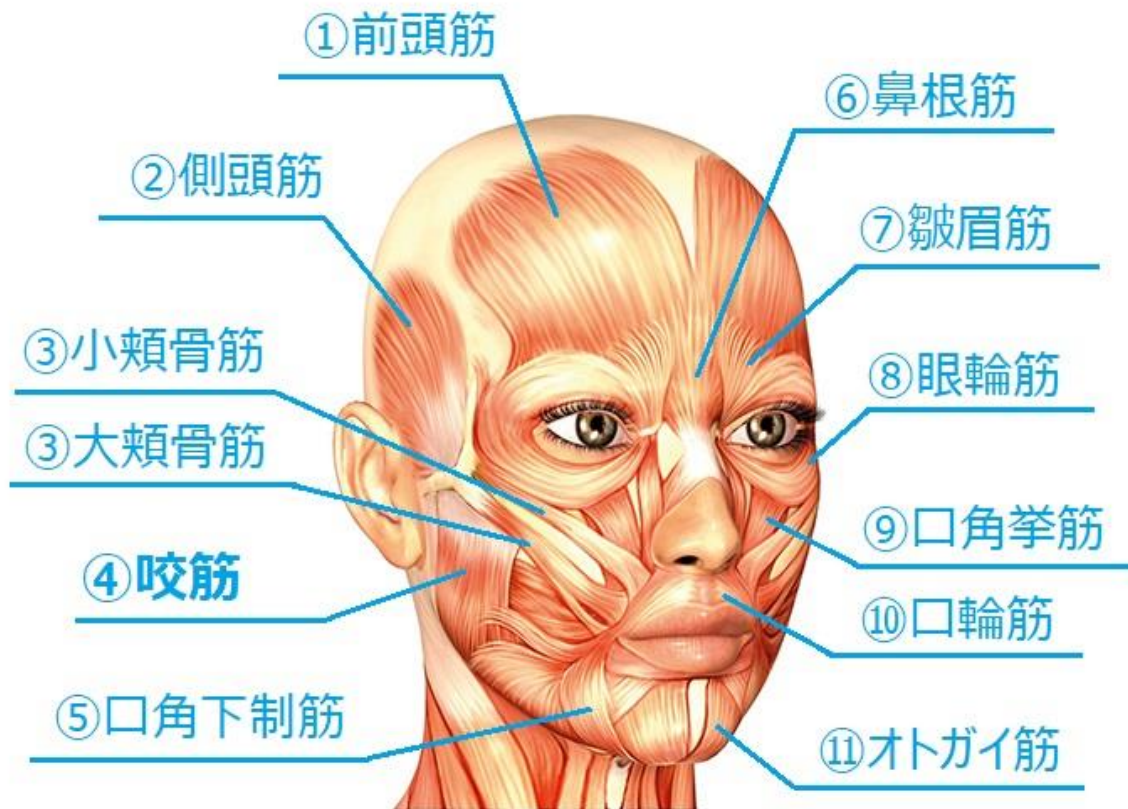
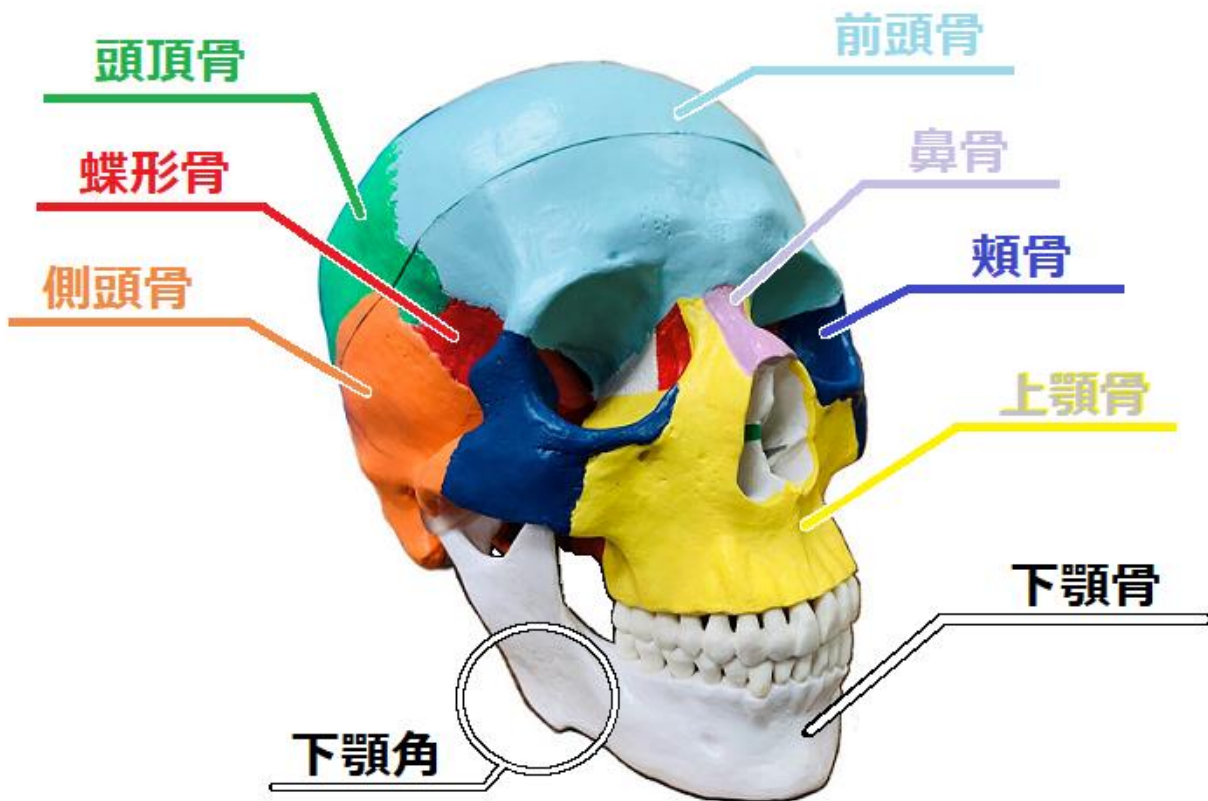

