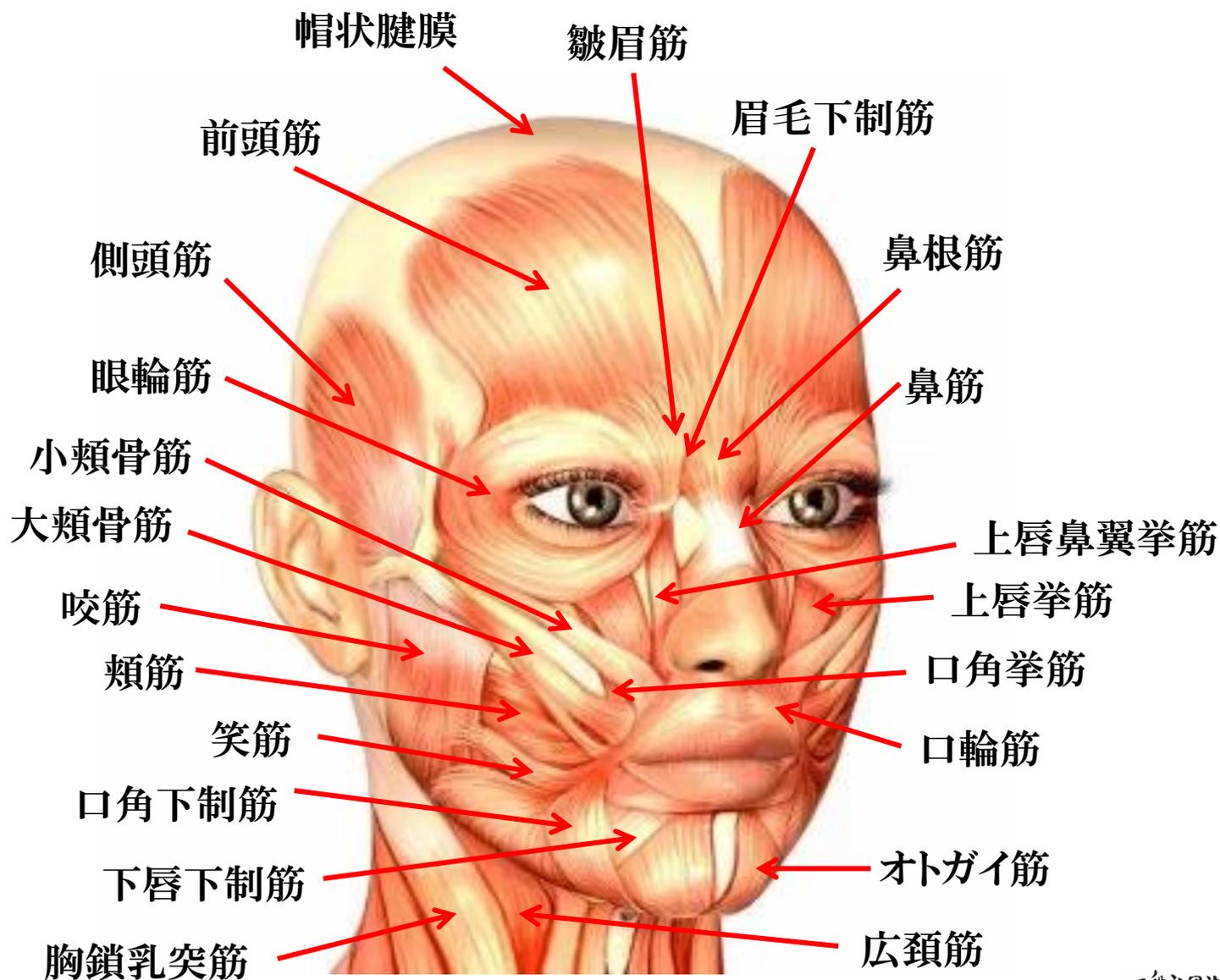


顔面部の筋肉 資料

VOL.1 2021.5

一般社団法人 日本鍼灸協会

顔面部の筋肉



顔面部の筋肉

前頭筋 (frontal belly)

| | |
|-------|------------------|
| 主な働き | 眉の引き上げ、額に横シワを寄せる |
| 動作 | 驚きの表情を作る |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | おでこのシワ解消・リフトアップ |



