

CLIQUE

1990年10月20日発行(毎月2回6日・20日発行)創刊号10号 平成元年10月6日第三種郵便物認可
10/20
定価 390
YEN

[クリーク] 独身の美しき種族へ

みんなと同じの定番ではなくて

自分のスタンダードを
決める。スタンダードのジャケット
スタンダードの靴
スタンダードのスカート、シャツ、ベルト、バッグ
スタンダードファッション・カタログ

若く見える笑顔、老けて見える笑顔
歯もエステティックできれいに。

週末だけの同棲、
となり同士に住む。

仕事を持った男と女の新しい関係。

インターナショナル・ジャパニーズウーマン
としての教養
あなたは日本の伝統を
どれくらい知っているか事典

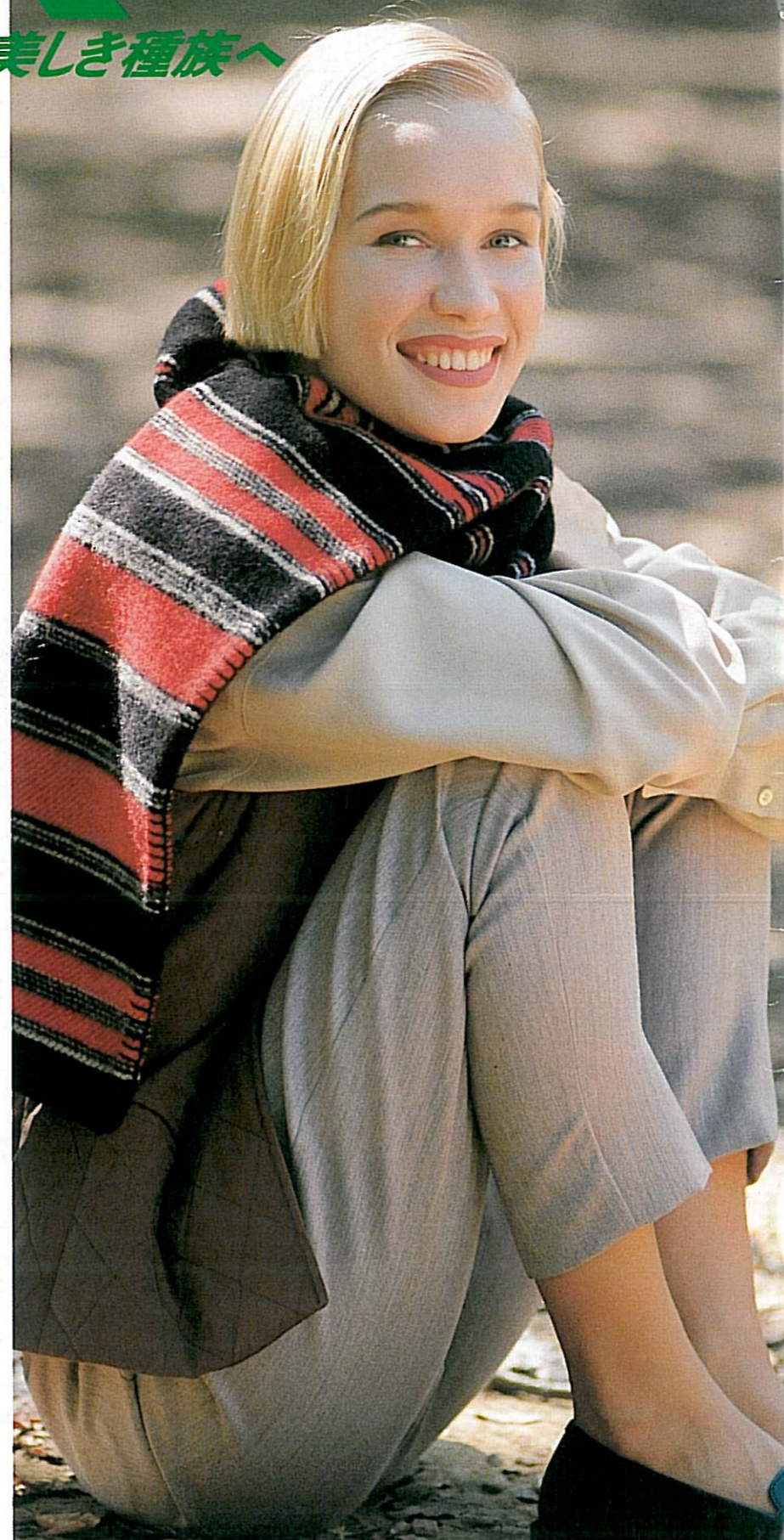
体調はハーブで調整。ハーブを飲む、ぬる、食べる、嗅ぐ、浴びる。

インテリアとしての写真の価値、買い方、つきあい方。

掃除、洗濯、買い物、ケータリング、探しもの

いざという時頼りにできる

家事サービス代行業。



若く見える笑顔、老けて見える笑顔 歯もエスデニテニイツクでまわれい。

写真・石崎泰弘、田崎大雄 イラストレーション・東園納裕 取材協力・中原悦夫(協立歯科)

日本の女性は、きれいになった。同性の目から見ても、髪をなびかせ、後ろ姿のシルエットはもろろん、正面のメイクアップもテクニクが向上して、美しさの演出技法は誰もがうまくなっていると実感する。しかしながら、すました表情はいいのだけれど、破顔一笑、口もとが開いたとき、そこからのぞく歯にがっかり、というパターンはよくある。

でも、あきらめないでほしい。歯は美しくできる。審美歯科(デンタル・エステティック)と呼ばれる、美しい歯のための治療が、こここのころ注目されている。痛いから行くのではない、美容のために通うデンタル・クリニック・サロン、そんな習慣も定着しそうな動きを見せている。今回は、内側からの微笑みの研究について考えてみることにしよう。

賑やかな笑いの中、表情に翳りはありませんか？ 微笑みに自信を持つためのチェックリスト。

緊張が緩和して、表情がゆるみ、笑顔を見せるとき、人は無防備になっている。思いっきり笑おうとしない抑圧された表情や、口を大きく開けまいとして、力を入った口元、それは本当に笑っていないようで、いびつな感じになる。口元を手でおさえて「オホホホ」なんていう笑いは、前時代的な上品さであって、今では恥ずかしいだけの行為。きれいに並



