



私は、衛生士専門学校を卒業して初めて就職した歯科医院に、7年振りに職場復帰を果たすことができました。見知った院長先生ですから無理を聞いていただき、当初は2時間勤務でお願いしました。

7年ぶりの社会復帰といっても過言ではありません。子どもを幼稚園に送り、『自分の身支度を済ませて出勤する』という日々は緊張の連続でした。毎日の出勤に相応しい服装を考えな

家族から歯科衛生士として復帰する同意がもらえたら、いよいよ就活です！ 候補に上がった歯科医院と条件を取り決める前に、私の経験から得たお勧め情報をお話ししたいと思います。

できるだけ多くの方が復帰してよかったと思えるようになれば幸いです。

このような復帰後のしばらくの期間を、私は「グルームデーズ」と自分なりに名付けています。文字通り訳すと「憂鬱な日々」です。このグルームデーズをいかに短くするか、ストレスを軽減するか。性格の違いもあり人それぞれでしょうが、以下の方法もお考えいただけます。

夫や家族に愚痴を言おうものならば「衛生士でなくてもっと楽な仕事にしたら？」とまで言われてしまいました。家族にも愚痴れない中、1ヶ月ほどはストレスが溜まった期間でした。

ければなりません。患者さんやスタッフ、院長先生など、常に人とお会いする仕事です。髪や肌の状態も気になって仕方がなく、ストレスの始まりだったような気がします。

更には、新しい人間関係の中で、錆びついた技術を駆使しながらも、患者さんを診なければいけないということ。どれだけ緊張するか想像してみてください。終わった後も、先生や先輩スタッフから、アレができない、コレができていない、最後には覚えが悪いとまで言われたこともありました。

復帰後しばらくは、仕事の達成感を感じ以前に、自分自身に対する失望感や嫌悪感を持ったまま帰宅することが多かったように思います。

新刊のご案内

ステキに歯科衛生士！
復帰を考えるあなたへ
復帰サポートBOOK
長岐 祐子 著



¥500
11月25日発売 予約受付中！

ご購入は
(株)スマイル・フォー・ユー
TEL 03-6311-8720
までお気軽にお問い合わせください。

- ① ウォーミングアップ期間を考えて、最初はパートから始め、徐々に働く時間を延ばす。もちろん、決めた時間内にやるべきことは完結する。
- ② 以前勤めていた医院や、自分を知っているスタッフが働いている職場から始めてみる。一人でも自分を理解してくれる人がいるだけで、ミスをした時は本当に救われます。
- ③ 新しい職場です。過去のご自身の経験や年齢の上下関係にあまりこだわらず、分からないことがあれば素直に質問をし、周りのスタッフの協力を求めるなど協調のスタンスをとる。
- ④ 自分で得た収入で、自分自身あるいは家族に感謝のプレゼントをする。自身にとっては、ご褒美となり次の頑張りにつながります。家族からは応援が得られるようになります。

カムバック
歯科衛生士

★ 復職応援します



株式会社スマイル・フォー・ユー
代表取締役/歯科衛生士
長岐 祐子

歯科衛生士歴 30 年。多くの歯科医院での勤務を経て、子育て後、フリーランスとして活動。2011 年に人材育成・教育事業のスマイル・フォー・ユーを立ち上げる。

- ・日本歯周病学会認定歯科衛生士
- ・JSOIインプラント専門歯科衛生士
- ・日本歯科衛生士会認定歯科衛生士生活習慣病予防
- ・日本成人矯正歯科学会歯並びコーディネータ
- ・日本成人病予防協会認定 健康管理士一般指導員
- ・コーピングインスティテュートコーチ
- ・整理収納アドバイザー1級

(株)スマイル・フォー・ユー
03-6311-8720

歯科医院の人材育成・教育・復帰のご相談は、
お気軽にお問い合わせください。