顔面部の筋肉

側頭筋 (temporalis)

| | |
|-------|---------------------------|
| 主な働き | 下顎骨を引き下げる。 下顎骨を後方に引く |
| 動作 | ものを噛む |
| 支配神経 | 下顎神経(三叉神経第3枝) |
| 美容的作用 | リフトアップ、疲れ顔の解消 ほうれい線の解消 |



顔面部の筋肉

眼輪筋

(orbicularis oculi)

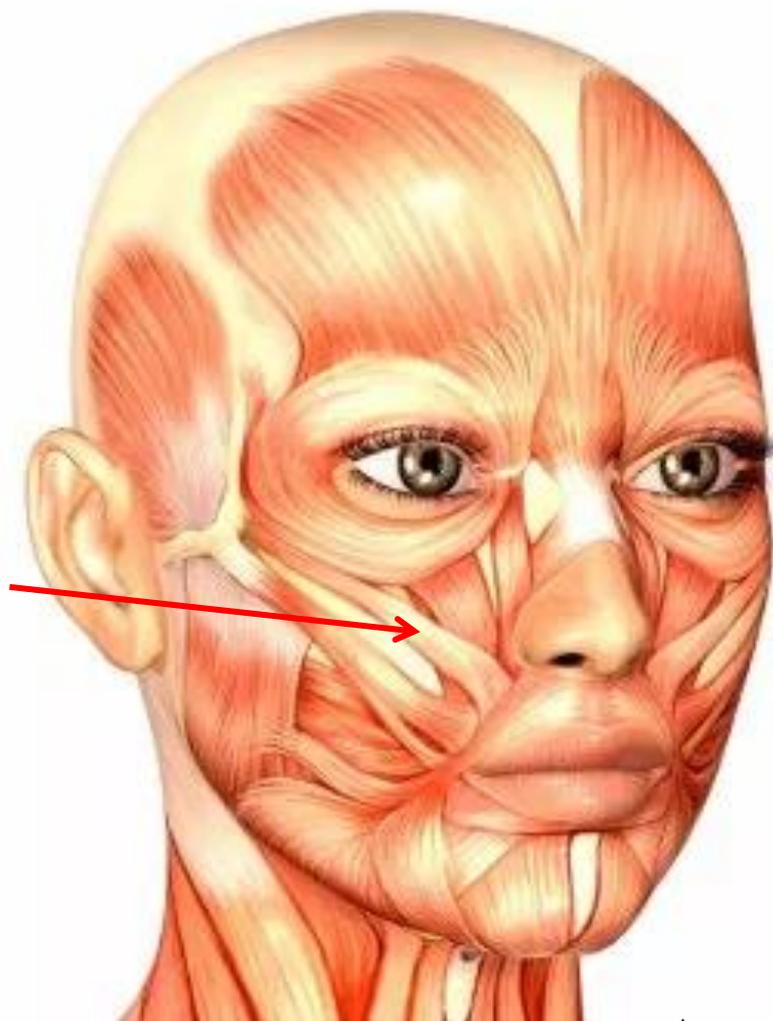
| | |
|-------|-----------------------------|
| 主な働き | 眼瞼を閉じる |
| 動作 | 目を閉じる。目じりにしわを作る |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 眼精疲労改善、瞳をパッチリする ドライアイの解消 |



顔面部の筋肉

小頬骨筋 (zygomatic minor)

| | |
|-------|------------------------------|
| 主な働き | 上唇、鼻翼を上外方に引く |
| 動作 | 鼻唇溝(ほうれい線)をつくる 笑顔などの表情を作る |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | ほうれい線の解消 頬のたるみ解消 |



顔面部の筋肉

大頬骨筋 (zygomatic major)