「歯並びが、きれいになる本」 根津浩著 光文社刊 ¥830 知性と教養の象徴である美しい歯並びをめざす矯正の理論と技術、その実例がよくわかる。ここまでやれるのかに驚き、あきらめないでやろうという勇気がついてくる。上の項目はこの本からの引用である。

- 1 笑うとき、人と話をするとき、手で口元を隠す癖がありますか。
- 2 おもいきり口をあけて笑うことをためらいますか。
- 3 歯並びや口もとの形で印象が悪くしていると思いませんか。
- 4 歯並びや口もとのために写真写りが悪くなっていると思いませんか。
- 5 食事中、食べものを気づかずに口からこぼしたりしますか。
- 6 発音が聞きとりにくいといわれたことがありますか。
- 7 八重歯や乱ぐい歯がありますか。

歯並び、歯の色、歯ぐきの関わり。 口元は口ほどにモノを言う、微笑の分析。

- 1 口を少し開けた軽い笑顔で前歯の先が見えていますか。
 - 2 上顎の前歯は、隣りの歯より少し長いですか。その歯は長すぎませんか。
 - 3 すべての前歯は互いに接触していますか。
 - 4 前歯は、真つすくですか。
(曲がつたり、重なつたり、突き出したりしていますか。)
 - 5 大きく笑うと、歯の色はどれも同じですか。
 - 6 歯は白色あるいは茶色に着色していますか。
 - 7 充填物のある歯は、気が付かないほど他の歯と調和していますか。
 - 8 前歯の一本の歯が、他の歯よりも暗いですか。
 - 9 下顎の6前歯は真つすくですか。それらは、外見がそろっていますか。
 - 10 大きく笑うと、通常、奥の歯が見えますか。
その歯は修復物で着色したり変色していませんか。
 - 11 大きく笑うと、歯ぐきが見えるほど、リップラインが歯の根元より持ち上がりませんか。
 - 12 歯ぐきはピンク色で、薄い感じですか(反対に赤く腫張していますか)。
 - 13 歯ぐきは歯頸部よりも下がっていますか。
 - 14 歯の周囲の歯ぐきはきれいに湾曲していますか(半月状に)。
 - 15 息はいつも快適ですか。
 - 16 口臭の原因となるむし歯や歯槽膿漏はありませんか。
 - 17 もしあなたの微笑みを変えられたら、何を一番変えたいですか。
- 大きく笑うときはかりではない、軽い微笑で歯がチラリと見えるとき、会話を交わして唇が動いているとき、相手の視線が口元に注がれる割合は少ないはずがない。唇から歯が見えすぎても、見えなくてもいけない、バランスがある。過去に治療した歯は目立っていないか、余計なヒカリモノがギラついていないか、そんなことを気にしていたら、まともなコ

