

小顔矯正を行う上での正しい知識と
施術の順番マニュアル
(骨格アプローチ編)

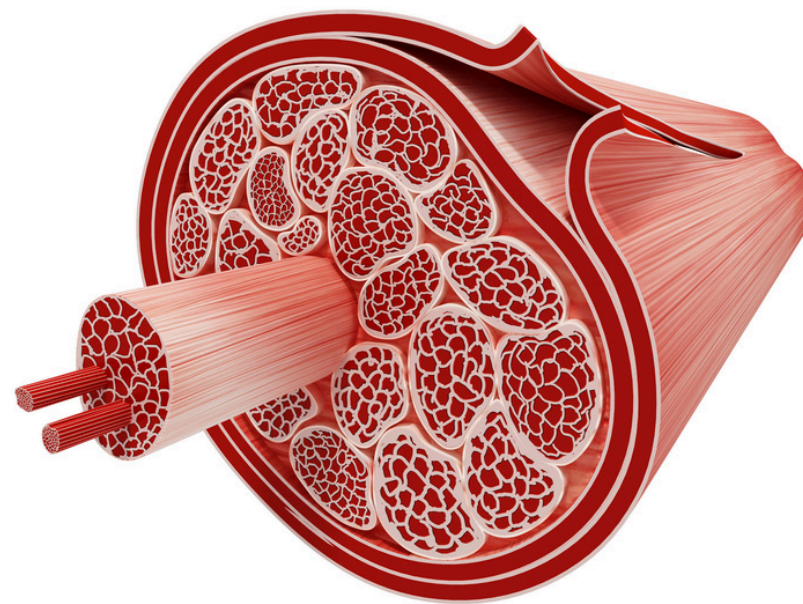


小顔矯正とは？

小顔矯正とは、顔のサイズや形を変えるための美容施術の1つ
お客様が持つ本来の美しさを最大限に引き出す技術



SMAS筋膜



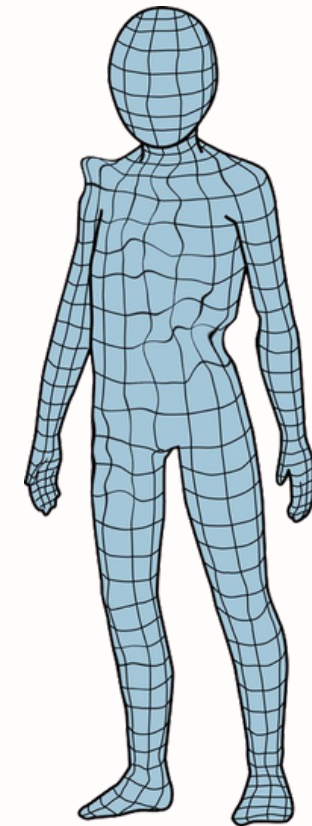
表情筋の特徴

表情筋：顔の表情を作り出す約60個の筋肉。
骨と皮膚を繋いでいる皮筋である。
身体の中にある多数の筋肉は
個別の筋膜によって覆われているが、
表情筋は全体がSMASによって覆われている。