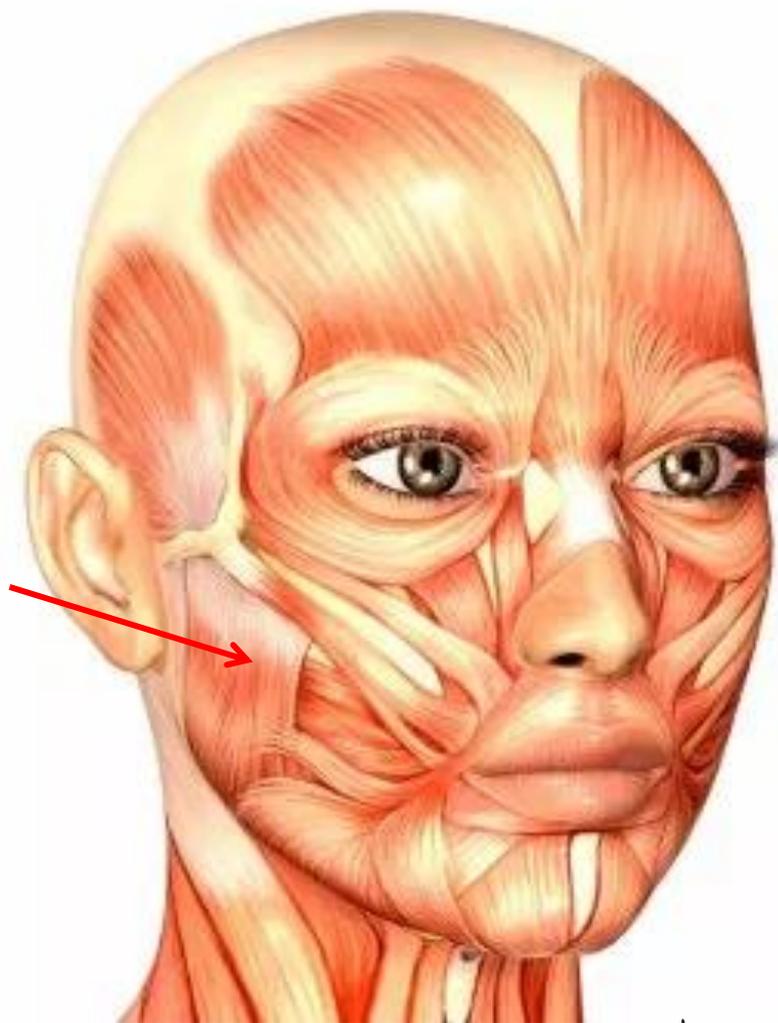
| | |
|-------|---------------------------|
| 主な働き | 口角を上外方に引く |
| 動作 | 笑顔を作る 「い」の発音をする |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | ほうれい線の解消 フェイスラインのスッキリ感 |



顔面部の筋肉

咬筋 (massetes)

| | |
|-------|---------------------------|
| 主な働き | 下顎骨を引き上げ口を閉じる 下顎を後方に引く |
| 動作 | ものを噛む、奥歯を噛みしめる |
| 支配神経 | 下顎神経(三叉神経第3枝) |
| 美容的作用 | えらの解消、小顔効果 輪郭を整える |



顔面部の筋肉

頬筋 (buccinator)

| | |
|-------|-------------------------|
| 主な働き | 頬を歯列に押し付ける。 息を強く吹き出す |
| 動作 | 咀嚼を助ける。管楽器を吹く。 |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 頬を引き締める |



顔面部の筋肉

笑筋 (risorius)

| | |
|-------|------------------------|
| 主な働き | 口角を後方に引く |
| 動作 | 笑顔やえくぼを作る 「い」の発音をする |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 魅力的な笑顔を作る |



顔面部の筋肉

口角下制筋 (depressor anguli oris)

| | |
|-------|---------------------------|
| 主な働き | 口角を引き下げる |
| 動作 | 怒りや不満の表情を作る 口を「へ」の字にする |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 頬のたるみの防止 |



顔面部の筋肉

下唇下制筋 (depressor labii inferioris)

| | |
|-------|---------------------------|
| 主な働き | 下唇を下外方へ引く |
| 動作 | 怒りや不満の表情を作る 口を「へ」の字にする |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 顎のたるみの防止 |



顔面部の筋肉

顰眉筋

(corrugator supercilii)

