



一般社団法人オーラルコンディショニング協会

OCA 口腔機能トレーナー[®] 養成講座

Day3

使い方レクチャー



実践編

グローブの着脱



グローブつけた手

(施術前)

口の中とストレッチオーラル以外触らない
触らないでよいように事前準備

(施術後)

口の中を触ったグローブで口の外は触らない
施術が終わったら、ストレッチオーラルを箱に入れ
グローブはずす

グローブは外側が内側にくるようにはずす⇒速やかに廃棄



グローブをつける



グローブをとる



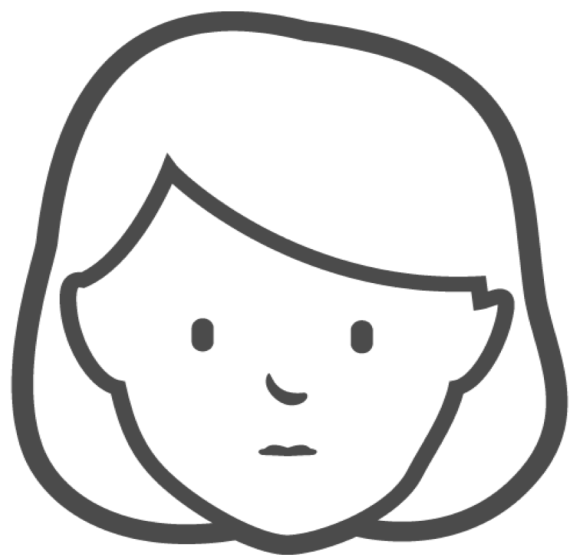


