

親御さんへ：子どもの未来のために、教育と医療を考えませんか？

たった60年前にはほとんど歯並びの問題はなかったのに、なぜ現代はこんなにも多いのでしょうか。感染症の心配は減ったものの、ストレスや発達の問題など、子どもたちの成長を阻む要因が増えています。お子さんの未来のために、教育と医療について一緒に考えてみませんか？



投稿者：研次川邊



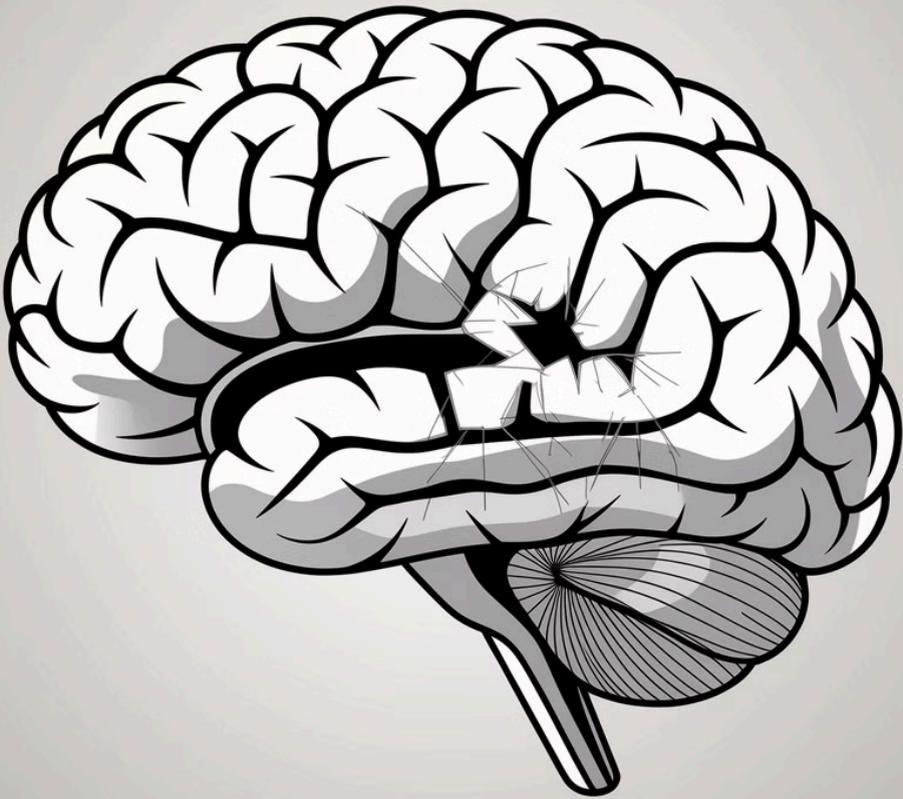
60年前と現代：歯並び問題と発達問題の変化

60年前

歯並びの問題は少なく、発達の問題も今ほど深刻ではありませんでした。子どもたちは外で元気に遊び、自然の中で五感を育てていました。

現代

歯並びの問題が増加し、学習障害やADHDなどの発達の問題も深刻化しています。スマホやゲーム、塾通いなど、子どもたちを取り巻く環境が大きく変化しました。



今、何が問題なのでしょう か？現代の子どもたちが抱える 課題

1

脳の発達の危機

スマホやゲームの長時間使用が、脳幹の発達を妨げている可能性があります。

2

五感の未発達

脳幹が十分に発達しないと、五感がうまく働かないことがあります。

3

社会の構造的な問題

医療や教育の産業化が進み、子どもたちが本来の力を発揮できない環境になっているかもしれません。

脳の発達の危機：スマホ、ゲーム、ストレスの影響