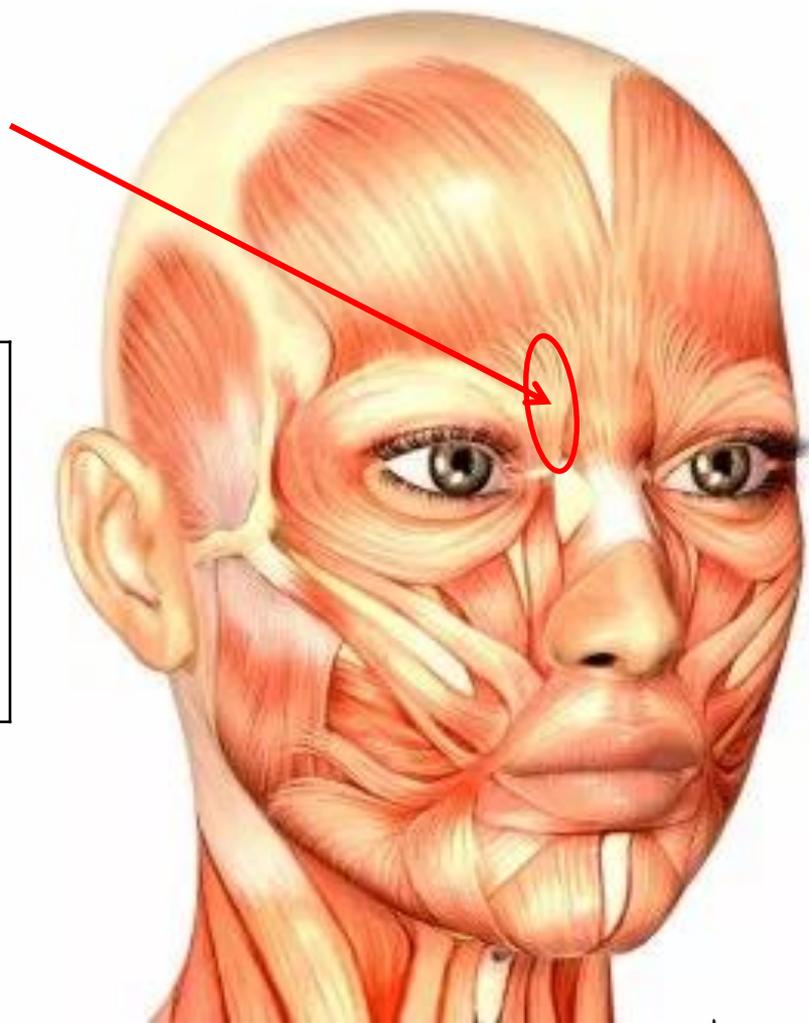
| | |
|-------|------------|
| 主な働き | 眉を内下方へ引く |
| 動作 | 眉間に縦シワをつくる |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 眉間の縦シワの解消 |



顔面部の筋肉

眉毛下制筋 (depressor supercili)

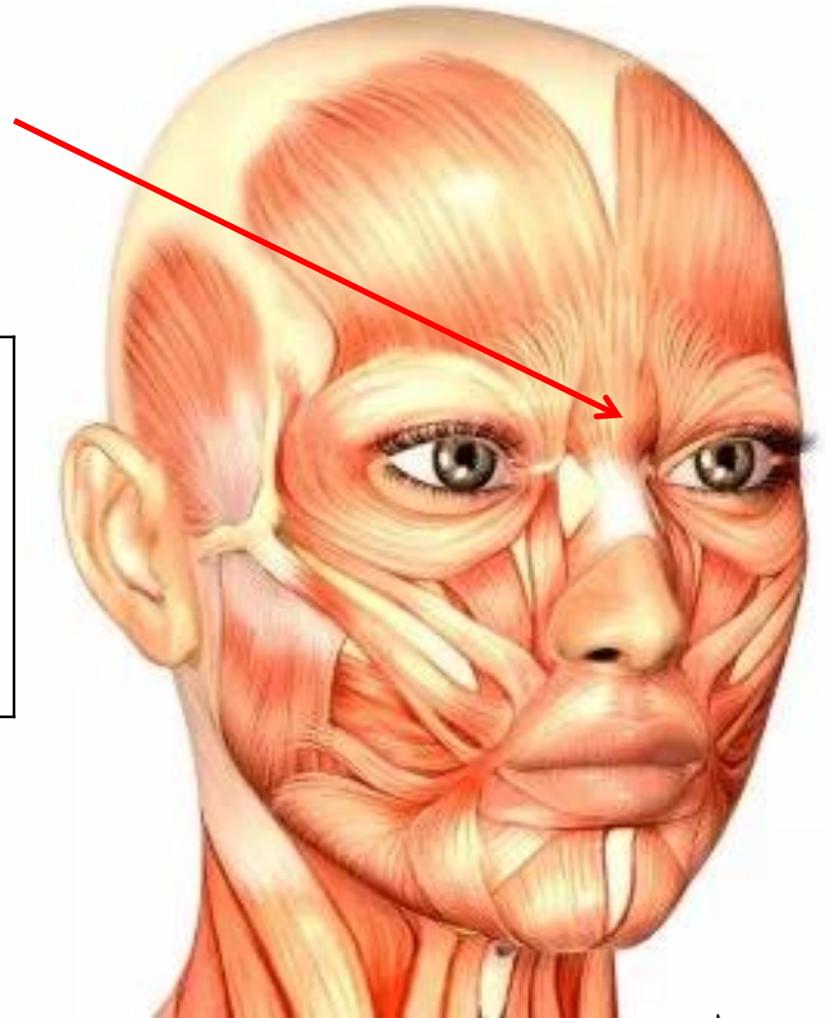
| | |
|-------|--------------|
| 主な働き | 眉頭部の内側を下方へ引く |
| 動作 | 鼻根の上に横ジワをつくる |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 鼻根の横ジワの解消 |



