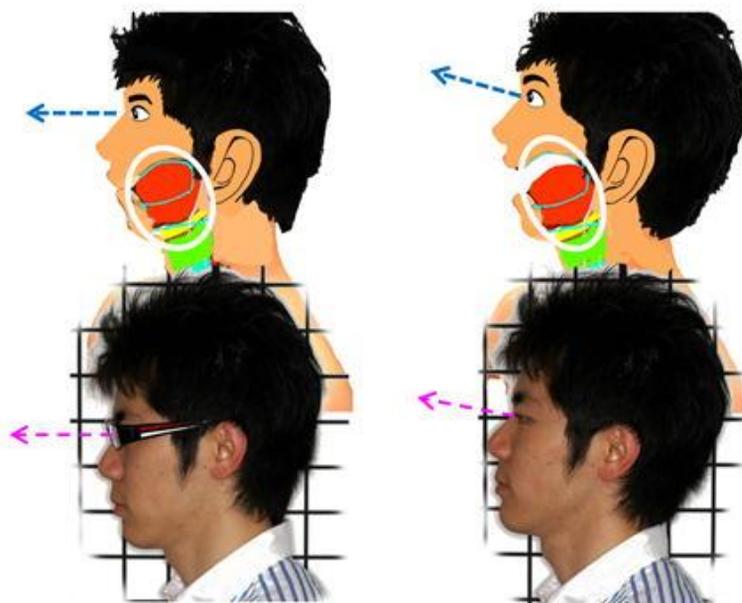


くまがい歯科 こども通信



目線で変わる舌の位置（しくみ編）



目線が水平だと、舌は上アゴにピッタリくっついて、アゴは舌のサイズに合わせて成長する。

目線が上向きだと、舌は上アゴから離れてしまう。

モデルが装着しているのは、くまがい先生の発明品の姿勢矯正メガネ。

Kumagai Dental Clinic

目線が水平だと舌は上アゴにピッタリくっついて、アゴは舌のサイズに合わせて成長する。

学説では舌の筋肉の力で上アゴに張り付いていることになっているけれど、くまがい先生の研究によるとその逆で、実は舌の上に上アゴが乗っかっているらしい。

その時は重い頭も首の骨だけではなく舌でも支えられるので、バランスが良くなり、余計な筋肉の力がいらなくなる。というしくみらしいよ。

目線が上向きだと舌は上アゴから離れてしまう。

上を向いても下を向いても舌の位置は変わらないから、上向きだと舌は上アゴから離れてしまうんだ。

学校でのキミの姿勢はどうか？



上向き
口ぽか
足投げ出し

下向き
かみしめ
ほおづえ

やや上向き
口ぽか

Kumagai Dental Clinic

自然の中で生活していると、動物もヒトも、寝てる時以外の大半は目線は水平なんだ。

遠くの地平線から現れる敵や獲物を早く見つけないと生きていけないからなんだね。

文明人の生活にはそういう必要がないので、目線が上向き下向きと色々になってしまうんだ。

だからお外でいっぱい遊ぼうね。

