

クリニック紹介☆

隣の建物では子供の歯並びを良くする為に、楽しくトレーニングをしています！
興味のある方はスタッフに問い合わせるか
歯並び相談会へお越しください☆



毎月第4土曜日
13:30～
歯並び相談会
開催しますよ

LINEでも予約可能になりました。



QRコードを撮影し、
「歯の予約」を友達登録すると



★ 定期検診の予約や確認ができます。

★ 家族の予約管理ができ、日にちが近づくと知らせてくれます。

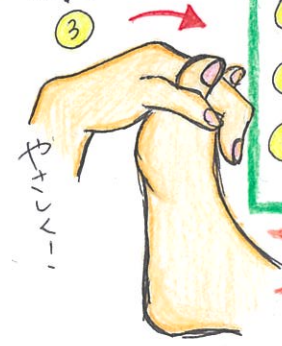
※ 予約のキャンセルや変更はできませんのでお電話下さい。

1月の歯並び相談会

1月26日(土)です

お子様の歯並びで気になる事がありましたら気軽にご相談下さい。

ゆびのば体操 たいそう ～みんなの足は健康ですか？～



- ① 足の指と手の指を組む
 - ② 足の指を曲げる(5秒)
 - ③ 足の指を反らす(5秒)
- ×10回

※力を入れ過ぎてはダメ！
やさしくすることがポイント！！

健康な足にするためには足の指を広げてのばすことが大切ですよ！！

ゆびのば体操を続けること...

- ◎ 運動能力アップ
- ◎ 姿勢がよくなる
- ◎ 歯並びが悪くなることを防ぐ

などが期待できます☆



歯ピスマ
通信
vol.27

この中で1つでも
当てはまれば、**口呼吸**の可能性がある！！
3つ以上あれば**要注意**！！

口呼吸チェック

☑ マークを当てはまるものについてみましょう！

- | | | |
|-----------------------|----------------|---------------------------------|
| ① □ 無意識のうちに口が半開きになる | ② □ 口内炎が起きやすい | ③ □ 歯並びが悪い |
| ④ □ 食事中にクチャクチャと音を立てる | ⑤ □ 唇が乾燥しがち | ⑥ □ 朝起きた時、のどが痛い |
| ⑦ □ 発音が明瞭でない | ⑧ □ 早食いである | ⑨ □ 片方で噛む |
| | | ⑩ □ 唇を閉じると、あごの先にシワがよって、梅干しができる |