実践編

S.O



まずは鏡で自分の顔を観察しましょう！



- ・ ほうれい線の左右差
- ・ 頬の高さ
- ・ 口角の位置

違いを感じるために

まずは片方だけ行います



舌で左右の
ほっぺを
触ってください



それが
マウスボリリュームです！

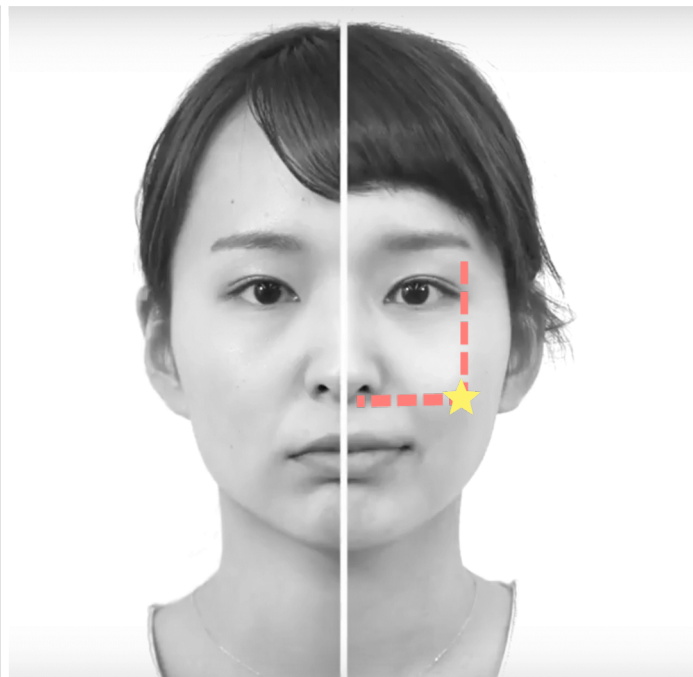


Lesson

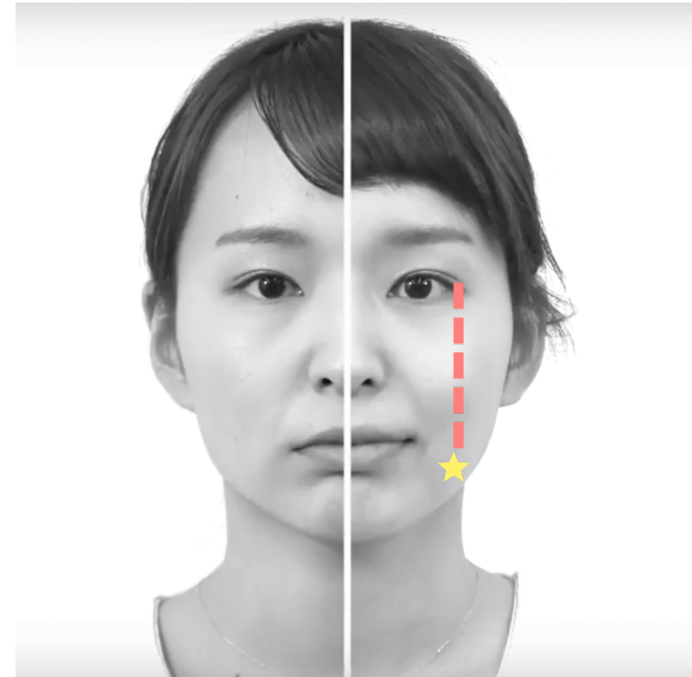
ほうれい線



口角アップ



唾液促進



注意点



