



## book

### シャープニングを体で覚えるための実践的な教材！ 書評『新・上間京子のシャープニングそのまんま図鑑』



『新・上間京子のシャープニングそのまんま図鑑』  
上間京子・編著(税別 3,000 円、小社より好評発売中)

SRP の上達には、シャープニングの習得が重要です。しっかりとシャープニングされたスケーラーを使うと、治療時間が短縮され、患者さんの負担も軽減し、それだけで SRP がうまくなったように感じます。研げていないスケーラーでは、縁下歯石の表面を削り、歯石を残し、大切なケアタイムを浪費してしまいます。

以前の私は、シャープニングができていないか否か、それすらわからない状態でした。そんな私が『新・上間京子のシャープニングそのまんま図鑑』に出合ったのは、筆者の上間京子先生が主催する「Jokan スクール」の修了式でした。

本書は手頃な厚さで、持ち運びやすい大きさです。私が以前使っていたテキストよりも写真が多く、読みやすいレイアウトになっており、各ページにぎっしりと内容が詰まっています。写真が術者目線になっていて、自分の手元と比べやすく、丁寧な補足説明もあり、読む側のことを考えて作られています。一番驚いたのは、それぞれの角度を覚える際の目安が載っていることです。

私はフェイスの平行性、ストーンの角度を覚えるのが苦手で、一番時間がかかりました。スケーラーとストーンを構えたときに正しい角度になるように、上間先生からご指導を受けながら目安を覚えました。本書には、「目安から体得すること」と書かれており、シャープニング前の正しいフェ

イスの見え方や、ストーンの角度の目安、練習方法がすべて載っています。シャープニング前後の比較や、スケーラーの動きの軌道が写真とイラストで表現され、重要なポイントと注意点の写真も添えられており、実習時の上間先生の声が聞こえてくるような感じです。

Jokan スクールでは、今まで覚えていたシャープニングをリセットし、学び直します。まず、原型を維持しながら研ぐためにはメソッドが必要です。そうしないといろいろな角度で刃がついて変形してしまいます。理想のシャープさが触感でわかること、原型を維持すること、小さな変形に気づいて修正できるようになることを身につけるために、繰り返し練習します。シャープニングスキルを読むだけで習得するのは、とても難しいと思います。本書は読むだけでなく、手を動かしながら、写真と見比べて体で覚えるための実践的な教材です。臨床の手技は頭で理解するだけでは忘れてしまいがちです。本当に自分のものにするためには、手を動かして習得する時間が必要です。

私が上間先生がシャープニングされたスケーラーを初めてテストしたときの衝撃は、今でも忘れません。カッティングエッジの刃がテストスティックに吸い付くように食い込み、きれいな音がしました。そのときのシャープさを目標に、今後も学んでいきたいと思っています。

プロローグの、「シャープニングは歯科衛生士に必要な手の力と器用さと、触感という究極の繊細さを訓練する大切な道なのです」という言葉に感銘を受けます。上間先生の指導から、歯科衛生士の仕事の繊細さと技術の素晴らしさを実感することができました。これほど丁寧な本を作り上げてくださった上間先生と講師の先生方に、感謝の気持ちでいっぱいです。これからも、本書を参考にしながら、プロの歯科衛生士をめざしていきたいと思います。

(文・永井寛子／兵庫県芦屋市・むらまつ歯科クリニック・歯科衛生士)