- 8 口もとの左右のバランスが悪いと思いませんか。
- 9 歯並びの話が出てくると、コンプレックスを感じますか。
- 10 自分の横顔がきらいですか。
- 11 受け口あるいは出っ歯ですか。
- 12 奥歯を噛んだとき、上と下の前歯に隙間はありませんか。
- 13 笑ったとき、歯肉が見えすぎていませんか。
- 14 歯並びの悪さは親ゆすりだとあきらめていますか。

コミュニケーションにならない。無頓着すぎればコミュニケーション以前の悪印象が残るだけ。気持ちが通じあうのは、伝達しあう内容とそれを伝えるスタイルが調和したとき。そのとき笑いが生まれる。人間だけに許された最高のコミュニケーション、笑いをブラッシュアップしたいもの。

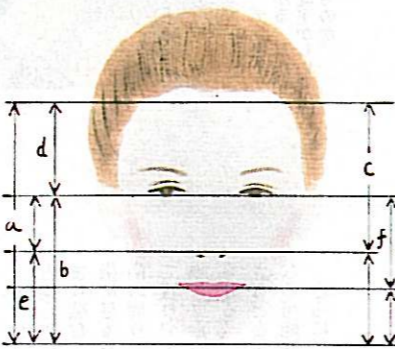
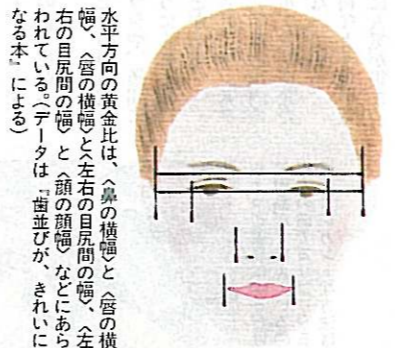
**微笑みをあなたに
CHANGE YOUR SMILE**



「微笑みをあなたに」CHANGE YOUR SMILE Ronald E. Goldstein 編 丸山剛郎訳 クインテッセンス出版 1995年 5,000円 歯医者がよくわかる。右の分析は本からの引用。

目、鼻、口と顔のバランスの理想といえは、黄金比率の「プロポーション」。

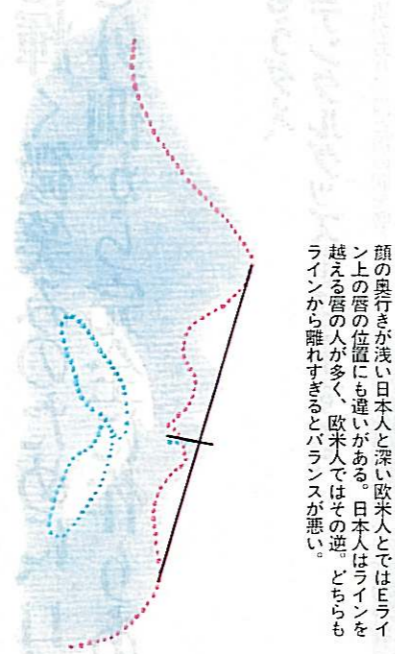
美しく感じる視覚的なプロポーションとして、黄金分割（あるいは黄金比）といわれる比率がある。1対1.618というその数値はA対B、B対A+Bの条件を満足するためのもの。エジプトのピラミッドの高さと底辺の長さ、クレジットカードのタテとヨコ、そして生物のからだなどにもその比率はあてはまるとか。顔の要素の比率も黄金比になっていると美しく感じるといわれている。例えば、目と鼻の間と鼻と口の間をはじめいろいろな箇所に見られる。



横顔の黄金比は、(目尻と耳の間)と(鼻と耳の間)、(目と髪の生え際、目と唇の間)、(鼻と口の間)それぞれと(鼻と耳の間)に見られる。黄金比を簡単に測る「ゴールデン・パイダー」という器具もあるらしい。

