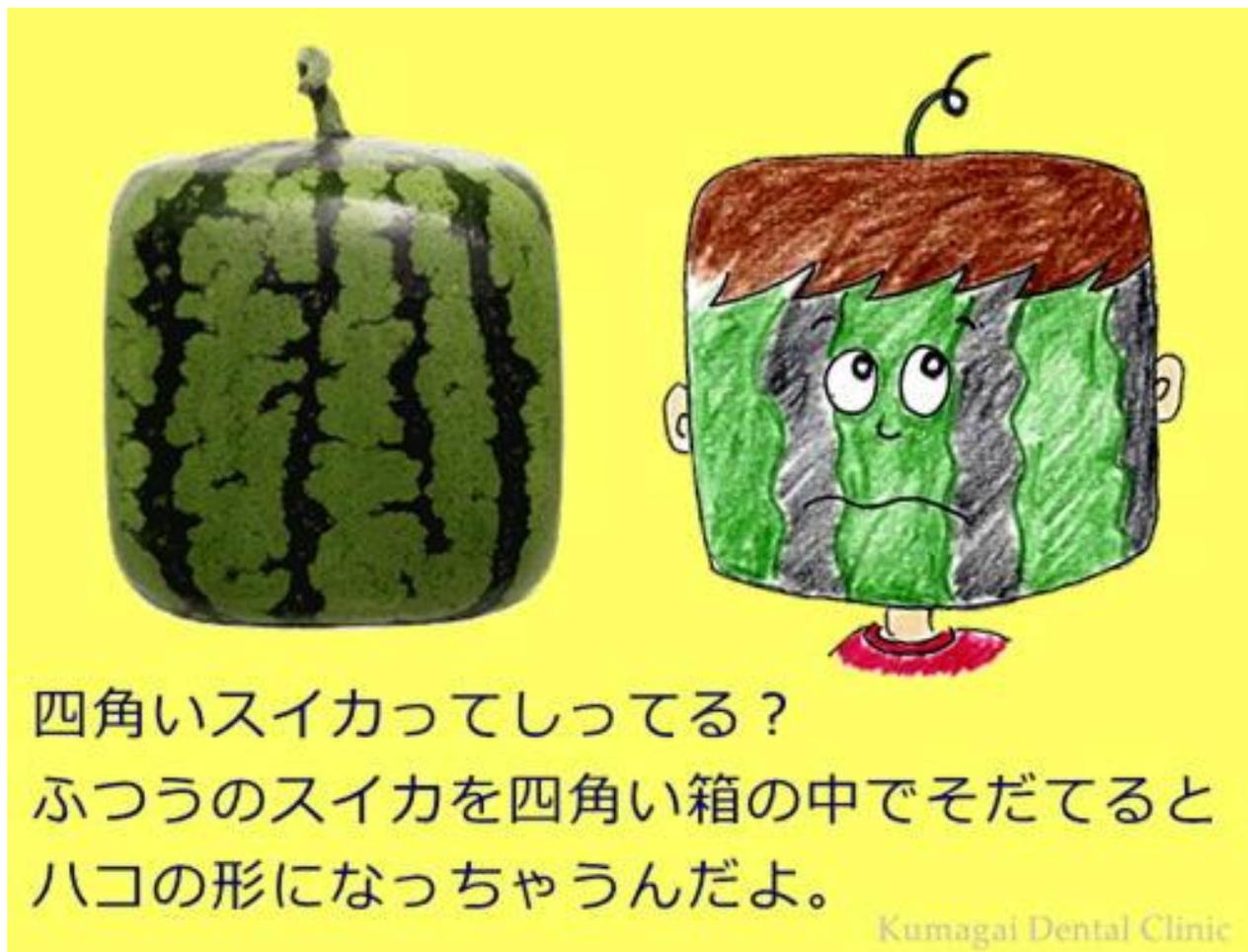


くまがい歯科 こども通信



顔の形は生まれつき？



四角いスイカってしってる？
ふつうのスイカを四角い箱の中でそだてると
ハコの形になっちゃうんだよ。

Kumagai Dental Clinic

姿勢が悪いとお顔がゆがむ

生まれたばかりのかわいい赤ちゃんが20年後の成人になるまでに体重で1.5倍以上、身長で3倍以上に成長するんだ。

人間も立っている時や座っている姿勢が悪かったり、頬杖をついたり、うつ伏せで寝るクセや、口びるをかんだり、吸ったりするクセがあると力のかかっている部分の骨が成長出来なくて、顔や身体の形がゆがんだ大人になってしまうんだ。

