



第8章 健康は足先からみつめる ～その具体的な方法～

2. 腸と足は私たちの根幹 ところが、現代人はじっとしていても食べ物のほうから自宅までやってくるのです。食べてはいけない人が食べ過ぎます。体重はますます増えて足に過重がかかるようになり、さらに動けなくなるのです。こうして回復不能な域を超えてしまいます。こうした状態に陥った人がいかに多いかは介護士の方であればよくわかることでしょう。動物はエサのある所に向かって真っすぐに立って真っすぐに進めなければなりません。斜めに立って向かうようでは、それは病氣であり、やがてその不均衡は足や腰、首などに目立った故障を呼び起こすでしょう。重心がセンターになれば、歩きに力強さがなくなり、真っすぐに歩くために絶えず脳が調整しなければいけなくなり、歩くだけで疲労感が残ります。みなさんは真っすぐに立っているでしょうか？ 次回は、それではどうすればよいかを述べていきます。 「食養学入門」BL研究所本文要約

床矯正・矯正(受け口・下顎前突)について

取り外し式の装置でアゴを拡げて、きれいな歯並びに！正しく咬んで、きれいな顔・かっこいい顔になろう！ 前歯でかめません。前歯が使えないと上顎が成長不足になってしまいます。前歯の根は長く、鼻の穴付近まであります。したがって前歯で咬むことで(前歯部のせん断能力)刺激が伝わり、上顎が成長します。顔の70%が上顎なので、前歯部が使えないとへこんだ顔つきになってしまいます。

- ①顔の成長は6歳までに約80%完了します。
 - ②6歳から10歳までは成長が減速します。
 - ③10歳から2回目の成長スパートが始まります。
 - ④女の子は14歳、男の子は17歳まで成長します。
- 顔の成長を考えると、できるだけ早期に治すことがとても大切です。**



スタッフからの一言



初めまして。こんにちは！歯科衛生士の寺内です☆8月から働き始めて、初めて書かせてもらうことになりました！2018年が終わり、新しい年が始まりました。去年は岩手県や島根県など色々なところに遊びに行って、充実した1年を過ごせました(´ω´)！今年の目標はもっと仕事に慣れることと、いろんなところに旅行して、美味しいものを食べることです△△△食べものが美味しいところなど知っていたらぜひ教えて下さい♡

1月の休診日は？

1 (火・祝)、2 (水)、3 (木)、6 (日)、13 (日)、14 (月・祝)、27 (日)です。尚、4 (金)は19:00までの診療です。20 (日)は11:00までの診療です。

HPのQRコード



まの歯科クリニック

〒173-0021
東京都板橋区弥生町27-13 サンロイヤルハイツ1F
TEL/FAX 03-5966-1837

※ 日曜日はしばらくの間、12:00前までの診療です。
(予約なくなり次第、終了) treatment

1月の無料歯科矯正相談の日は18(金)の夜と20(日)の朝です。



ホームページ <http://www.manoshika.jp>