鼻とあごを結び、Eラインとくちびるの関係。横顔美人の条件とは何なのか。

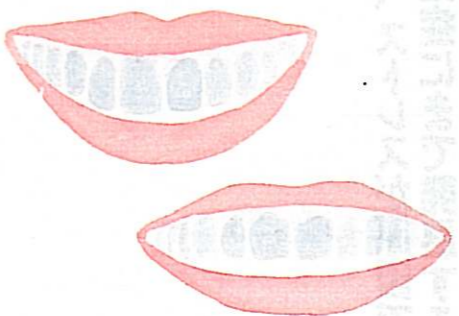
歯科矯正で、口元の美的なバランスを判断するラインとして利用されているのが、E（エステティック）ラインと呼ばれる鼻とあごを結んだ線。この線で唇の位置のバランスを分析するものとして考えられている。日本人と欧米人の骨格の違いもあるが、日本人の場合、成人で下唇がEラインの前後にあつて上唇が下唇より少し後ろにあるのが望ましいとされている。鼻と口の下のつくる角度も90度〜110度くらいがいいといわれている。さて、あなたは……。



顔の奥行きが浅い日本人と深い欧米人とはEライン上の唇の位置にも違いがある。日本人はEラインを越える唇の人が多く、欧米人ではその逆。どちらのラインから離れすぎるとバランスが悪い。

笑ったときの印象がくつきりと違う、若く見える口元、老けて見える口元。

笑顔の口元の表情で、若々しく感じると、そうでない場合がある。若々しいスマイルラインは、前歯が一番長く、歯の中央部で下がっていて、奥に行くにつれ上がっているもの。逆に高年齢に見られるのは、前歯がすりへって、歯先がつくるラインが水平に近く見える場合である。そういわれて見れば、と思いがくつきりす。確かに納得いく分析なのかわかる。すでに歯が磨耗している場合も、ラミネート（貼り付け）方法などによって若さを回復することができ。



歯のつくる線が水平だと老けた表情に見え、中央から左右に上がるカーブを描く場合には、若々しく感じられる。（「微笑みをあなたに」より）

最高に輝く微笑みのために、口元の環境を 内側と外側から完全に作りあげろ。

歯ブラシだけじゃもうダメ、
フロスやピックなどデンタルグッズを活用する。

最近オフィスの洗面所でランチの後、歯を磨くのがごく普通のことになってきた。メイクを直すのと同じように、歯を磨く。人と接することの多い働く女性にとって当然の傾向といえるだろう。

さらに最近では、歯周病 などということがCMで聞かれるようになり、デンタルケア全般への知識が高まっているせいか、いろいろな製品をみかけるようになった。酵素入り、塩粒入りなどさまざまな歯みがき粉が発売されるだけでなく、口臭予防のうがい薬、ガムの種類も多い。中でも今までと違った傾向を見せているのが、歯ブラシ以外のデンタルグッズである。

以前からデンタルフロスなどは輸入雑貨店には置かれていたが、これほどの種類が日本で販売されるようになったのはごく最近のこと。見慣れないグッズもずいぶん出ている。デンタルフロスにもいろいろな種

類があり、歯と歯の間を磨くものと歯の表面を磨くものに大別される。

中には日本のフロスを2つもの用途によって使い分けられるようになっていたり、テープ状のもの、ハンドルについているフロス部分を変換して繰り返し使えるもの、使い捨てタイプのものなどがある。ユニークなのはジョンソン&ジョンソンから発売しているもので、ミント味、シナモン味など好みの香りを選べるというもの。

また、フロス以外では歯の隙間を磨く専用の小型のブラシや、隙間に入っていくやすいようにらせん状になった細いブラシなどがある。

小林製薬の「ギムシ」、サンスターの「GUMシリーズ」など国内のメーカーが、デンタルグッズを発売し始めたのも話題になっている。いずれも携帯に便利なような小型でケース入りのもので人気が集まっているようだ。