顔面部の筋肉

鼻根筋 (procerus)

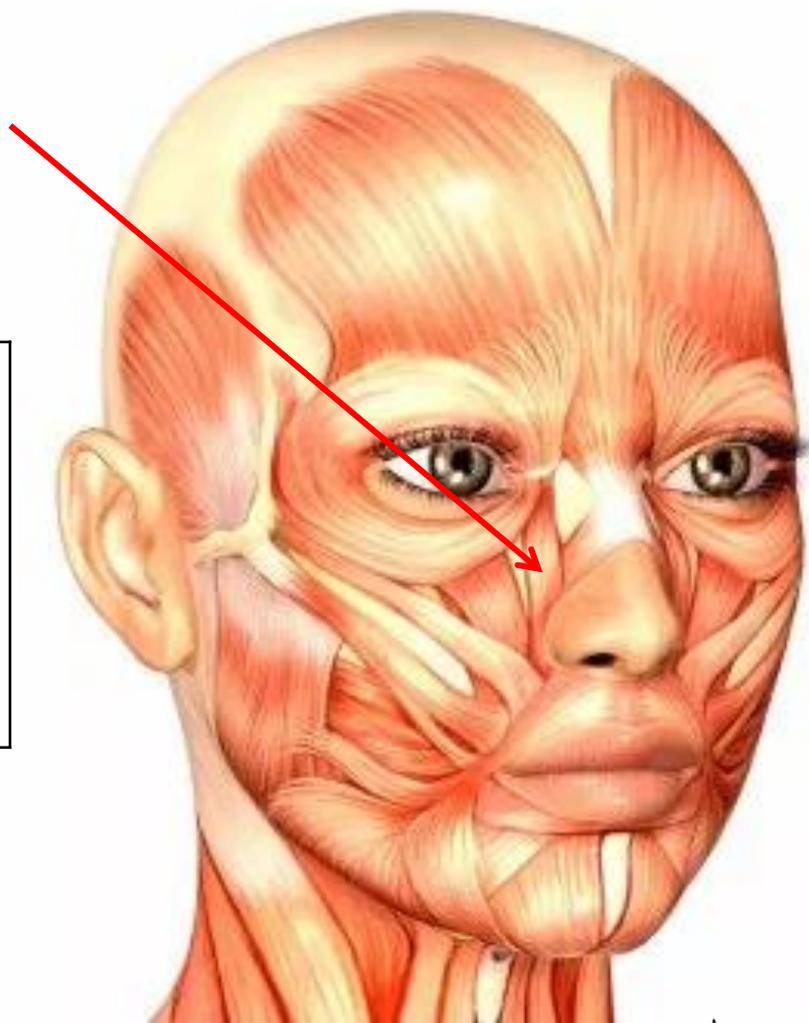
| | |
|-------|-------------|
| 主な働き | 眉間の皮膚を下方へ引く |
| 動作 | 鼻根部に横ジワをつくる |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 鼻根の横ジワの解消 |



