

2026

5,6

Yoshida Dental NEWS

いつものニュースレターとは少し違うフォーマットでお届けする今月号。本編のテーマに合わせて、『いつものスタイル』から少しだけ踏み出してみました。

「界限」「化からの脱却

「界限」という言葉を、最近よく耳にするようになりました。もともとは「近所」や「周辺」を指す言葉でしたが、今ではSNSを通じて特定のコミュニティやジャンル、自分のライフスタイルを緩やかにカテゴライズする言葉としてすっかり定着し、2024年の流行語大賞ではトップテン入りを果たしたほどです。

スマートフォンを開けば、ネットショッピングでも動画サイトでも、この「界限」の引力を強く感じます。「あなたへのおすすめ」として並ぶのは、私の好みを熟知したかのようなラインナップばかり。優秀なAIは、過去の行動履歴を分析し、「絶対に好きだろう」という情報だけを集め、最適化された居心地の良い空間、いわば「私だけの界限」を作り上げてくれます。

それはとても快適なものです。でも、そのぬるま湯のように最適化された世界にどっぷり浸かっていると、ふと物足りなさを感じる瞬間があります。「たまたま見つけた予想外の発見」や、「自分では絶対に選ばないけれど、試してみたら思いのほか良かった」という、偶然の出会いが日常から失わ

れてしまっているのではないかと。

気づけばこの最適化の波はネットの中にとどまらず、リアルな日常にまで侵食しているように思えます。実は「お口のケア」や「歯科医院へのイメージ」においても、この「界限」化は無意識のうちに起きている気がします。

例えば、何年も同じ形の歯ブラシを買い、同じ磨き方を繰り返す。「歯医者者は痛くなったら仕方なく行くところ」と思い込んでいる。あるいは、「自分にはこの治療法しかない」と過去の経験だけで結論づけてしまう。

これこそ、ご自身の経験や感覚という「自分専用のアルゴリズム」に沿った行動です。「当たりを引きたい」より「失敗を引きたくない」心理が勝り、つい「既定の正解」を求めてしまう。それが、気づかないうちに「界限」という狭い世界からの脱却を阻んでいるのです。もちろん、ご自身のこだわりやライフスタイルは大切にすべきものです。しかし、自己流の常識だけで世界を固定してしまうと、もつと快適で、もつと自分らしくなくなるはずの「新しい選択肢」に出会う機会を、知らず知らずのうちに手放してしまうことになります。

では、自分の作った界限から抜け出し、未知の可能性に触れるにはどうすればいいのでしょうか。一番簡単な方法は、「他者の視点」を取り入れることです。

私たち歯科医院は、お口の健康を守る場所であると同時に、皆さまにとつての「新しい選択肢」の提供の場でありたいと考えています。例えば、お口のプロである歯科衛生士の目を通せば、A Iの予測やご自身の検索履歴から出てこない、あなたの今の状態に一番適切なケアグッズをご提案できます。自己流の歯磨きという枠組みではどうしても落としきれなかった汚れを、プロの技術でリセットしたときの爽快感や、プロ視点の指導によるライフハックは、日常におけるちよつとした気付きになるはずです。そして、私たちがご提示できる選択肢は、日々のケアだけにとどまりません。

ご自身の本来の魅力をさらに引き出す「審美（セラミック等）」や、美容室感覚で軽やかに試せる「ハワイトニング」。歯並びや顔の印象まで整える「矯正」、自分の歯のようにしつかり噛む喜びを取り戻す「インプラント」。さらには、食いしばりや顎の疲れを和らげる「ボトックス」や、通院が難しくなったご家族の健康を守る「訪問診療」まで、その領域は驚くほど多岐にわたります。

プロとして、私たちは皆さまにこうした「新しい発見」をご案内したいと願っています。しかし同時に、深く自

戒していることもあります。それは、「これが絶対の正解です」と一方的に押し付けてしまえば、結局のところ、皆さまを「吉田歯科口腔外科という新しい界限」に閉じ込めてしまうことになりかねない、ということです。

ご自身の価値観や大切にしているベースはそのままに、「こんなアプローチもありますよ」と、そつと可能性を広げるお手伝いをする。それが私たちの本当の役割なのだと思います。

私たちは気づかないうちに、自分の都合の良い、居心地のいいだけの狭い世界に閉じこもってしまいがちです。しかし、ほんの少しの好奇心を持って、自分の外側にある視点を受け入れたとき、凝り固まっていた常識ははぐれ、予想もしなかった新しい風景が広がります。

ぜひ「今の私には、どんな選択肢がありますか？」と、お気軽にスタッフへ問いかけてみてください。思い込みという「界限」から一歩踏み出し、未知の正解に触れてみる。そうやって新陳代謝を繰り返し、少しずつ自分の世界を拡張していくことは、いくつになっても、とても豊かでワクワクする体験になるはずです。

医療法人社団 吉田歯科口腔外科

〒042-0932 函館市湯川町1丁目30-8 TEL 0138-59-3918

診療時間 9:00~12:30 / 13:30~17:30 休診日 土曜・日曜・祝日

<https://www.ydos.com/>



X (旧Twitter)



Instagram