スマホ

長時間使用は脳の発達を阻害する可能性があります。



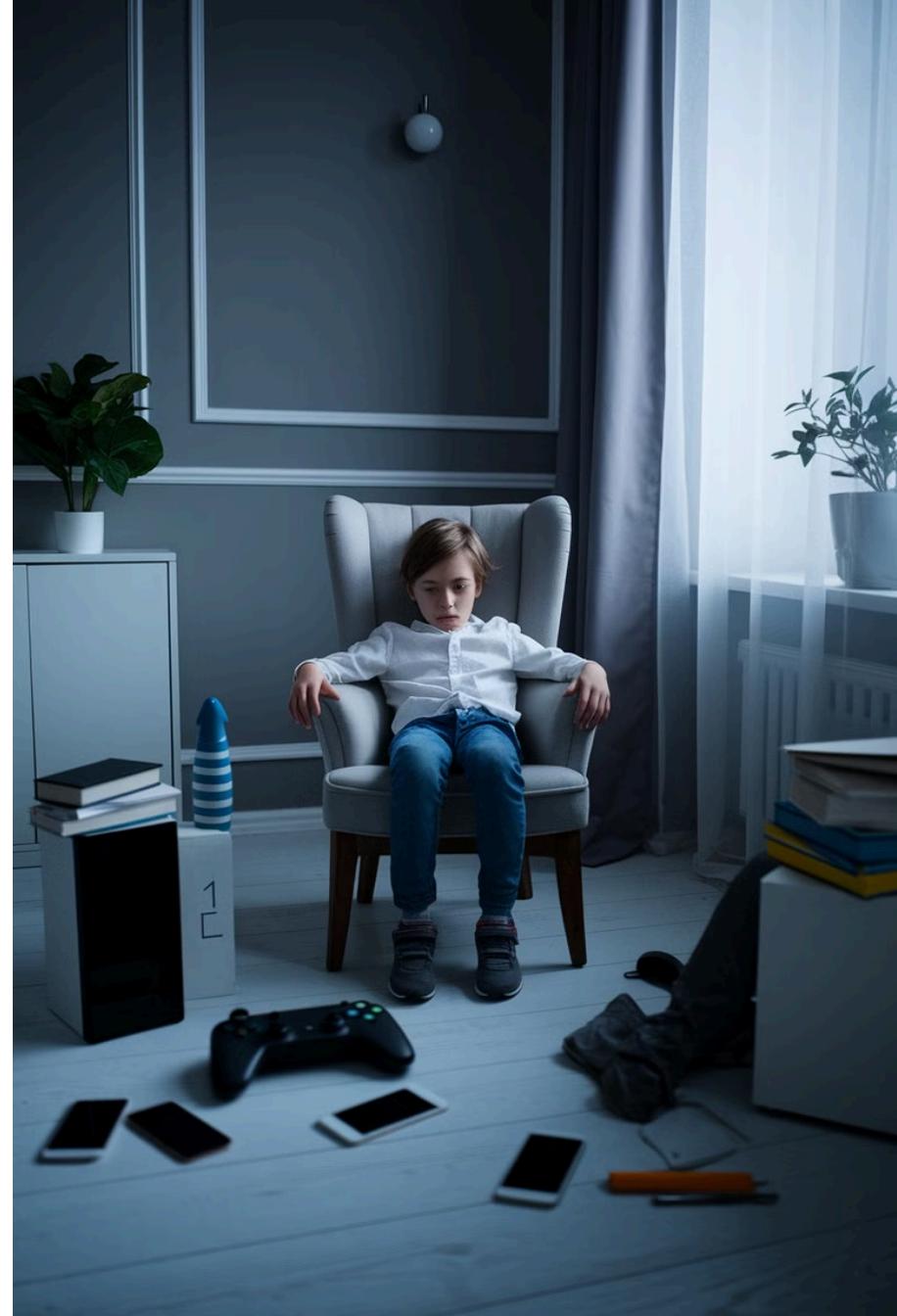
ゲーム

過度なゲームは脳に過剰な刺激を与え、発達を妨げる可能性があります。



ストレス

塾通いや習い事による過剰なストレスも、脳の発達に悪影響を及ぼす可能性があります。



五感の未発達：脳幹と五感の関係

1

脳幹の機能低下

脳幹が十分に発達しないと、五感がうまく働きません。

2

五感の未発達

視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚の発達が遅れることがあります。

3

バランス感覚の低下

危険を察知する能力や体のバランスを保つ能力が低下することがあります。



社会の構造的な問題：医療と教育の産業化

医療の商業化

過剰な医療行為や薬の処方が増え、子どもたちの自然治癒力を妨げている可能性があります。

教育の産業化

塾通いや習い事が過熱し、子どもたちが本来持っている個性や創造性を伸ばせない環境になっているかもしれません。



脳幹って何？：生命維持に不可欠な脳幹の役割

脳幹は、脳の最も奥深くにある部分で、呼吸、心拍、体温調節など、生命維持に不可欠な機能を担っています。また、睡眠、覚醒、感情など、様々な生理機能にも関わっています。

