

「姿勢の確認とその改善方法について」

納富元大

皆さまはご自身の立ち姿勢や座り姿勢を気にされた事がありますか？何となく気にはなっている方は多いと思います。その姿勢ですが、自分にとっての「楽な姿勢」は「良い姿勢」とは限りません。毎日の「くせ」、立ちぐせ、座りぐせ、偏った作業姿勢など、色々な要因で今のあなたの姿勢が作られています。今回は、今の姿勢を確認把握して頂き、その姿勢によって偏った骨格、硬くなった筋肉、弱くなった筋肉を改善する為のエクササイズのお話を致します。良い姿勢になれば、身体に負担が掛からず、疲れにくく、動きやすい身体になります。偏った姿勢を少しでも良い姿勢に改善し、正しい姿勢で良いパフォーマンスを発揮できるようにお手伝いさせていただきます。

「歯科医院・個人ラボ・専門学校三つの視点から観測した技工士のかたち ～メテオロロジカル技工入門～」

中川隆志

専門学校卒業後、歯科医院内の院内技工室に就職し、約10年勤務しました。その後、個人ラボを開業し、ちょうど10年になります。その間に「博多メディカル専門学校」へと校名を変更した出身校にて非常勤講師の依頼を頂き、インプラント学や歯科技工概論・歯科理工学の実験などの科目を担当し、勤続13年目となりました。

材料学が好きな歯科技工士が歯科医院やラボに勤務すると、幾つか気になることがあります。今回は、違和感を覚える商品説明の言い回しや、実際の効果を検証するために行った実験などを紹介させていただきます。

また、「文化講演会」とはさまざまな分野の話から教養を深める場だと聞きました。私は趣味で気象予報士の資格を持っており「日本気象予報士会」にも所属しておりますので、福岡の地域気象の話やメテオロロジカル (meteorological:気象) な観点から自然科学的な歯科材料の話を見せてもらえればと思います。重ねて、気象観測のように、歯科の世界を3つの異なる場所から見ると感じた歯科技工士の現在のかたちをお伝えします。