顔の筋肉について



- ① **前頭筋** (ぜんとう-きん) … 引き上げることで顔全体のシワ・たるみを予防
- ② **側頭筋** (そくとう-きん) … 噛む筋肉の1つ。下アゴを動かす働きがある
- ③ **小頬骨筋** (しょう-きょうこつ-きん) ・ **大頬骨筋** (だい-きょうこつ-きん)
… 口角をあげ、笑顔を作る。引き上げることで、ほうれい線がリフトアップ↑
- ④ **咬筋** (**こうきん**) … 所謂エラ。噛む筋肉の代表。発達しすぎて硬くなるとエラが大きくなる…
- ⑤ **口角下制筋** (こうかく-かせい-きん)
… 口角を下にさげる筋肉。引き上げることで、マリオネットラインがリフトアップ↑
- ⑥ **鼻根筋** (びこん-きん) … 鼻の横にシワを作る筋肉
- ⑦ **皺眉筋** (しゅうび-きん) … 眉間にシワを作る筋肉。ほぐすことで眼精疲労・眉の盛り上がりが緩和
- ⑧ **眼輪筋** (がんりん-きん) … 瞼を動かす。引き上げるとクマやたるみを解消し、目がぱっちりする
- ⑨ **口角挙筋** (こうかく-きよきん) … 口角を挙げる。引き上げることで、ほうれい線を解消
- ⑩ **口輪筋** (こうりん-きん) … 口元を動かす。引き上げることで、ほうれい線を解消
- ⑪ **オトガイ筋** (おとがい-きん) … アゴに皺を作る筋肉。引き上げると二重アゴ、たるみを防止