呼吸

呼吸をコントロールします。

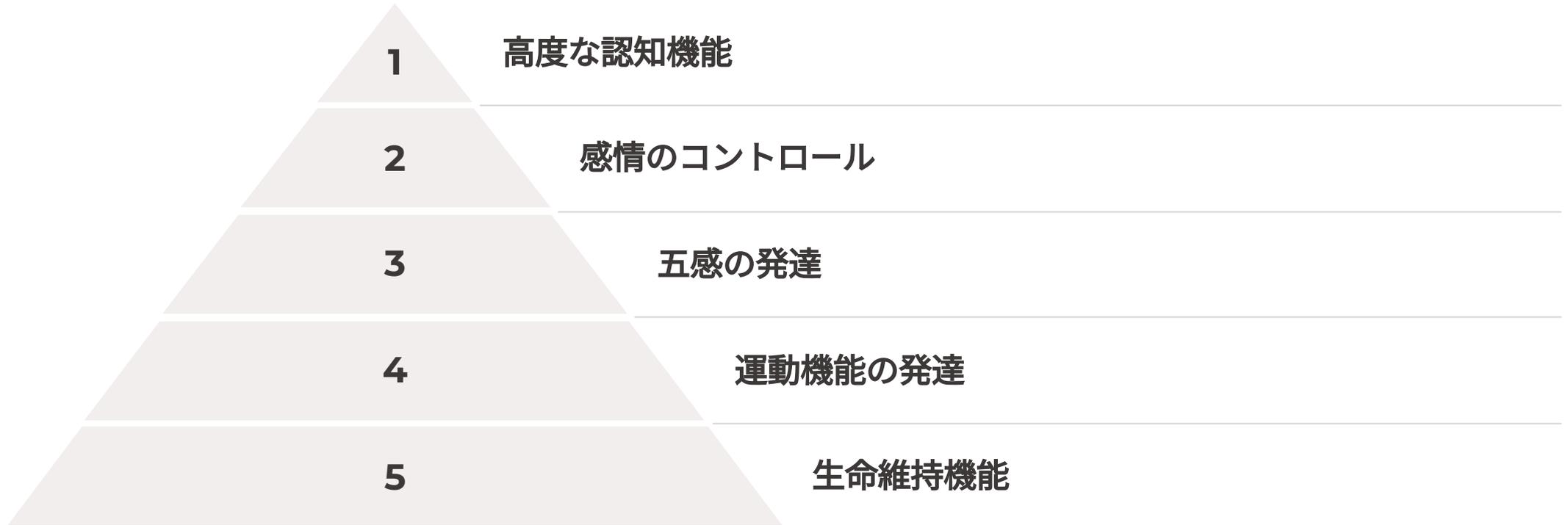
心拍

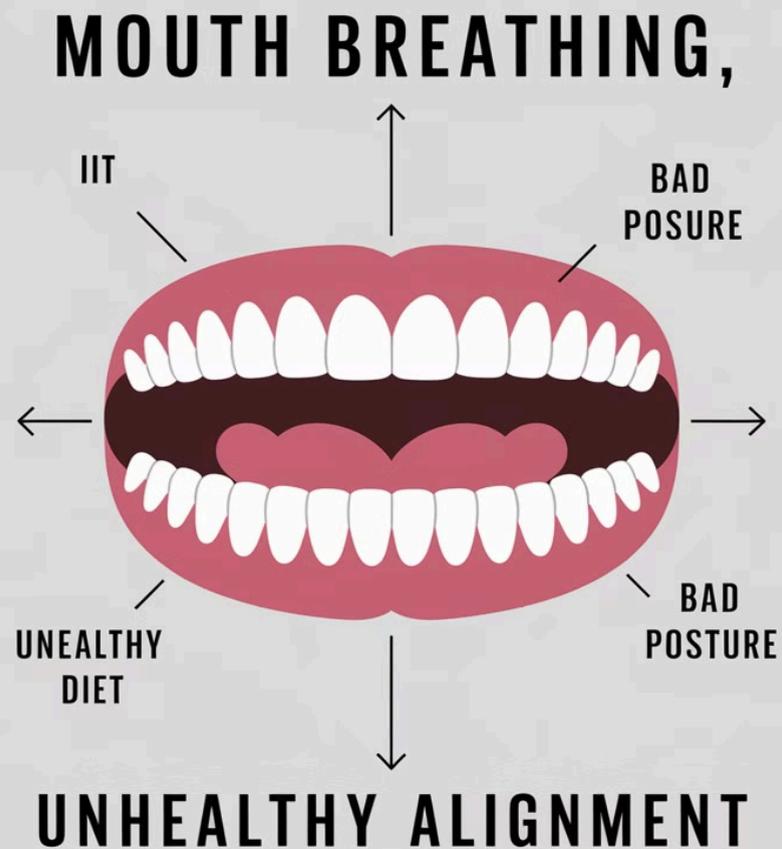
心臓の動きを調節します。

体温調節

体温を一定に保ちます。

なぜ脳幹が大切なのか？：発達との関連性





歯並びが悪くなる原因：口呼吸、姿勢、食生活



口呼吸

口呼吸は、口周りの筋肉の発達を妨げ、歯並びを悪くする原因になります。



姿勢

猫背やスマホ首は、顎の位置を悪くし、歯並びに影響を与えます。



食生活

柔らかい食べ物や加工食品は、顎の発達を妨げ、歯並びを悪くする原因になります。



口呼吸の悪影響：感染症リスク、睡眠障害

1

感染症リスク

口呼吸は、鼻のフィルター機能を bypass するため、感染症にかかりやすくなります。

2

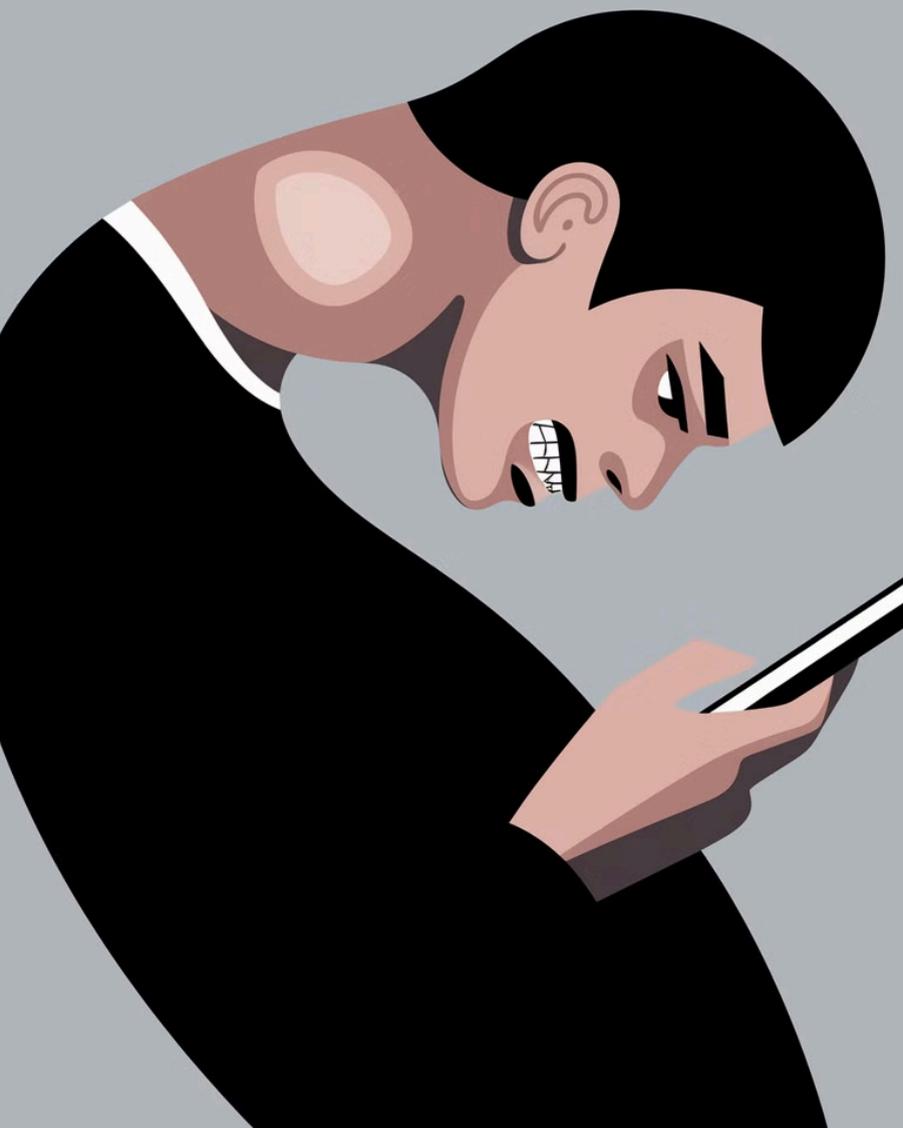
