
目が覚めたと思ったら読書する。ベッドに入ってから読書は、
睡眠剤のようなもの。読書タイムは、長年の習慣で眠りへと
導入してくれるのだ。
うがいは無意識にしている。

1. 緑茶を飲む。
日本茶が好き。紅茶が好き。抹茶が好き。たっぴり飲む。
抹茶は娘時代、夏千家をたしんだので茶道具は全て揃って
いる。ただし今はちゃっと気軽に点てて楽しむだけ。
お酒のあとの一服の抹茶、おいしいよ。

1. 軽い運動。
転倒予防に屈伸運動を始めた。入浴中は湯ぶねで足首を
廻したり、手の指を広げたり握ったりもする。
ストレッチの他にスクワットも仲間入り。スクワットは結構
ハード。スクワットをするようになって階段の登り下り、坂と上がる
ことも苦でなくなった。

腰椎の手術から始まって、アキレス腱断裂、胆のう全摘出、脊椎管狭窄症、等々体の
あちこちには手術の跡が残っている。
見た目は健康そのもの。今も現役フルタイムで仕事する。幼い頃から薬は大の
苦手。仕方なく服用している薬はあるが毎回目を白黒させながらたっぴりのさ湯で
流し込む有様だ。
インフルエンザの辛さも10年前に体験したので、お金もかからず、道具も使わず出来る健
康法を心かけ、おかげで風邪を引かない体になった。トイレでは便や尿の色
もチェックする(この習慣でか大腸のポリプも早目にみつ、内視鏡検査で除去)
本当はストレスはたまっているのだが、昔に比べれば、いい加減な暮らしができる
ようになった。これが功を奏している気がする。それもいいのだ。



楽しくチャレンジ
干し柿用の柿をたっぷり頂戴しお陰で
手作りの楽しさと美味しい味に満足した。
干してから2週間、味見。おいしい!!
早さめたまましばらくは食べる分だけハサミで
かち切ってはモグモグ。手回しをかけただけに
特別美味である。すでに晩秋が待ちどおしい。
長く干すと堅くなるので、冷蔵庫か冷凍庫に。
干し柿を削いで柚子の千切りを包み込み、1つずつ
ラップにくるんで冷凍保存しておくといふと、患者
さんから教えていただいた。
手作りもうひとつ = 干し椎茸
いつも農家直販所で大量の椎茸を買う。
軽く干せば、冷凍にしたりとほぼ毎日食卓に
きのこの登場するほど好物だ。
薪ストーブを使っているうちに、とストーブ前に
新聞紙を広げ干した。上出来! 戻し汁は料理
の旨味に欠かせない。ひと手間、これが大事なんだ。

月のつぶやき
仕事が終わわり、隣りの自
宅に戻る時視線を感じ
空を見上げる。
月が出てくる。心が和む。
真夜中、明かりに誘われ
カーテンを開けると、煌々と
輝く月が。
文句なく美しい。
しみじみと
立ち見にけりけふの月
名月を
取てくわらへ
泣く子かな 一茶

訂正 135号「星のほやま話」...1946年は、1936年の間違いでした。 ように。これが功を奏している気がする。それもいいのだ。