



[大塚式]こども歯ならび矯正法 News Letter

大塚式を受講された先生方へ。

こんにちは、大塚矯正歯科クリニックの大塚 淳です。
昨日から、急に寒くなりました。

この News Letter は、私の知り合いの先生やセミナーを受講された先生を中心に送らせていただいております。
趣旨は私が日常臨床の中で「大塚式」こども歯ならび矯正法を実践していく中で気がついたこと、改善点、新しいアイデアなどをお伝えするためのメールです。

「大塚式こども歯ならび矯正法 News Letter」を PDF にて配信させていただいております。不要の方や、アドレス変更ご希望の方は下記へお願いします。

http://www.ooc.or.jp/otsuka_shiki/newsletter/

ご不明な点がございましたら下記までご連絡いただければと思います。

大塚矯正歯科クリニック
〒700-0903 岡山市北区幸町 8-18
Phone:086-234-0006 / Fax:086-234-3446
Eメール info@ooc.or.jp

- ★フェイスブック ツイッター
「大塚 淳」の実名で登録してます。
友達申請 / フォローをお待ちしております♪
- ★「いいね」 ボタンを押して頂ければ嬉しいです♪

今回のTOPICS

「あいうべ体操」について

今日は当院で使っている「あいうべ体操」についてです。
オリジナルの内容に手を少し加えたものを患者さんにお渡ししています。そのファイルを配信いたします。どうぞご利用ください。※次ページ参照

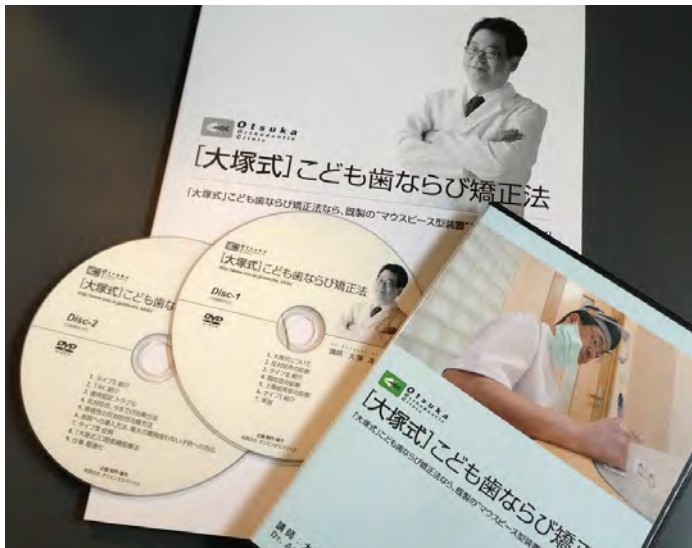
小学校低学年の子供に MFT「正しい発音」と「嚥下」を伝えるのは、「赤ちゃんに数学を教える」難しさがあります。
しかし、MFT は段階的に行くと飛躍的な効果が生まれます。
これがプレオルソ装置を使った「大塚式 MFT」です。

詳しくは、この度販売となりました、「大塚式」こども歯ならび矯正法 DVD を参考にしてみてください。

以前、講習会を受講された先生は、42000 円（税込）で販売致します。講習会を受講された先生、DVD を購入された先生は、プレオルソ装置を購入することができます。
DVD は 2 枚組、講義シュラバス（A4/118 ページ）が付属しております。

DVD のイントロ部分の動画を公開しております。
ご参考にしてみてください。

<http://youtu.be/cljsMYNiw5Q>



「大塚式」こども歯ならび矯正法 DVD

定価 47,250 円（税込）

以前、講習会を受講された先生は、42000 円（税込）ネットからのご注文は、こちらから。

http://www.ooc.or.jp/otsuka_shiki/

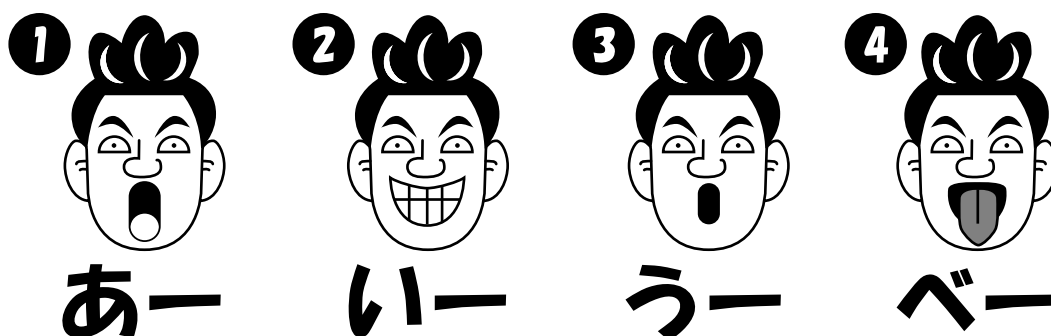
FAX でのご注文は、本 PDF3 ページ目の注文書にご記入頂き 086-234-3446 までお送りください。



あいうべ体操のやり方

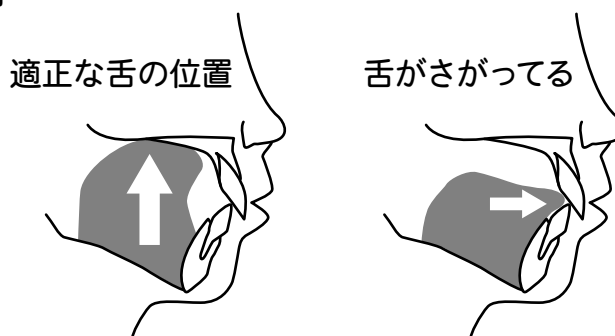
この運動は、お口の問題だけでなく、たとえばアレルギー性疾患や便秘、顔のむくみなど様々な不快症状を改善する可能性があります。
歯科治療の機会を通じて、試してみたいはいかがでしょうか。
口を大きく「あ〜」「い〜」「う〜」「べ〜」と動かします。
運動ですから、できるだけ大きさにします。声は小さい方がやりやすいです。
一日最低 30セット（「あいうべ」が1セット）やってください。
アゴが痛む方は、「い〜」「う〜」だけでも大丈夫です。

【あいうべ体操】



- ①【あ】 お口を大きくあける。
- ②【い】 口角(唇の端)を上方、後ろにしっかり引く。
- ③【う】 お口をすぼめる。(お口の周りの筋肉にキュッと力を入れる。)
- ④【べ】 舌を出せるところまで下へ出す。
(舌を出して、戻ったところが本当の舌の位置。)
⇒舌の正しい位置は、思ったより後のはずです。ご確認ください。

【適正な舌の位置】



舌の位置によって、唾液の分泌、歯槽膿漏、虫歯の状態まで変わってきます。
口を閉じているときは、必ず舌の位置を意識するようにして下さい。
舌の位置が改善されることで、様々な症状が改善していきます。
舌の本来の位置は、上あごにぴたりとついている状態です。(左図)
舌の先が、前歯の裏に当たっていたり、舌の両側に歯型がついていたりする方は、舌の位置が低下しています。(右図)「あいうべ」体操で、舌の位置を元通りにしていきましょう。早い方で3週間、遅い方でも3ヶ月程度で改善しますから、あきらめずにがんばってください。