頭蓋骨について



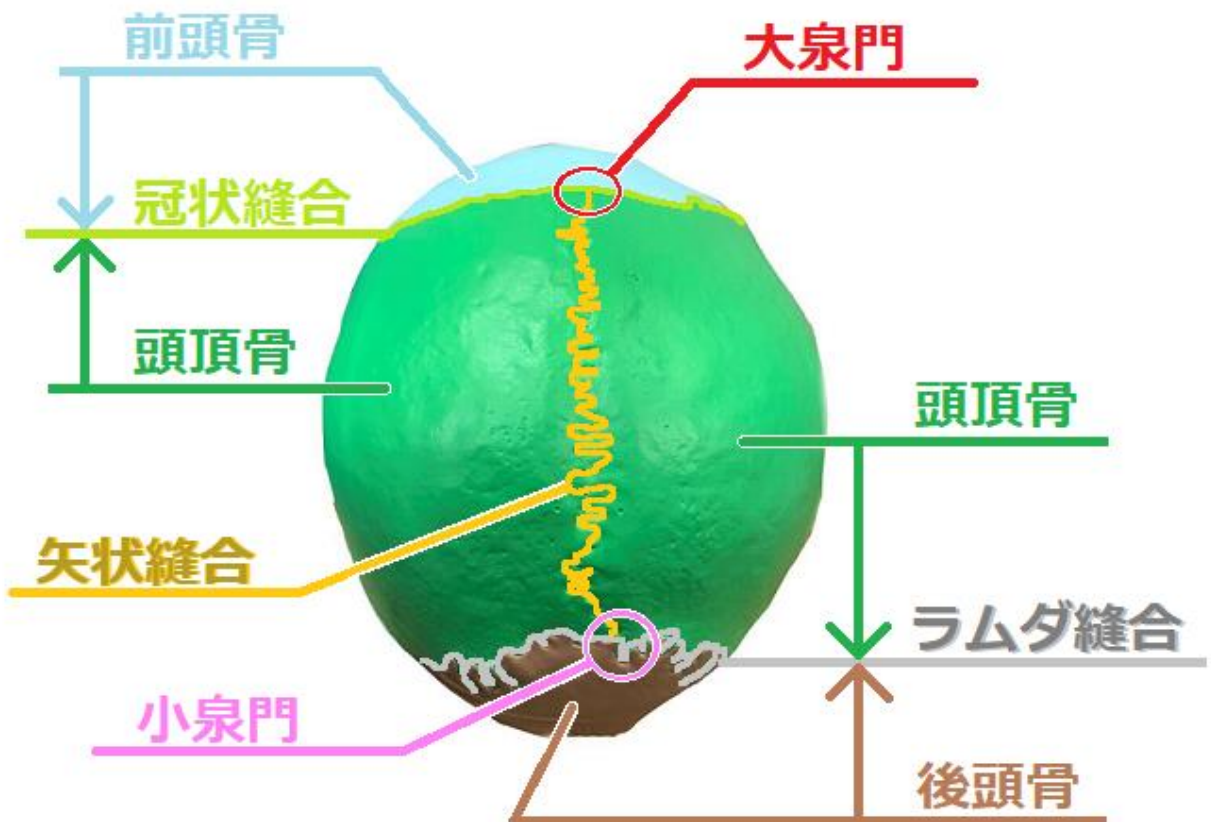
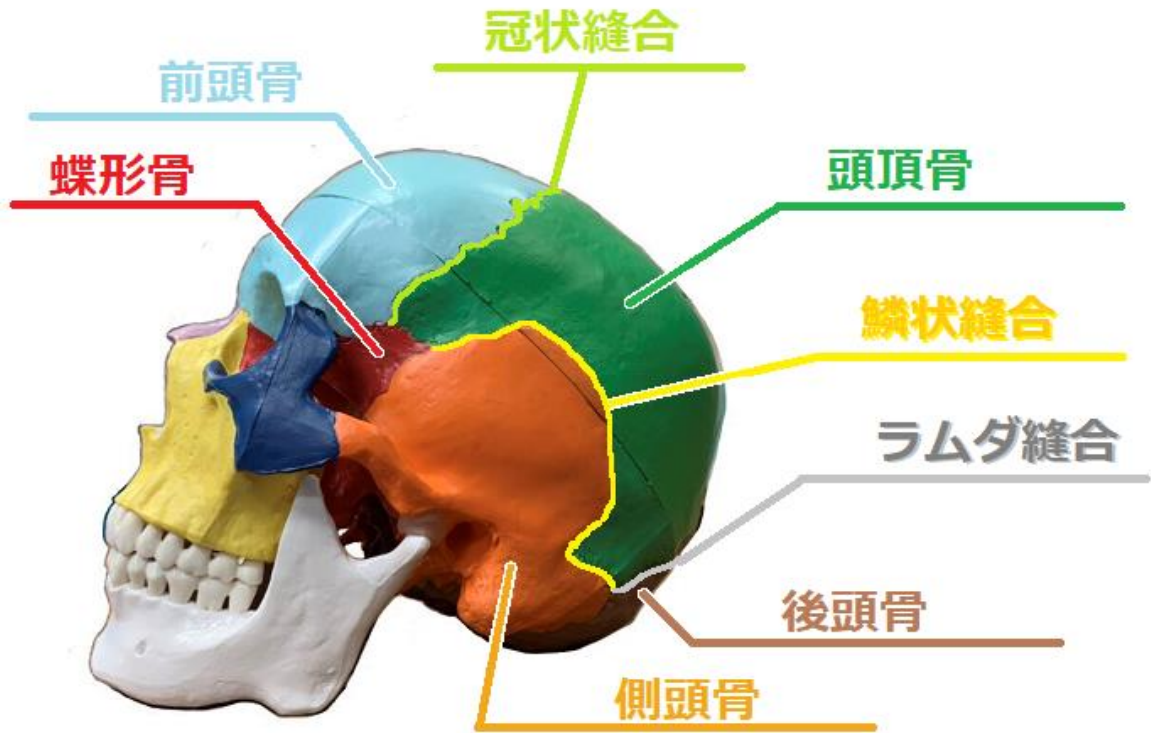
- **前頭骨** (ぜんとう-こつ) … 頭の前部分の骨。おでこ。
- **頭頂骨** (とうちょう-こつ) … 頭の上部分の骨。
- **側頭骨** (そくとう-こつ) … 頭の側面の骨。ここを動かすと頬骨が動く。
- **蝶形骨** (ちょうけい-こつ) … 頭蓋骨の内部にあって、多くの骨と隣接している。ホルモンを作り出す脳下垂体の下にあるため、緩めることで多くの効果が期待できる。
- **鼻骨** (び-こつ) … 鼻筋の骨。先端部分は軟骨なので、意外と簡単に動く。
- **頬骨** (きょう-こつ) … ほお骨。頬骨と側頭骨を繋ぐ細い部分を頬骨弓 (きょうこつ-きゅう) という。
- **上顎骨** (じょうがく-こつ) … アゴの上の骨。後ろに蝶形骨があり、くっついている。
- **下顎骨** (かがく-こつ) … アゴの下の骨。エラの矯正の際に動かす。
 - ↳ **下顎角** (かがく-かく) … 下顎骨の角の部分。耳の下のあたり。

頭蓋骨 (とうがい-こつ) は、**22 個**の骨が組み合わさってできています。

※今回は、矯正の際に動かす骨の名前だけ記載しています。

それぞれの骨の境目を**縫合 (ほうごう)**と言います。

縫合について



- **冠状縫合**（かんじょう-ほうごう）…頭頂骨と前頭骨を繋ぐ縫合。
- **鱗状縫合**（りんじょう-ほうごう）…頭頂骨と側頭骨を繋ぐ縫合。
- **ラムダ縫合**（らむだ-ほうごう）…頭頂骨と後頭骨を繋ぐ縫合。
- **矢状縫合**（しじょう-ほうごう）…左右の頭頂骨を繋ぐ縫合。
- **大泉門**（だい-せんもん）…冠状縫合と矢状縫合が交わる部分。
- **小泉門**（しょう-せんもん）…ラムダ縫合と矢状縫合が交わる部分。ぐにっとしてやかりやすい。

これらの縫合を緩めたり、締めたりすることで、頭蓋骨や頬骨を動かしやすくします。