ちよつと薬局に走るだけでも、デンタルケア用品が、増えているのがわかる。しかし、衆人の前でゴリゴリやるのは恥ずかしい。何かエレガントな方法はないものか。

外食、煙草や飲酒、ストレスが原因で
肩こり、頭痛、不妊症にまで発展する。

現代の食生活は歯にとって決していい状況とはいえない。特に忙しい女性たちはつい外食中心の食生活になりがち。

最近の外食産業の傾向は、ハンバーガーや菓子でもクリーム状の物など柔らかいものを志向している。あまり噛むことをしなくていい食品は歯に与える刺激に乏しいだけでなく歯の周りの細かい部分に汚れとたまって残りやすい。また、ビタミンやカルシウムの不足は口の中の粘膜を弱らせる。これらの要素が歯並びの悪さなどと重なると、歯周病の原因になる可能性があるという。

響が大きい。歯並びがよければさほどでもないが、悪いと余計なところに圧力が加かって歯が擦りへたりする。歯の擦りへり具合でストレスの度合いが計れるほどだという。栄養、ストレス、歯並びなどいろいろな要素が複合して歯から起こるトラブルには意外なものがある。よくいわれる肩こりや偏頭痛だけでなく、めまいも歯が原因で起こっていることが多い。歯の噛み合わせが悪いと表情にも影響をおよぼし、若年層よりも老けた顔になってしまう。さらに怖いことには歯から起こった体のゆがみが不妊症を引き起こした例も報告されている。

エステティックに通うように行ける
気のおけない歯医者さんがある。

虫歯になった、あるいは痛みがひどくなった。歯医者といえは従来はそんな時しか行かないところというイメージで歯医者は恐怖症の人もかなり多い。

だがどうも最近歯医者の傾向も変わってきているらしい。「その人が持っている本来の美しさを引き出す」というコンセプトで営業している協賛歯科の中原悦夫先生は「歯医者は痛い時に行くところという認識は古い」という。

「従来の歯医者は歯の機能面ばかりを取り上げてきたが、もうそれだけで通用しない時代になったと思いい、この病院を開いたんです。健康ということも考えた場合、肉体が不自由なく働いていさえすれば健康というわけではなく、常にメンタルな部分での健康も重要な要素の一つ。機能と精神がバランス良くまとまって初めて健康といえる。美しさも同じように機能性だけでは不十分です。その人の心の部分が

大人だからこそ
自分の歯に責任を持ちたい。

歯のコンプレックスは意外と根深いもの。気がつかないうちに、歯を気にしている人も多いはず。

幼児期に徹底して矯正する欧米と違って、日本ではまだまだ歯並びに対する意識が薄く、日常生活に支障がないからとか、別に痛みを感じていないからといった理由で、おさなりにしている人も多い。

歯列矯正のために実際に歯医者を訪れる人の多くは40〜50代であり、若い女性は周囲の人々の意識の低さも手伝って、歯医者に訪れるどころか、自分の歯並びを気にしていない人がほとんどのようだ。

だが、海外への長期旅行が決まったのを機会に歯列矯正を始めたり、自分で収入を得るようになって今ま



でコンプレックスをもって歯並びを直そうと思ったなどという例もある。また最近では作家の林真理子さんが新しい素材のブリッジを付けた姿でマスコミに取り上げられるなど、歯列矯正に対する意識も徐々に変わってきているようだ。

歯並びが悪いのは子供の頃にきちんとしておかなかったからという固定観念も次第に崩れつつある。例えばシェイプアップをするように、ヘアメイクに手間をかけるように歯も自分のからだの一部として、自分でちゃんと管理したい。



●協立歯科(東京・恵比寿) 03・770・5515 (日・月曜)
待合室はホテルのロビーのようになっていて、5515 (日・月曜)

美しい口元のためには自分の歯をまずチェック。それによって治療方法も変わってくる。

歯に関するトラブルは歯並びだけではなく限らない。コーヒー、煙草などの嗜好品や薬品による変色、口臭、自分にあてていないさし歯などによる歯茎の変色や腫れなどがある。これは意外と簡単な方法で短時間で解決することが多い。