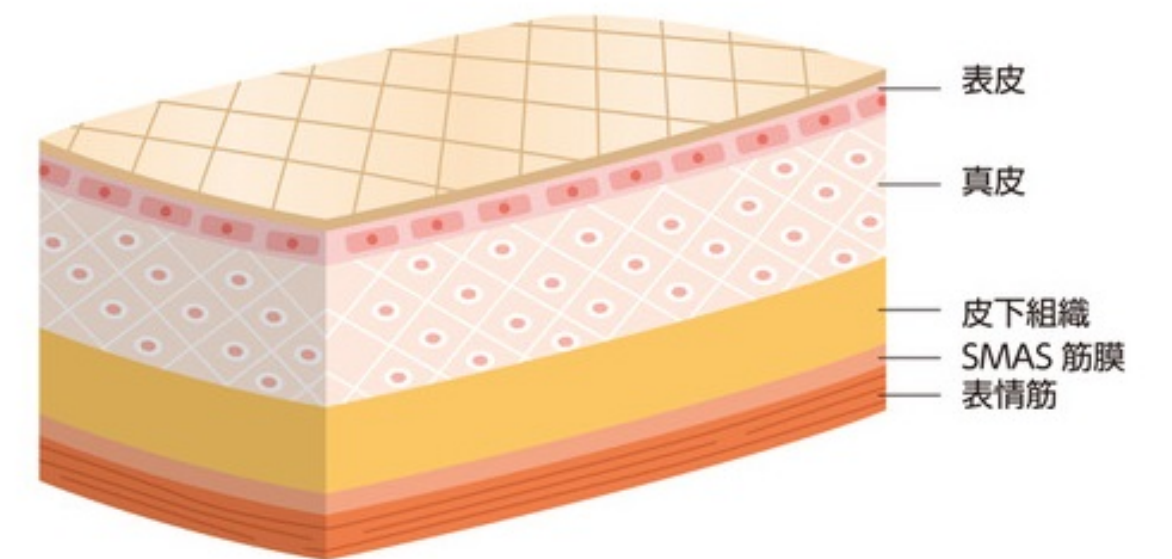
SMAS筋膜

SMAS(スマス) : 皮下組織の下層に位置する膜で表情筋とそれに連なる筋膜が1つのシートのように広がっているもの。



SMAS筋膜

SMAS(スマス) : また顔面の頭側は、帽状腱膜からおこり
各種の表情筋を含みながら、
下方は広頸筋に至る膜様組織である。



リガメント

リガメント：SMASによって表情筋の1つ1つは筋膜による張りが保ちにくいため張りを保つサポートをする。



耳下腺



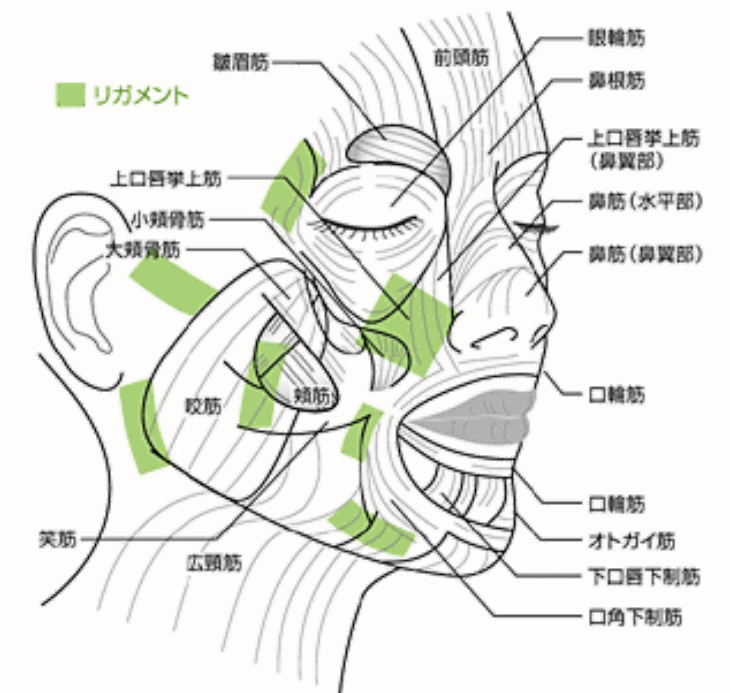
深部リガメント（耳下腺より下にある深層筋肉や骨膜）



リガメント

小顔に関係するリガメントは以下の7つである。

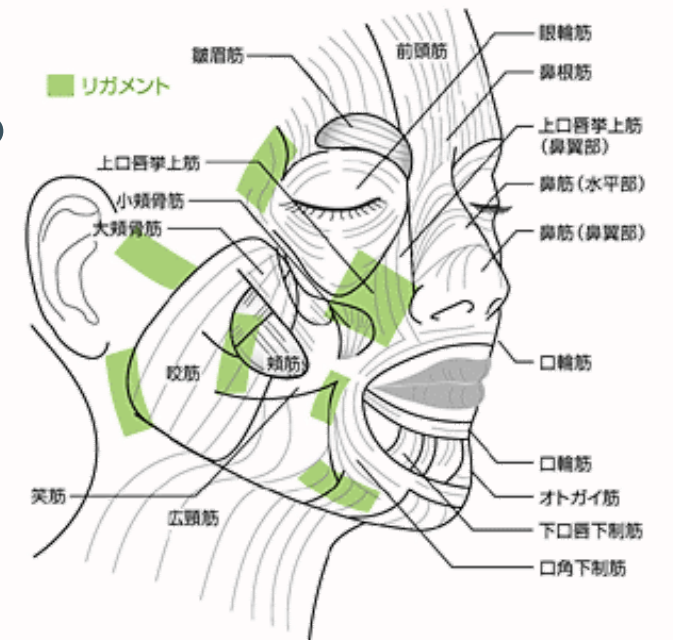
- ① **眼窩**リガメント：眉山より少し外側へズレた位置。眼輪筋を支えている。
- ② **頬骨**リガメント：目尻のちょっと斜め下の位置。頬を支えている。
