

かみ合わせと姿勢

7

〈鼎談〉かみ合わせと姿勢

よいかみ合わせは、よい姿勢から

8

出席者：丸茂義二（日本歯科大学補綴科講師）

小笠原清忠（弓馬術礼法小笠原教場三十一世宗家）

市川和博（市川矯正歯科医院院長）

〈コラム〉

- ◆ マニキュアル①……………歯並びをよくするためのポイント……………15
- ◆ トライ①……………食事のときはテレビを消そう……………19
- ◆ チェック……………顎関節症の治療のポイント……………23
- ◆ マニキュアル②……………「かみぐせ」は治すべきか？……………27
- ◆ トライ②……………いすに座って、足を組むのは美しい？……………31
- ◆ マニキュアル③……………楽器演奏や運動と顎関節症……………35

姿勢と筋力

37

姿勢と筋活動

38

齋藤 宏（東京都立保健科学大学教授）

筋力の微調整システム

44

進化論から見る現代人の姿勢
矢後長純（愛国学園短期大学教授）

ルポルタージュ・健康都市づくりプログラム
温泉を楽しみながら健康をつくる

山形県村山市

48

トピックス

54

姿勢研究所だより

60

姿勢研究所について

61

出版案内

62