顔面部の筋肉

上唇鼻翼挙筋 (levator labii superioris alaeque nasi)

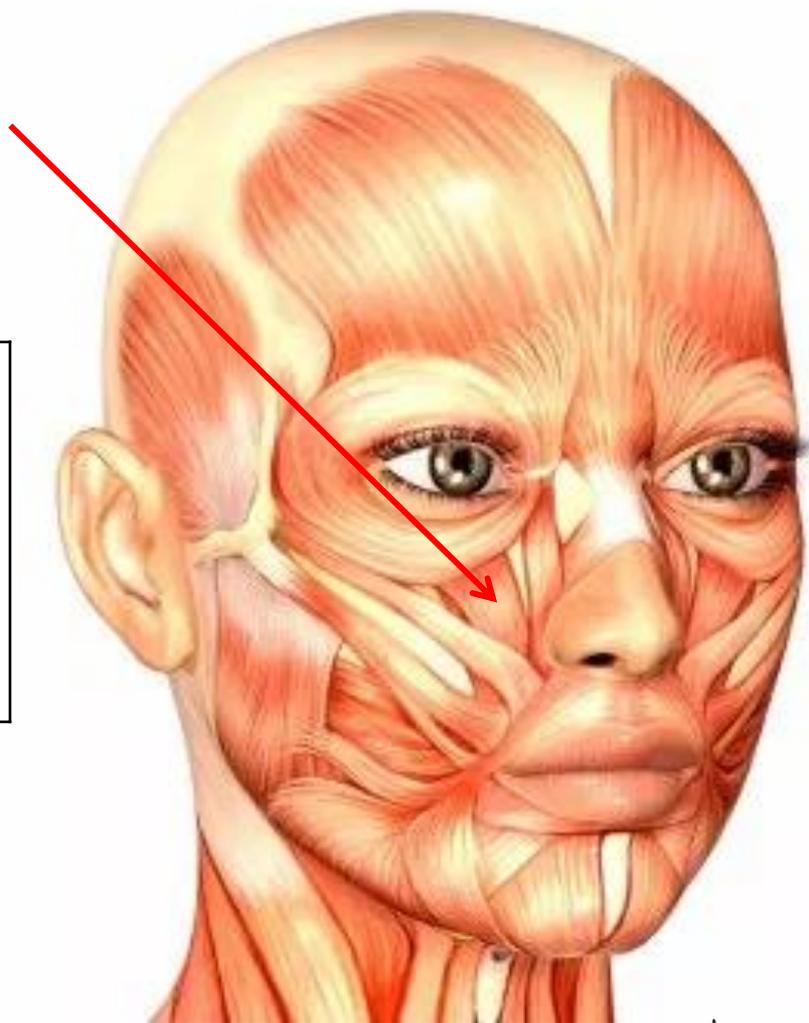
| | |
|-------|------------------------|
| 主な働き | 上唇と鼻翼を上方に引く |
| 動作 | 笑顔を作る。外鼻孔を広げる。 |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | ほうれい線の予防 ガミースマイルの緩和 |



顔面部の筋肉

上唇挙筋 (levator labii superioris)