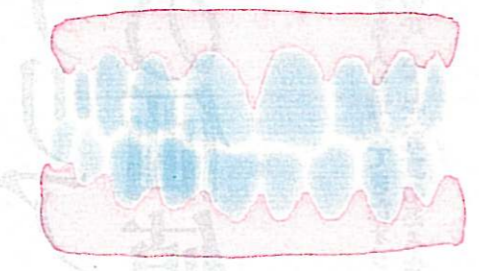
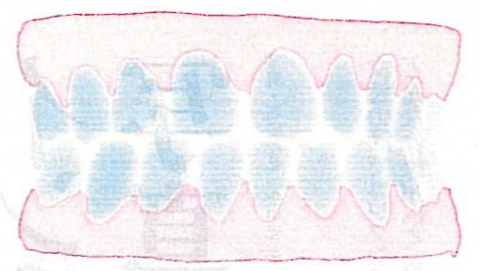
まず毎日のブラッシングではとれにくい部分のケアと歯茎のマッサージ(ブラークコントロール)。これを健康な歯茎の場合には月に1度、歯周病の場合は週に1度行うことによって健康な歯茎を回復、維持できる。またコーヒーや煙草などによる汚れはポリッシング(ステインコントロール)で落ちる。これを永久に落ちない汚れと思いついて入る人も多いという。除菌をおこなって歯石、ヤニ、歯垢などをすきにくくする方法もある。

薬品などの影響で全体的に変色してしまっただけの場合には、漂白という方法がある(フリーチング)。歯髄を傷つけることなく表面だけをきれいにする方法である。

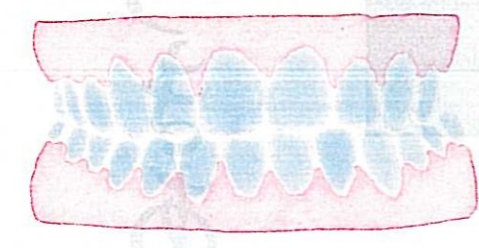
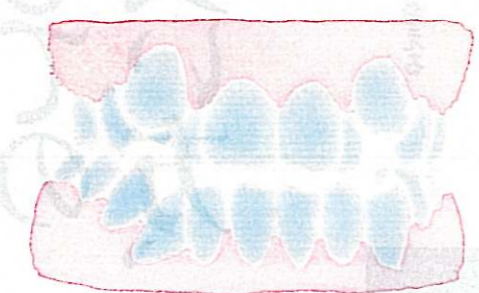
さらに自分の歯にあつた色や形のセラミック素材を0.5ミリの薄さで元の歯にかぶせる方法(ラミネート)もある。歯茎が後退している、見え過ぎるといったことも解決が可能だ。これらの方法を自分の歯の状態、予算などに応じて組み合わせれば、かなりのトラブルは解決できる。これにはまず自分の歯の状態を冷静にチェックすること。そして信頼できる歯医者と納得のいくまで、治療について話し合うことが大切だ。



同じ矯正器具でも見た感じがだいぶ違う。左が患者の笑いならば、右は「笑う患者」。このニュアンスは重要。治療中も美しくありたい女性の願い。写真提供/ユニテックジャパン



年を重ねるにしたがって、歯がやせて、歯のすき間が大きくなっていくことがある。色と形を完全にコーディネートしたセラミックを元の歯にかぶせるラミネート法が、この場合に有効。前歯6本を、直した場合、2回の通院(3時間ずつ)で、約40~60万円程度の費用。



若い頃にやっておいた方がいいことではあるが、30代でも十分に歯並びは直せる。これは矯正で直した例であるが、時間的、金銭的な問題は、症状にもよるが、約1年以上、100万円は用意したい。きれいな歯になってから幸せな人生の年月を考えれば、決心はより早めの方がお得。



治療室にも十分な配慮がなされている。



精密なカウンセリングが納得のいく治療をうむ。

ちゃんと満たされていないければ、歯は機能ももちろん大事ですが、歯並びなどの機能以外の面で性格に大きな影響があるんです。日本ではまだ数少ないデンタルエステティックとして開業した協立歯科の室内は、無機質で冷たい診療室ではなく落ち着いたサロンのようなインテリアで、緊張をほぐしてくれる。患者にも好評だという。

歯の状態を調べるための検査、検査の結果、具体的な治療方法、方針を患者に説明する。そこから実際の治療が患者、医師、助手の三者による面談をまじえながら行われることになる。この時、事前にカウンセリングを行うので時間がなかなか取れない人でも大丈夫。さらに治療が終わっても、その後のメンテナンスについて詳しく指導してくれる。「一番大切なのはきれいになろうという心構えです」とのこと。肌や髪、ボディだけでなく美しさのターゲットは歯に及んできているといえる。