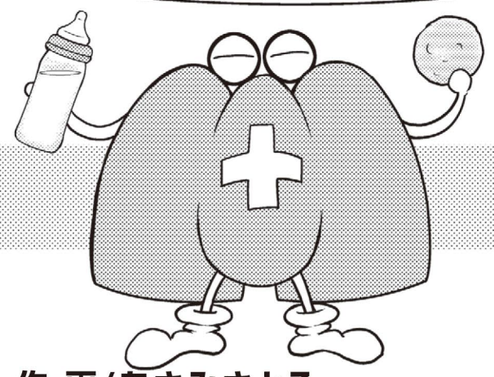
健康サポーター えむぞうくん
—口育編—

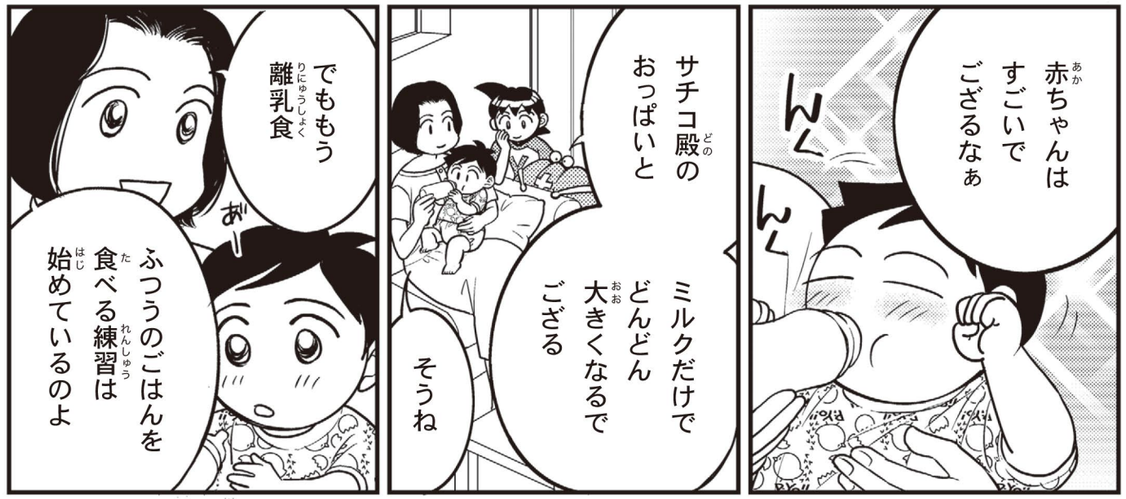
ミルクもおせんべいも美味しく食べたいね♪

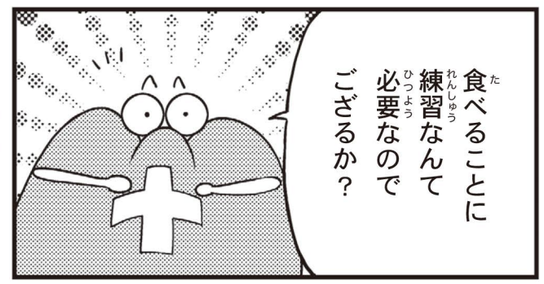


作・画/あさみさとる
監　修/鈴木丈夫（歯学博士）

ごはんを食べる練習をするぞぅ!

口だけでなく顎（顔）のかたちは赤ちゃんのころの習慣に起因することが多いのです！
正しく噛めていますか？

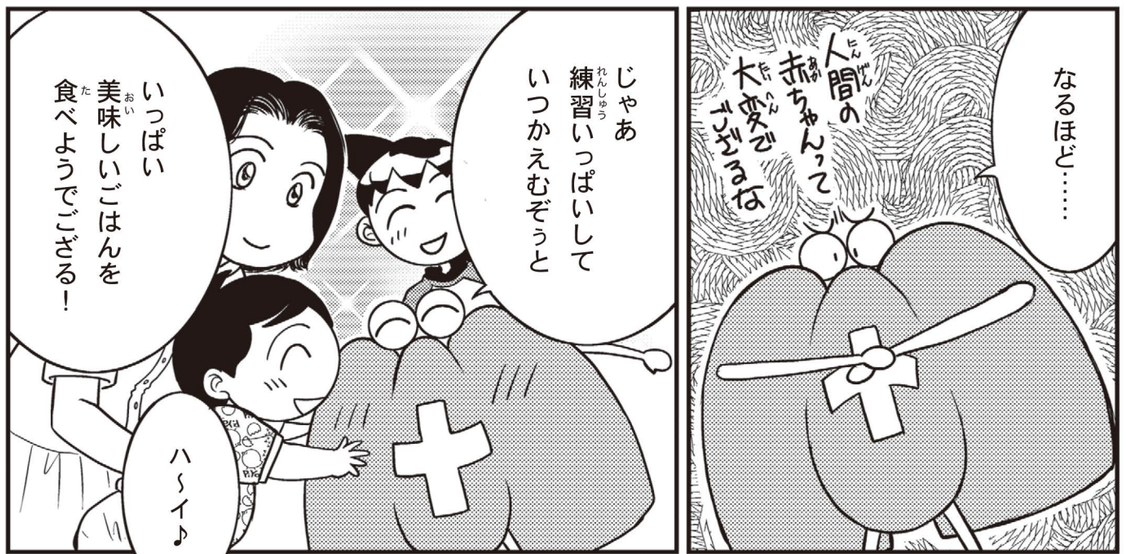




ストローで硬いシェークを飲むときと似てるね

〈赤ちゃんの食べ方（乳児嚥下）から大人の食べ方（成人嚥下）に上手く移行できないと……〉

- 口が開いていると口呼吸になる
  →低位舌の原因になる
  （舌が呼吸の邪魔になり下がる）
- ものを飲み込む際に口の周りの筋肉が緊張する
  →顎が小さくなる
  （飲み込む度に顎を後ろに引っ張っているため）
- 出っ歯になる
  （口が閉じていないため）
- 上下の顎の間に舌が入り込む
  →歯並びが悪くなる
  （舌を咬むため歯が内側に倒れるから）
  →顎の関節の負担になる
  （かみ合わせが安定しづらくなるため）



健康サポーターえむぞぅくんは日本医学交流協会医療団のイメージキャラクターです。
日本医学交流協会医療団 https://www.iryoudan.or.jp/