悪い姿勢の見本



良い成長と悪い成長

お口を閉じてお鼻で息を吸う事がとっても大切な事だって、みんなはよくわかっているよね。お顔が正しく成長するためには、絶対に必要なことなんだ！お口の中には舌があるよね。正しくお顔が成長している子はお口の中の大きさと舌の大きさがぴったり同じ。

お口を閉じている子は舌が口の中でキュウクツにならないように、顎もそれに合わせて広がって成長するからなんだ。

赤ちゃんの貝殻が身の成長に合わせて大きくなっていくのと同じしくみだね。

だから、いつもお口が開いている子は舌が成長しても顎は大きくなるらないんだ。お口を閉じようとしても、舌がはみ出て閉じられない！なんて困ったちゃんにならないように！くまがい塾の音読トレーニングは鼻呼吸を身につける最良の方法なので、みんながんばってね！

彼女が欲しいなあ・・・。
この顔何とかならないかなあ。
ぼくも、マコさんといっしょに
くまがい塾にかよいたかった。
・・・(涙)



くまがい塾で教えてもらい、いつもお口を閉じていたので、きれいなお顔に成長した美人の馬子（マコ）さん。



いつもお口が開いていて、やたらお顔が長くなって、歯ならびもガタガタになってしまった馬吉（マキチ）くん。

Kumagai Dental Clinic

インジケーター・ラインを測ってみよう！

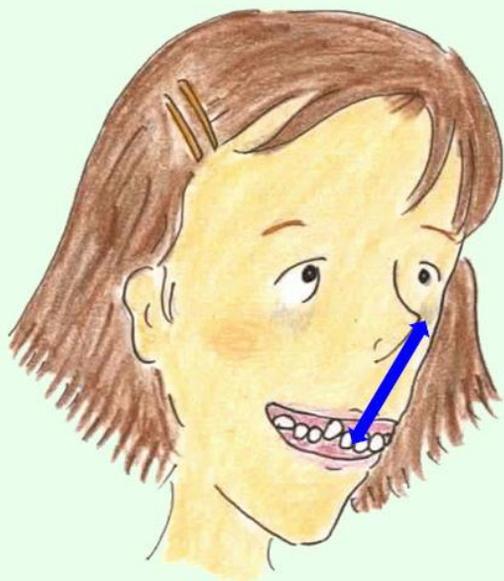
お顔が正しく成長しているかどうかを調べる目安として、イギリスのジョン・ミュー先生が発見したのが、IL（インジケーター・ライン）の長さを測る方法です。

鼻の頭と上の前歯の先端を結んだ線がILです。そして、この長さが $23\text{mm} + \text{年齢}$ を理想値としています。（18才未満）

個人差がありますので、あくまでも目安ですが、 $+3\text{mm}$ 以上は要注意です。

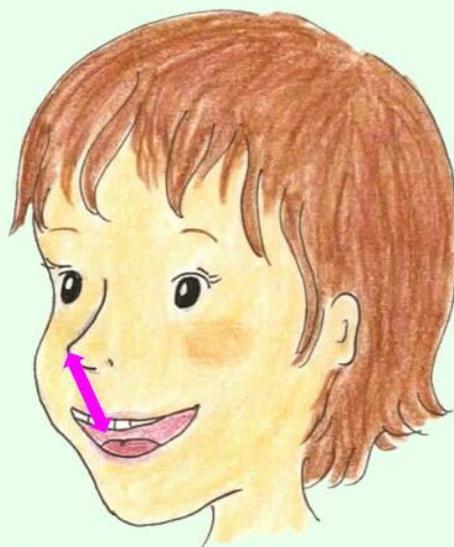
良い成長パターンでは、顔は前方に成長していきます。悪い成長パターンでは、顔は後下方へ成長していき、ILは長くなります。

インジケーター・ラインを測ってみよう！



$$IL = 45\text{mm} = 23\text{mm} + 8\text{才}$$

+14mm



$$IL = 31\text{mm} = 23\text{mm} + 8\text{才}$$

+0mm