- ③ **眼窩下**リガメント：目のすぐ下。たるみやすい部分。



リガメント

小顔に関係するリガメントは以下の7つである。

- ④ **上顎**リガメント：頬骨のすぐ下で口角の少し上。ほうれい線の周囲。
- ⑤ **下顎**リガメント：口から耳にかけてのフェイスラインにある。
- ⑥ **眼窩上**リガメント：眼球が入っている骨の上部のキワにある。
- ⑦ **側頭筋**リガメント：こめかみよりやや頭頂側にある。



筋膜リリース



筋膜リリースとは？

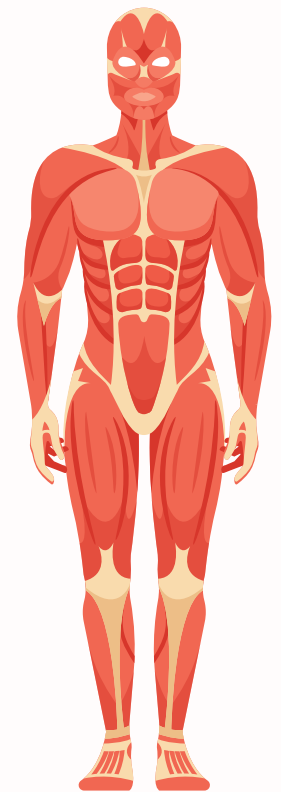
筋膜リリース：柔軟性が低下して癒着した筋膜をほぐし
筋膜の滑走性を取り戻すこと



筋膜連結

身体中に張り巡らされている筋膜のつながり。

各筋・筋膜を通して姿勢や運動機能の抑制をしている。



SFL(スーパーフィシャルフロントライン)

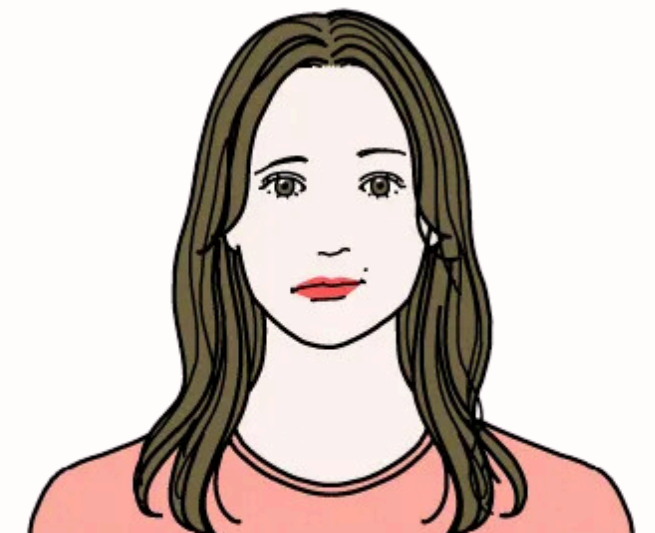
SFL (スーパーフィシャルフロントライン) :

