



春になると、何か新しいことを始めたくくなりますね！  
わたしは料理を始めてみようと思います！みなさんは、いかがお過ごしでしょうか？

歯科医師 井口

「口腔機能発達不全症」って言葉をご存知ですか？

この「口腔機能発達不全症」は近年の育児環境・食生活習慣などの変化により、現代の子どもたちの唇の力・舌を置く位置・ものを飲み込む力が衰えてきていると言われていています。例えば、お子さんの中に以下のような症状はありませんか？

## 《食べる機能》

- ★歯の萌出に遅れがある。
- ★歯並びや咬み合わせに問題がある。
- ★強くかめない。
- ★食べる時間が長すぎる・短すぎる。
- ★食べ物をかむ時に偏ってかむ傾向がある。
- ★舌の突出 飲み込む時に舌が歯よりも前に出てくる。
- ★哺乳料・食べる量・回数が多すぎる。



## 《話す機能》

- ★構音に障害がある。
- ★口腔癖（指吸い・舌突出）
- ★舌小帯に異常がある。

## 《呼吸する機能》

- ★口呼吸をしている。

改善には、筋機能療法トレーニング（MFT）が用いられます。

お子さんの口腔周囲筋（お口の周りの筋肉など）の形態や機能異常から生じる異常な飲み方・話し方・歯並びに影響している場合は、口腔機能発達不全・機能低下症を疑い、まずは診断してもらいましょう。

## 今日のメニュー：いちごミルクとヨーグルト



### 材料 (1人分)

- いちご …80g
- 牛乳 …1カップ
- はちみつ …小さじ1
- ブルーベリーヨーグルト …大さじ3

(お天気レシピ／参照)

### つくりかた

- いちごは塩水でさっと洗い、へたを取り、水気をきる。
- ミキサーに①、牛乳、はちみつを入れ、攪拌する。
- グラスにヨーグルトを入れ、上から②を注ぎ入れる。

いちごのビタミンCがたっぷり取れ、美肌や精神安定に有効なジュースです。いちごに含まれる食物繊維のペクチンと、ヨーグルトに含まれる乳酸菌が腸内でビフィズス菌などの善玉菌を増やすため、整腸作用が高まり便秘予防に有効に働きます。牛乳のカルシウムが骨を丈夫にし、いちごの赤い色はアントシアニン系の色、抗酸化力を持っています。

### 飲み込みの気になる方へ

食べ物をうまく食べたり飲み込んだりすることができない方【摂食・嚥下障害】への治療・訓練を専門の担当医を配属して訪問診療にて行っております。いつもの環境で無理なく飲み込みの治療が受けられる安心のサービスです。

### 「歯科治療」「義歯の作製・修理」「口腔ケア」

自宅や施設で一般の歯科医院と同じように治療を受けることができます。必要であれば、レントゲンを撮ったり、麻酔を使った治療も安心して受けられます。また、義歯が割れてしまったり、欠けてしまった場合でも修理することも行っています。お痛みや違和感が無くなるよう調整していきますので、お気軽にご相談ください。



SENSIRIKAI

「先生、入れ歯がすごくよくなったよ！」

「口の中がスッキリしたよ！」

こんな言葉や笑顔に出会えたとき

私たちもすごくうれしいです。

大切な歯とお口の健康サポートを通じて

皆さんの笑顔に出会えることを

楽しみにしています。

歯科診療に関するお問合せ

### 大網歯科医院

〒299-3236

千葉県大網白里市みやこ野 2-2-1

TEL 0475-72-6480

FAX 0475-72-8059

(訪問)

TEL 0475-73-6480

FAX 0475-53-6982

### 片貝デンタルクリニック

〒283-0104

千葉県山武郡九十九里町 2380

TEL 0475-70-7171

FAX 0475-76-4888

(訪問)

TEL 0475-76-8201

FAX 0475-71-3472

### おゆみ野総合歯科クリニック

〒266-0031

千葉県千葉市緑区おゆみ野 4-3-9

TEL 043-300-3939

FAX 043-300-3940

(訪問)

TEL 043-300-3600

FAX 043-300-3700