

漢字クイズ！！

次の漢字の読みは何でしょう？ 答えは最後に。

- | | |
|------|-------|
| 1)大凡 | 6)胡座 |
| 2)啄む | 7)劣る |
| 3)坩堝 | 8)与する |
| 4)栗鼠 | 9)松魚 |
| 5)河馬 | 10)魚狗 |

“いい顔”の男になる即効の顔トレ術

宝田恭子先生という方が書いた、いい顔の男になるエクササイズの本です。男向けのこういう本って珍しい気が、、、。毎日やるのが面倒だなあと思ったら、出だしに、ズボラぐらいがちょうどいいと書いてありました。女の子がやっても小顔になるそうです。



その中から歯ブラシエクササイズを紹介します。



1

口にくわえた歯ブラシをしっかりと握り、頬全体がすばまるように、歯ブラシをゆっくり吸います。



2

歯ブラシの背を使い、小鼻から口元へ向けて、ゆっくりやさしく、口の中からほうれい線を伸ばします。これを3回おこないます。



3

歯ブラシの背で、口の中からほうれい線を伸ばし、3本の指で頬をトントンと、30回たたきます。反対側も同様におこないます。



この本は当院の本棚にもありますし、下記アドレスのホームページにも載っていますのでぜひやってみてはいかがでしょうか。

http://www.dental-plaza.com/info_article/takarada/

漢字クイズの答え

- 1)おおよそ、2)ついばむ、3)るつぼ、4)りす、5)かば、6)あぐら、7)いたわる、8)くみする、9)かつお、10)かわせみ