注意点があります！

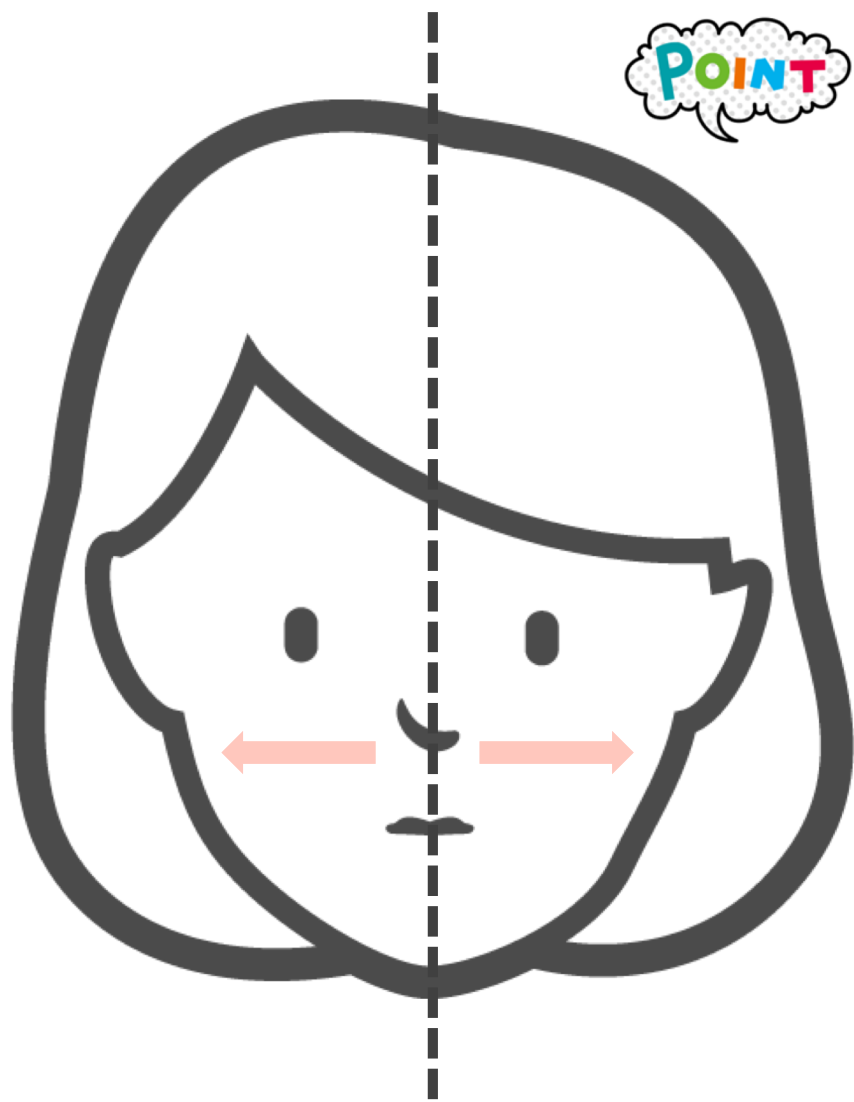
手で顔を抑えましょう



表情筋は皮筋

抑えないと伸びてしまう





顔のリンパは
中心から外に流れる

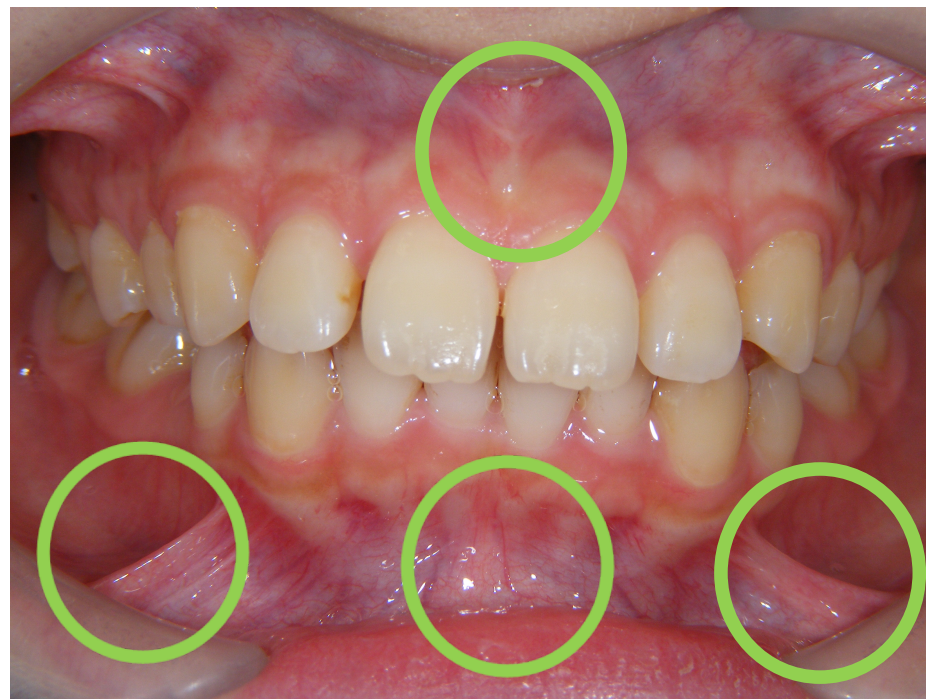
一定方向にしか進まない

軽い力で流れる

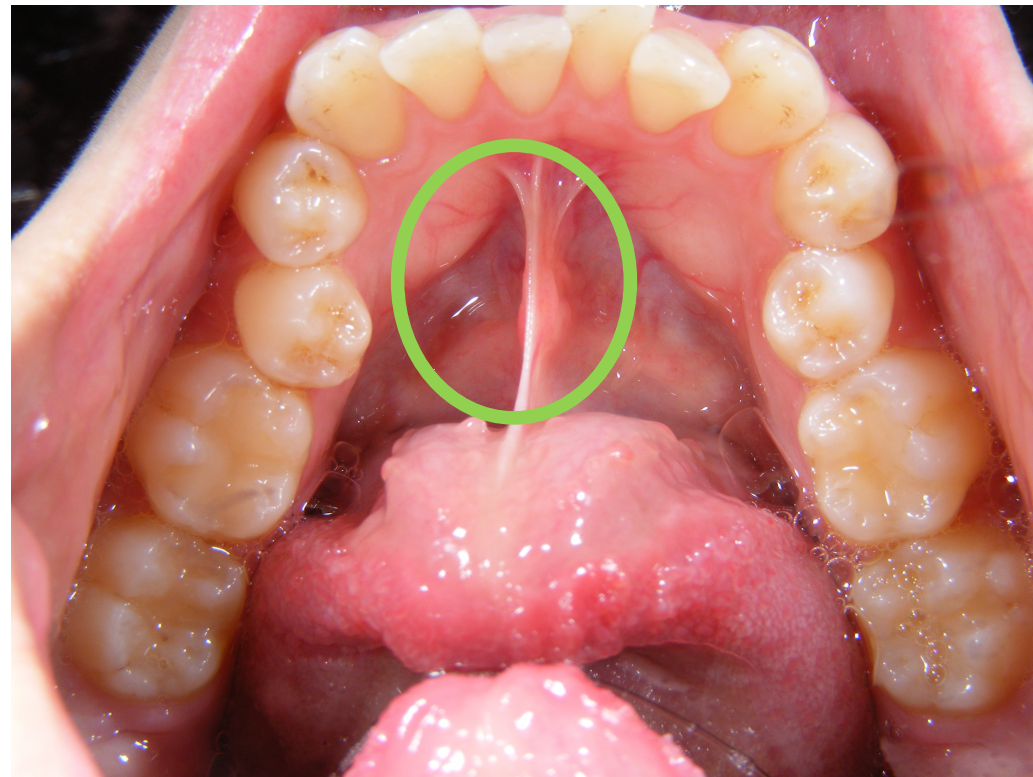
お顔の中心から外側に
流すイメージ



お口の中 強く触れると痛い部分 (小帯)



お口の中 強く触れると痛い部分 (小帯)