睡眠障害

口呼吸は、睡眠時無呼吸症候群を引き起こし、睡眠の質を低下させることがあります。

3

歯並びの悪化

口呼吸は、口周りの筋肉の発達を妨げ、歯並びを悪くする原因になります。



姿勢と歯並び：猫背、スマホ首の影響

1

猫背

猫背は、顎の位置を前に出し、歯並びに悪影響を与えます。

2

スマホ首

スマホ首は、首の筋肉を緊張させ、顎の位置を悪くし、歯並びに影響を与えます。

食生活の変化：柔らかい食べ物、加工食品

1

柔らかい食べ物

柔らかい食べ物は、顎の筋肉を使う機会を減らし、顎の発達を妨げます。

2

加工食品

加工食品は、栄養バランスが偏りやすく、顎の発達に必要な栄養素が不足することがあります。





発達の問題：学習障害、 ADHDの増加

10%

学習障害

10%の子どもたちが学習障害を抱えています。

5%

ADHD

5%の子どもたちがADHDを抱えています。



ストレス社会：子どもたちの ストレス要因

学校の勉強

人間関係

家庭環境

将来への不安



親御さんの役割：見守り、サポート

1 子どもの話を聞く

子どもの気持ちに寄り添い、
悩みを聞いてあげましょう。

2 良いところを見つける

子どもの良いところを見つけ、
褒めてあげましょう。

3 一緒に遊ぶ

子どもと一緒に遊び、楽しい
時間を過ごしましょう。

家庭でできること：食育、運動、睡眠



食育

バランスの取れた食事を心がけ、顎の発達を促す食べ物を与えましょう。



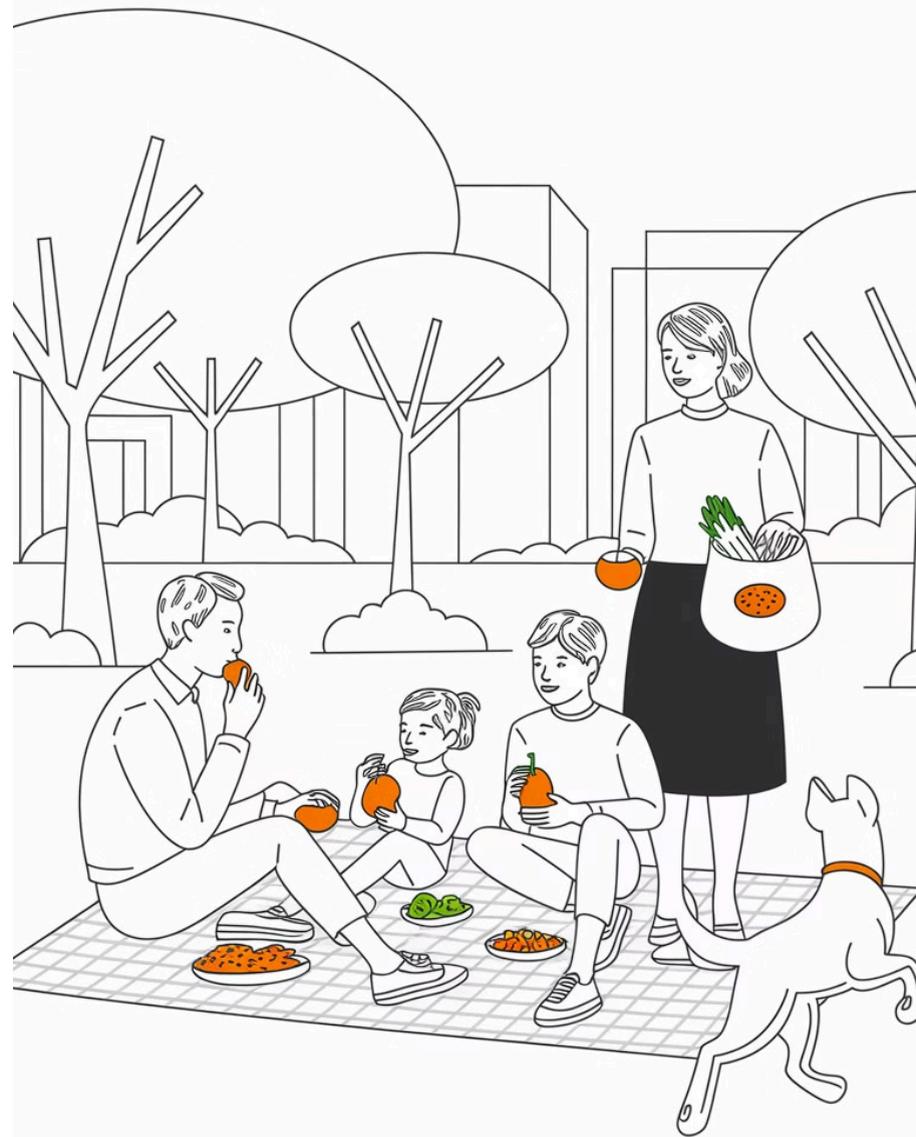
運動

外で元気に遊び、体を動かす機会を作りましょう。



睡眠

十分な睡眠時間を確保し、質の良い睡眠を心がけましょう。





医療との連携：歯科医、小児科医との協力

1

歯科医

定期的な歯科検診を受け、歯並びや口呼吸の問題を早期に発見してもらいましょう。

2

小児科医

発達の問題やストレスの問題について相談し、適切なアドバイスや治療を受けましょう。



教育のあり方：個性を伸ばす教育

1

個性を尊重する

子どもの個性を尊重し、得意なことや好きなことを伸ばしてあげましょう。

2

創造性を育む

子どもの創造性を育むような教育環境を整えましょう。

未来への提言：子どもたちが 生きやすい社会へ

ストレスの少ない社会

自然豊かな環境

多様性を尊重する社会



まとめ：子どもの未来のために、今できること

子どもの歯並びや発達の問題は、現代社会の様々な要因が複雑に絡み合って起こっています。親御さんは、子どもの話を聞き、寄り添い、サポートすることで、子どもたちの未来を明るくすることができます。

医療や教育との連携も大切です。歯科医や小児科医に相談し、専門家のアドバイスを受けながら、子どもたちの成長をサポートしていきましょう。