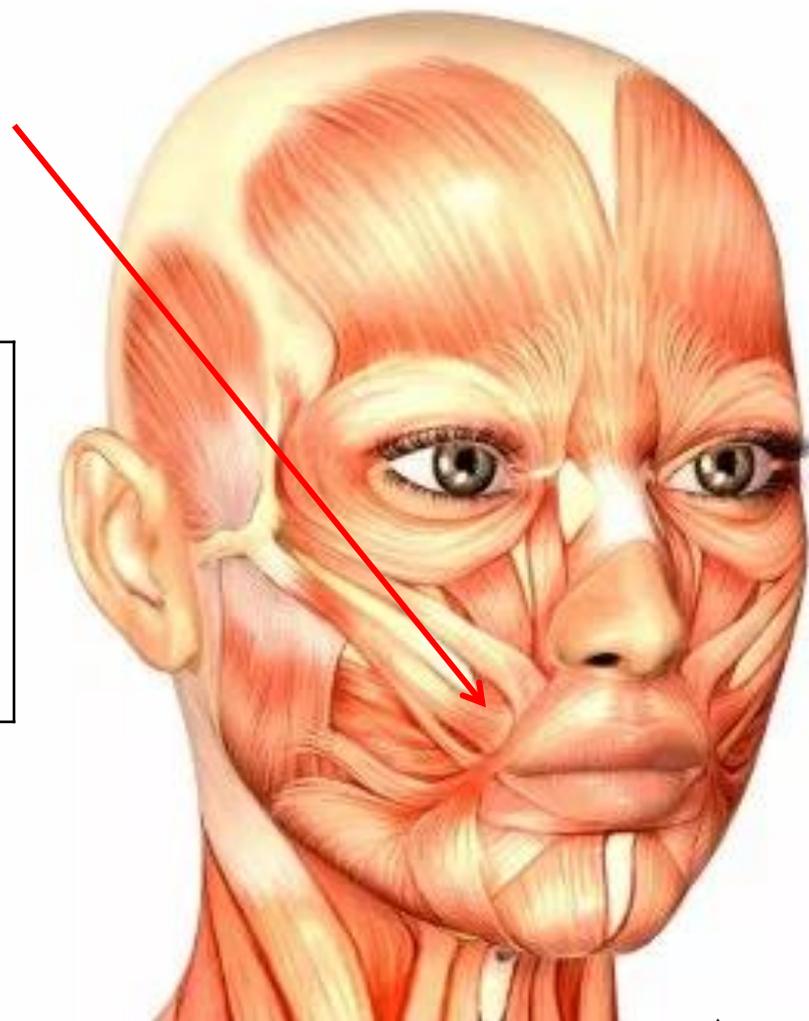
| | |
|-------|------------------|
| 主な働き | 上唇を引き上げる。 |
| 動作 | 鼻唇溝をつくる。歯を見せて笑う。 |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | ほうれい線の予防 |



顔面部の筋肉

口角挙筋 (levator anguli oris)

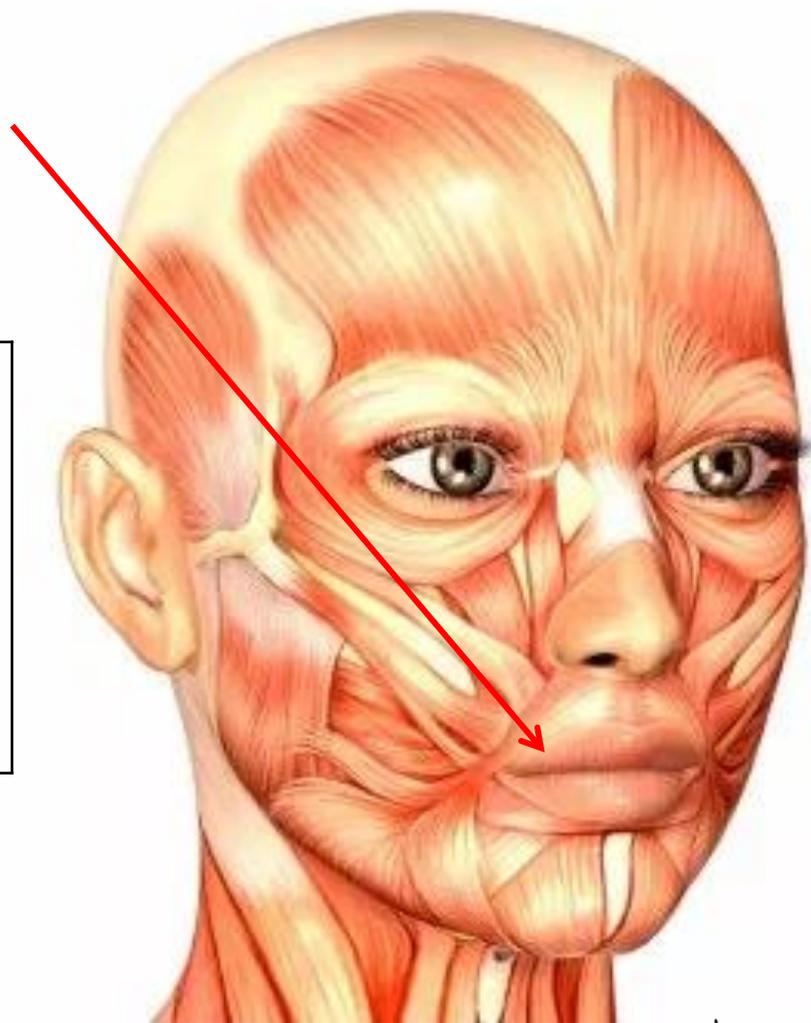
| | |
|-------|----------------|
| 主な働き | 口角を上方に引く |
| 動作 | 笑顔を作る。鼻唇溝をつくる。 |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | ほうれい線の予防 |