注意 嘔吐反射

人それぞれ
舌の奥に入れすぎない
口蓋の奥に入れすぎない



注意：矫正中



注意：義歯



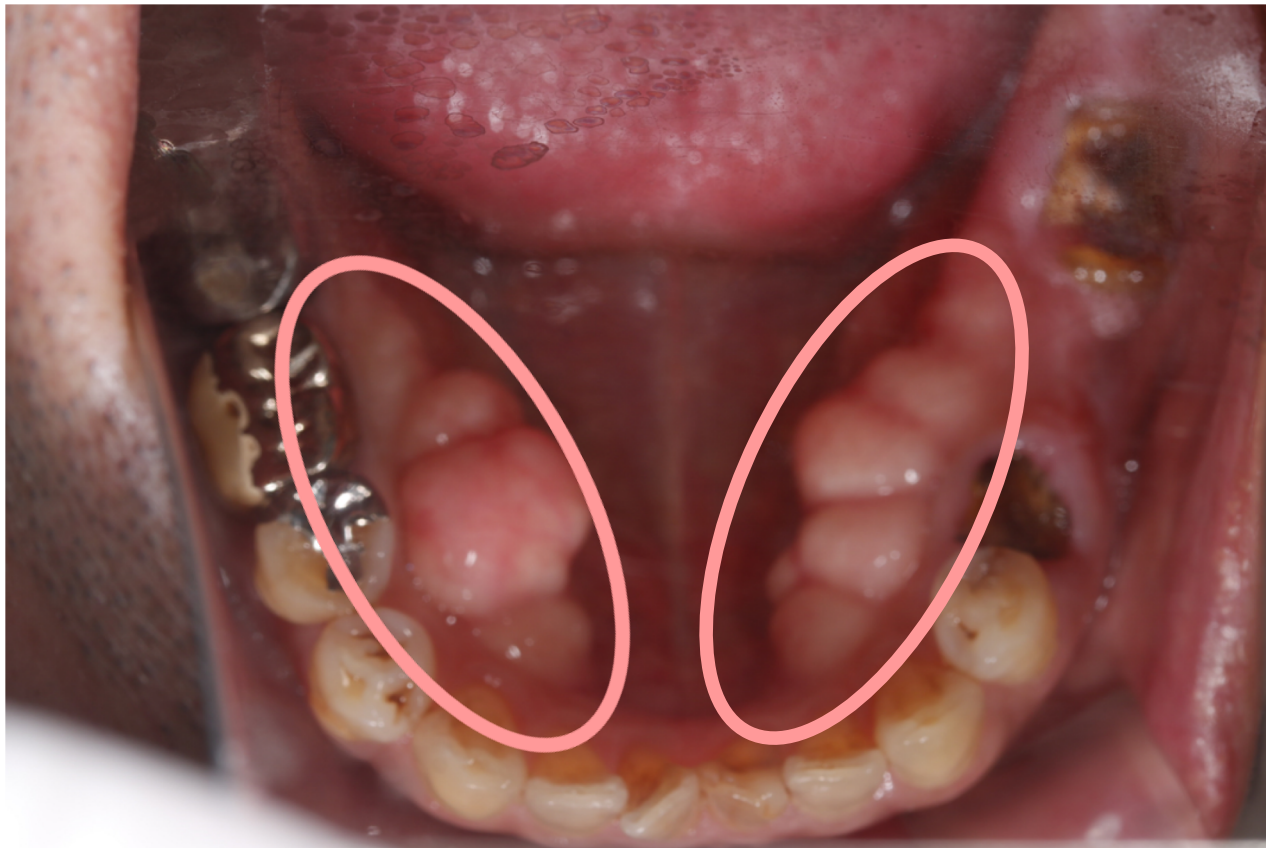
基本はずしてもらおう

注意：口内炎や傷



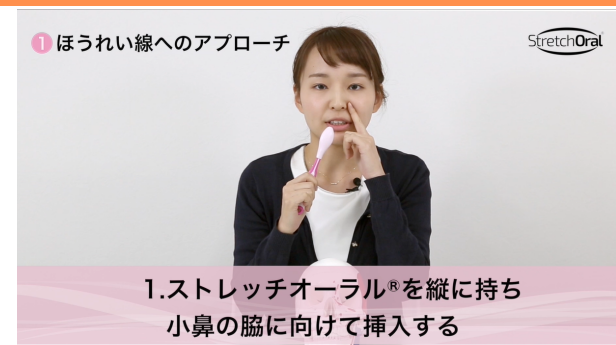
口内炎や傷、手術後等

注意：骨隆起



骨隆起は下顎だけでなく上顎や口蓋にもできる

ほうれい線へのアプローチ



ほうれい線へのアプローチ



口角のリフトアップ



口角のリフトアップ



唾液腺へのアプローチ



唾液腺へのアプローチ



ほうれい線・口角アップ・唾液腺の動画





舌へのアプローチ

低舌位・嚥下・発音の改善



舌筋を鍛えるストレッチ



舌筋を鍛えるストレッチ



舌筋を鍛えて舌を拳上するエクササイズ

舌筋を鍛えて舌を拳上するエクササイズ



舌の癒着を緩めるストレッチ



舌の癒着を緩めるストレッチ