筋膜ラインの中でも小顔矯正に関係する

「**胸鎖乳突筋**」や「**頭皮筋膜**」が含まれている。

この筋膜に含まれる筋肉を緩めることで、

上記の筋肉や筋膜が緩み、顔の歪みを改善できる。



SFL(スーパーフェイシャルフロントライン)

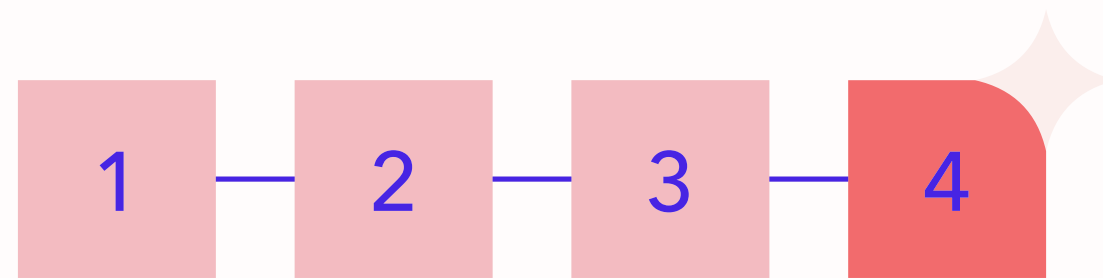
【SFLに含まれる筋肉】

趾骨背側面・短趾屈筋・長趾屈筋・前脛骨筋・前下腿区画・
脛骨粗面・膝蓋骨・大腿直筋・大腿四頭筋・腹直筋・胸骨筋・
胸骨筋膜・胸鎖乳突筋・頭皮筋膜

その他にも、下前腸骨棘や恥骨結節にも繋がっている。



小顔矯正の順番

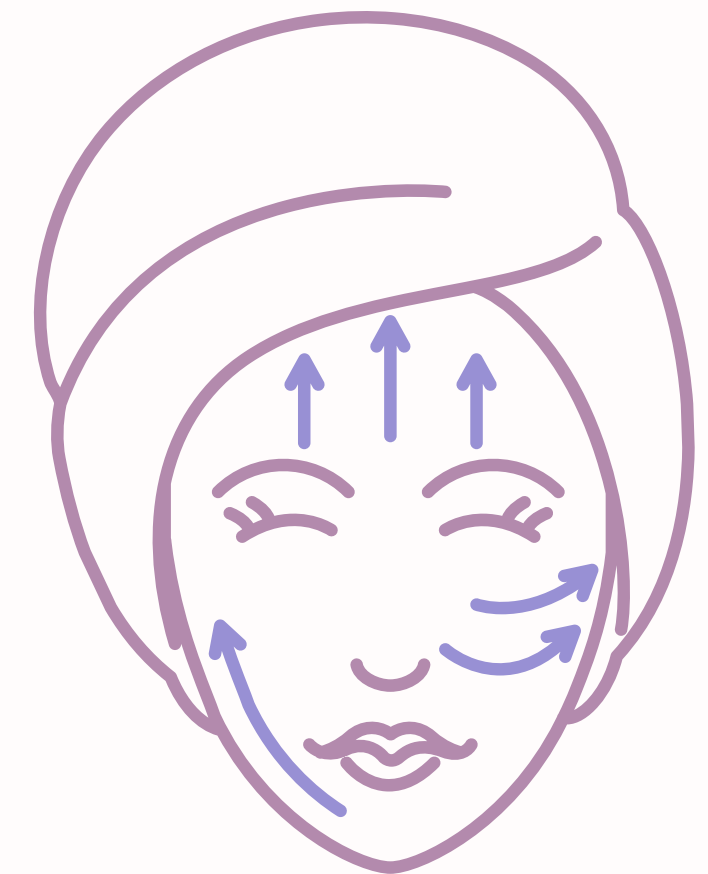


小顔矯正の種類

小顔矯正のアプローチは以下の3種類がある。

- ・ 筋肉・筋膜へのアプローチ
- ・ 骨格へのアプローチ
- ・ リンパ液へのアプローチ

