

# 6480 NEWS

(ムシバゼロニュース)



TEL 0254-43-6480

ホームページ

<http://www.shineicho-sika.com/>

## 7月の休診日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

休診 8:30~13:00 9:00~13:00

## ごあいさつ

Wカップ、決勝T出場おめでとう!!がんばれニッポン!!  
ということで、暑さに負けず私も頑張ろうと思います。

7月の矯正相談・治療日は2、3、5、9、10、12日、顎関節外来は13、17、31日になります。

## 院長さくまの「ひとくちクリニック」

### < 体の中で1番強い筋肉は舌の筋肉? >

舌はとても働き者の筋肉なのです

舌が体の中で1番強い筋肉だとテレビでやっていたので気になって調べてみました。

舌は食べ物を食べる時に、食べ物を口の中にとどめておくようにする働きをしたり、発音したり、呼吸をする時にも動きまくっており、飲み込む時にも活躍します。ですので舌の単位面積あたりの筋力や筋出力が大きいのではないのでしょうか。



”舌の周りの筋肉”というのもとても凄くて、とくに舌骨上筋や舌骨下筋の辺りは体の約10分の1と言われている頭をずっと支えているわけですから、かなり強い筋肉だと言えそうですね。

そんな重要な働きをする筋肉ですから、老化による舌の筋肉の衰えにより餅などがうまく飲み込めず喉に詰まらしてしまうことも・・・舌の筋肉鍛えましょう。

(歯科ニュースより転載)