もう一度鏡で自分の顔を観察しましょう！



舌で左右の
ほっぺを
触ってみてください

片方は狭いままですよね？

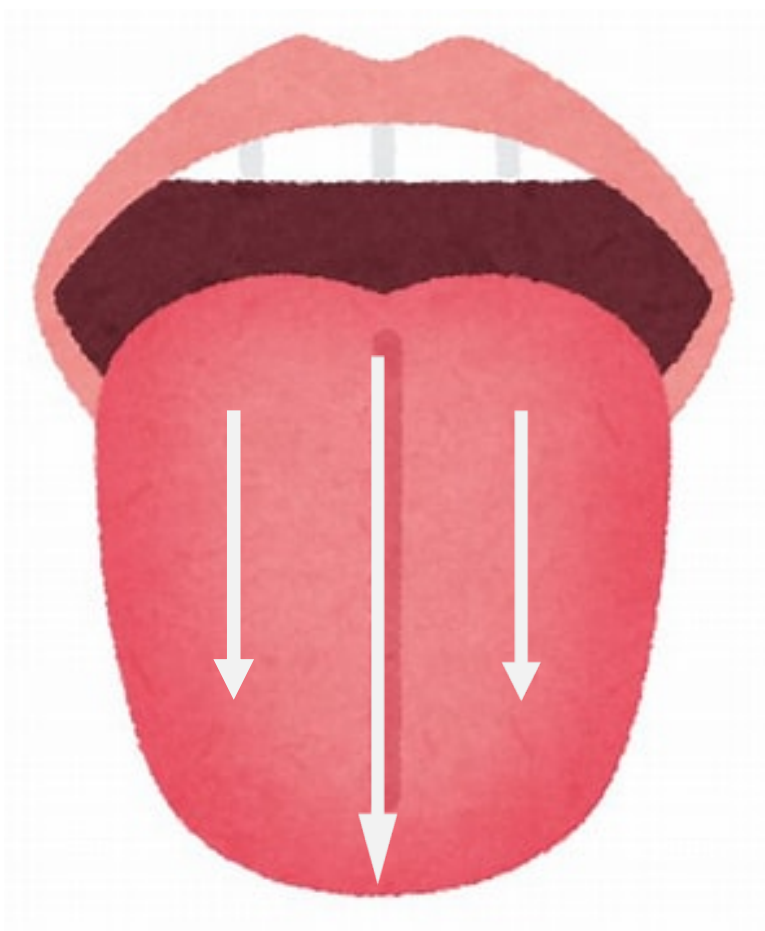
なぜ狭いのか、それは

食いしばりや上下接触癖による

筋肉の凝り（頬凝り）です



舌ブラシとしても使用



力を入れない
何度もこすらない





舌筋を鍛える
ストレッチ



舌筋を鍛えて
舌の挙上をする
エクササイズ



舌の癒着を緩める
ストレッチ



患者様に施術する場合も必ず、
片方だけ施術し、左右差を感じてもらおう



StretchOral kids 動画

(口腔機能発達不全症)



SCAN ME



小さな変化を、社会のスタンダードへ。

OCAへの想い

私はOCAに、単なる口腔ケアや知識を学ぶ場以上の価値を感じています。

口は「食べる」「話す」「呼吸する」「笑う」など、
生きることそのものにつながる大切な機能の入り口です。
けれど、その重要性はまだ十分に知られているとは言えません。