今回は特に重要な「骨格へのアプローチ」の順番についてまとめている。



頭蓋骨の解剖

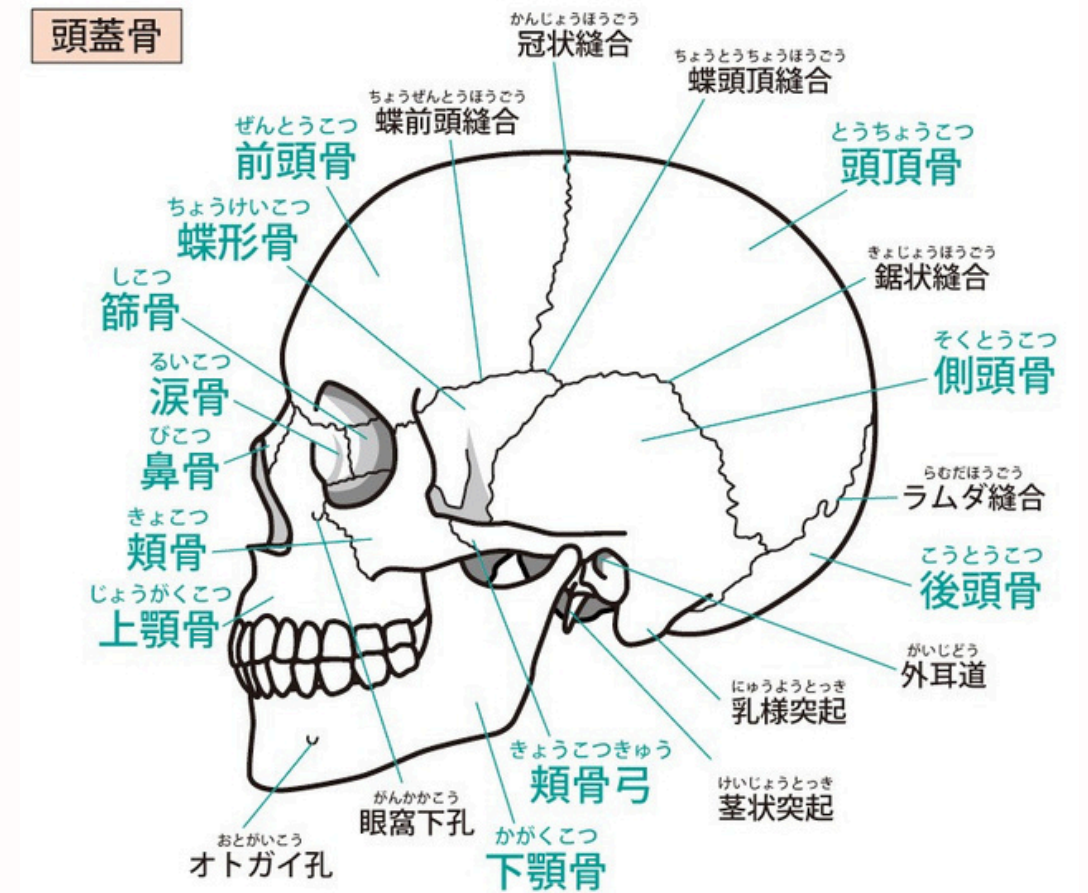
頭蓋骨は全部で15種23個の骨で構成

・**脳頭蓋** 6種類 8個

前頭骨、側頭骨、頭頂骨、後頭骨、
蝶形骨、篩骨

・**顔面頭蓋** 9種15個

鼻骨、頬骨、鋤骨、涙骨、下鼻甲介、
上顎骨、下顎骨、口蓋骨、舌骨



骨格アプローチの順番

原則① 外側の骨からアプローチする

頭蓋骨の表層を覆う骨からアプローチすることで
内側の骨の歪みを正す土台を作る。

前頭骨、側頭骨、頭頂骨、後頭骨

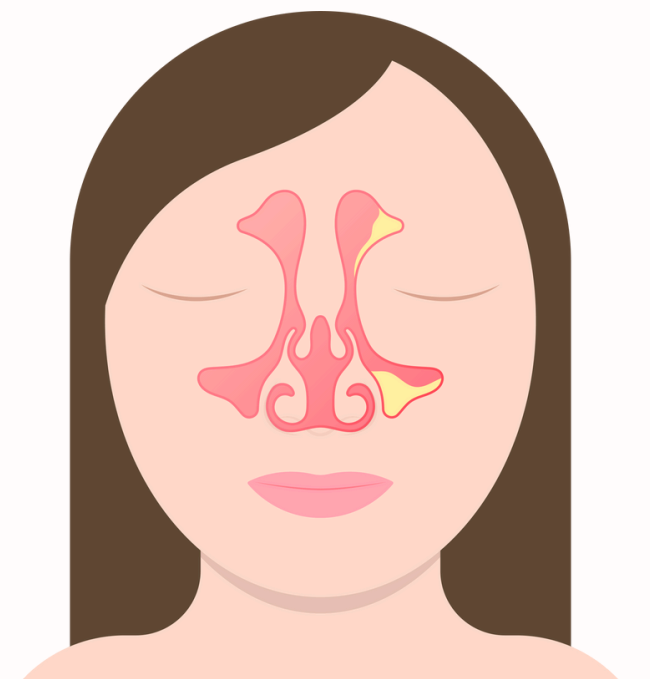


骨格アプローチの順番

原則① 外側の骨からアプローチする

内側の骨は即時効果が感じにくいですが、
歪みの戻りを防止する。

蝶形骨、篩骨



骨格アプローチの順番