顔面部の筋肉

口輪筋 (orbicularis oris)

| | |
|-------|------------------------|
| 主な働き | 唇を閉じる。 口をすぼめて突き出す。 |
| 動作 | 言葉を話す。口笛を吹く。 キスをする。 |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 口元を若々しく |



頸部の筋肉

広頸筋 (platysma)

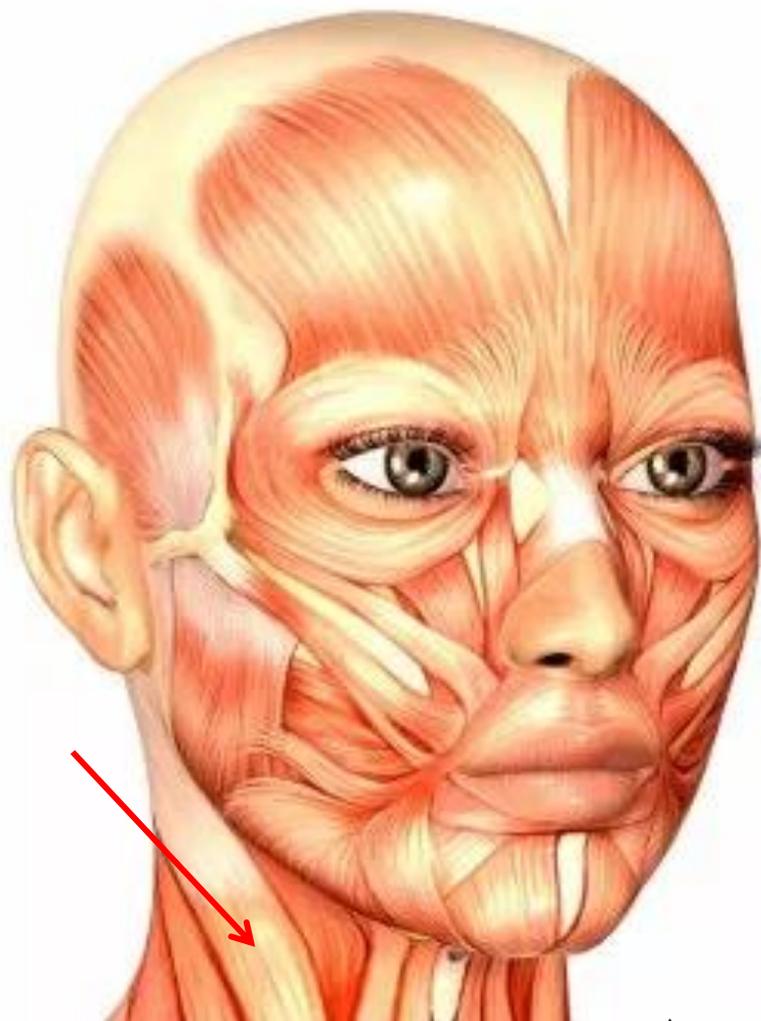
| | |
|-------|----------------------------|
| 主な働き | 頸の皮膚を上を引く |
| 動作 | 驚きの表情、口角を下げる |
| 支配神経 | 顔面神経 |
| 美容的作用 | 顎のたるみの改善 頸のシワの解消、むくみの解消 |



頸部の筋肉

胸鎖乳突筋 (sternocleidomastoid)

| | |
|-------|--|
| 主な働き | 片側: 顔を反対の上方に向けつつ頭を側屈させる。 両側同時: 首をすくめて後屈。 顎を突き出す。 |
| 動作 | 斜め上をむく |
| 支配神経 | 副神経 |
| 美容的作用 | 顔のゆがみの解消 むくみの解消 |



顔面部の筋肉