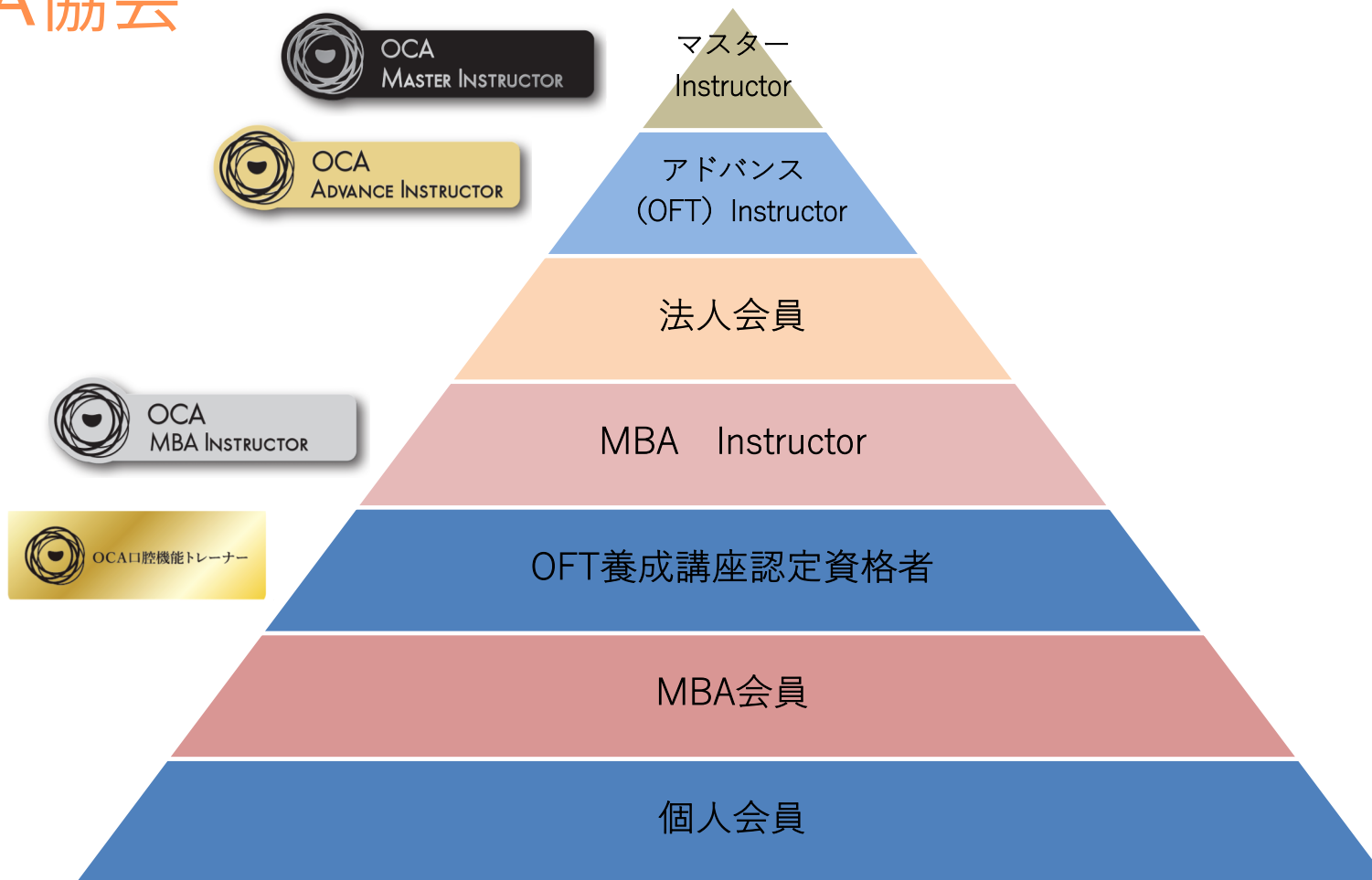
OCAは、舌や口腔粘膜、呼吸、嚥下、咀嚼、発声など、
口腔機能の大切さを伝え、健康やQOL向上へつなげる活動を広げています。

「口の中を整えることは、人生を整えることにつながる」
私はその考えに強く共感しています。

年齢を重ねても、自分の口で食べ、笑い、話し、人と関わり続けられること。
子どもたちが正しい口腔機能を育み、健やかに成長できること。
医療や介護の現場だけでなく、教育・スポーツ・美容・予防の分野へと
口腔機能の重要性が広がること。
そうした未来づくりにOCAは大きな可能性を持っていると感じます。



OCA協会



OCA認定トレーナー 試験

認定合格者特典

- OCA口腔機能トレーナー バッチ
- OCA口腔機能トレーナー 認定証
(2年間有効)
- 協会HPにて認定トレーナーとして掲載
- 協会推薦
- 口腔機能トレーニング関連器具を会員価格 (30%OFF) で購入可能



OCA認定 口腔機能トレーナー バッチ



医師法第17条等 規制対象外

平成17年7月26日 厚労省通知（医政発第0726005号）

重度の歯周病等がない場合の日常的な刷掃、清拭において、
歯ブラシや綿棒又は巻き綿子などを用いて、歯、口腔粘膜、舌に
付着している汚れを取り除き、清潔にすること

ストレッチオーラルはその形状や使い方からして、
「歯ブラシでゴシゴシ」と大きく変わるわけではない
明確な見解があるわけではないが、行き過ぎがなければ

「販売者が直接購入予定者の口の中で試し使いをする」は問題ない
エステティシャン等が施術する場合、医療行為ではないので問題ない
(丸の内ソレイユ法律事務所 見解)



ご清聴ありがとうございました



当日決済QRコード