原則② 上の骨からアプローチする

骨の歪みは重力の影響を受けるため、
上の骨から整えないと下の骨が歪みやすくなる。

例) 頬骨 → 前頭骨からアプローチ

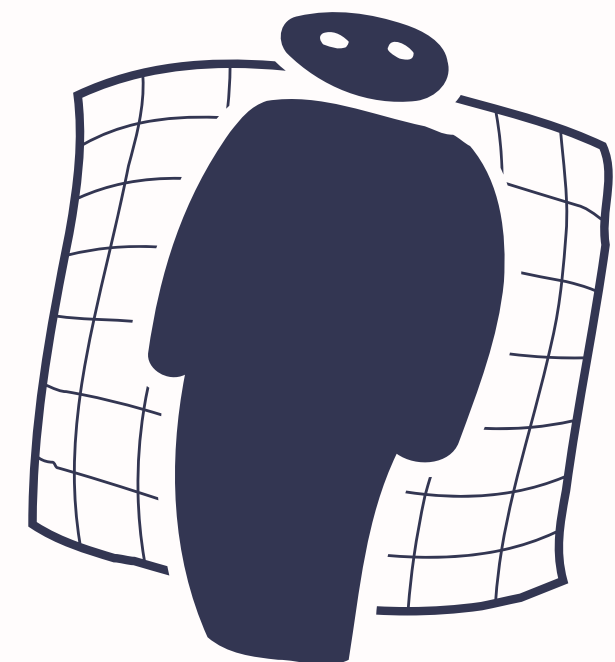


骨格アプローチの順番

原則② **上の骨からアプローチする**

前頭骨の歪み → 頬骨の歪み → 上顎骨の歪み

頬骨や上顎骨からアプローチすると
前頭骨の歪みが頬骨や上顎骨に
歪みの影響を与えてしまうため
前頭骨からアプローチすること



骨格アプローチを行う時の注意点

※強い力でアプローチしないこと

強い力でアプローチすると

- ・ 一次呼吸が制限されて脳圧が亢進
- ・ 不快（痛み）刺激によって骨の歪みが増幅する



さいごに

小顔矯正の知識や施術の順番について学べたと思います。

正しく守って、施術効果をより高められるように意識して行ってください。

