

自分らしい 歯科衛生士の形が、 見つかります！



今年こそ、“受け身な活動”から卒業する！

初めてグッペリ活動に参加したのは、2013年のちょうど今頃。千葉県の柏市で行なわれた、子育てイベントでした。思っていた以上に楽しくて、それからは親子グッペリとか大宮の献血ルームとか、機会を見つけてはコンスタントに参加するようになつて。メンバーの方からも刺激をもらえるし、いつもすごく充実した時間をお過ごさせてもらっています。

ただ、参加型、だとどこか「主催者の意向に沿つてやる」というところから抜け出せないなあという思いはあります。なんとなくずっと受け身な感じといふか……。話すテーマもスライドも、主催されるメンバーさんのほうで用意してくれるから「歯周病に関する知識だけちゃんと持つていればいいか」みたいな。どこの任せになつてしまつているところはあつたんですね。

そこで今年の目標に掲げたのは、自分が主体となつて活動すること。昨年末に開催されたメンバーミーティングで思いました！ そのときに開催予定の1つとして発表したのが、先日

今回主催してみてよかつたのは、今の自分にとって何が課題なのかが鮮明に

宣言したことが、背中を押してくれました

の『sun-sun-sun』での活動だったんです。

実際に動き始めてみると、思っていた以上に準備は大変でした。どんな内容に

前号でお伝えした、埼玉県のママサークル

『sun-sun-sun』でのグッペリ活動。

主催者であるGoodbye Perio プロジェクトメンバーの高橋絢子さんは、

今回初めて自分で企画した活動をすることになりました。
「どんな人にどんなメッセージを伝えるか。

自分でテーマを決められたことは、大きな経験でしたね」

歯科衛生士としての新たな目標が、見え始めています。

高橋 絢子さん／埼玉県



Goodbye.
Perio Project

高橋絢子さんの
グッペリノート

Goodbye Perio プロジェクトメンバーのミーティングを皮切りに、
“自分が主催するグッペリ活動”が始まった高橋さん。
ダウン症のお子さんを持つママサークル『sun-sun-sun』では、
実際にどんな準備を行なったのでしょうか！？

1 活動場所を探す

お子さんを対象にしたグッペリ活動をしたいという気持ちがずっとありました。小さい頃の知識や経験は、将来絶対役に立つと思うからです。どこでどんな人にお話ができるかなと考えたとき、活用したのがFacebookやInstagram。そこで声をかけてくれたのが、『sun-sun-sun』の綿貫さんでした。

2 講演内容の準備

スライドの内容や使う媒体については、事務局の方へ相談。「こんなねいぐるみがあるよ」「赤ちゃん向けの活動ではこんなスライドを使った」など。過去の実績も聞けたのが、すごく参考になりました。

3 一番悩んだところ

こちらサイドで考えてしまうと歯周病の話だけになってしまうので、事前にママたちへ質問を募ったところ……。予想以上に来てしまい大混乱(笑)！お手伝いしてくれたメンバーのアドバイスもあり、歯周病と全身疾患の話につなげました。

4 活動を終えて……

終わったあと、綿貫さんから「今回来られなかった子にも共有したい！」といううれしいメッセージが。でも私としては、力不足を感じることも多かったです。食育の話を入れればよかったとか、もっとコミュニケーションをとりたかったとか。この会はぜひシリーズ化したいので、次の反省に活かします！



見えてきたことです。たとえば職場で年間計画を立てるとき、「歯科衛生士としてこれを頑張ります」とて決めたところでそれってやっぱり職場での目標になるんじゃないですか。私自身が本当にやりたいこととか目指したいことは、またちょっと違うんですね。

でもグッペリ活動は、私個人の考えが問われるもの。自分は何がしたいのか、今の状況で何をすべきなのかっていうのを考えなければ、主体性を持って行動することはできないんだと気がついたんです。達成するかどうかもすべて私の責任だし、逆に言えば手帳に書いて終わりにしてしまうこともできる。主催する側になつて初めて、自分の意志を持つ大切さを学びました。

だから、メンバーの前で宣言させていたいたときは「やらなきゃ！」って本気で思いましたね。おかげできちんと活動にもつなげることができたし、「子どもの食に対する勉強がまだ足りないな」という私なりの課題も見つかりました。一般的な歯科衛生士としての目標じゃなくて、私らしい目標が見えてくるからグッペリ活動はやめられないんだろ

うなつて改めて実感しています。行動を起こすまで勇気や意欲はいりますけど、その先是絶対楽しいですよ。私の友人も「パワーポイントでうまく話せなきゃダメなんでしょう？」なんて心配していましたけど、いつも通り患者さんと接しているのであれば大丈夫。自分らしい歯科衛生士の形を見つけるためにも、みんなどんどん参加してほしいのについて思います。

夏休み中の子どもたちに、
フロスを習慣化してもらいませんか？

フロスを習慣に導く3つのポイントが組み込まれた『子ども用フロスカレンダー』。グッペリメンバーの方に期間限定でプレゼントしています。まだメンバーになっていない方は、この機会にぜひ！

グッペリ登録はコチラから
<https://goodbyeperio.jp/entry/>

インターネットで「グッペリ」と検索し、ホームページの「ENTRY」からも参加できます。