

仕事を楽しむための  
WEBマガジン  
ビープラス  
**B+** **B-plus**  
に掲載中!

# Loosen up

## 渡邊彩 × 狩野恵輔



### 代表 渡邊彩

2002年に歯科衛生士免許を取得し、歯科医院にて経験を積む。口腔機能の促進や健康増進を目的としたオーラルストレッチの技術を開発した後、同技術を身に付けた施術者であるDental Relaxist®の養成や、一般向けのリラクゼーションを提供するサロンLoosen upを開業した。

**狩野** 歯科衛生士向けにリラクゼーションテクニックの指導などを行っているLoosen upさん。オーラルストレッチとは、渡邊代表が開発なさった技術だそうですね。具体的にどのようなふうに行うものなんでしょうか。

**渡邊** 主に咀嚼に関わる筋肉は口の外から緊張を癒し、表情筋は口の中から筋肉の機能を理解しながらストレッチするんです。お口の外側と内側から行うことで口腔周囲筋の柔軟性を維持し、咀嚼や嚥下、発音などの口腔機能を促進させるとともに、低下した機能の回復を目的としています。また、ストレッチという名の通り、歯科医院の患者さんご自身でセルフケアを行えるメソッドでもあるんですよ。

**狩野** 一般のお客さん向けのサービスについてもぜひ教えてください。

**渡邊** ラジオ波という高周波を用いたボディケアや、フェイシャルエステといったサービスを提供しています。中でもラジオ波は、身体を深部から温める効果が期待でき、緊張を緩和することで腰痛や肩こりなどの改善につながるものなんです。

**狩野** 歯の噛み合わせが悪いと頭痛や肩こり、腰痛などの影響が出ると聞いたことがあります。そのような身体の不調に対してトータルでケアできるのは、渡邊代表の大きな強みでしょうか。

**渡邊** ありがとうございます。私は、歯科に関わる仕事とは、歯や口腔内のメンテナンスを通じて、その人の人生に寄り添う仕事だと考えています。

**狩野** 自身の健康についてトータルでケアしようと取り組む渡邊代表は、とても研究熱心な方だなと感じました。これからもたくさんの方にオーラルストレッチの魅力を伝えていくって、嬉しいです。

す。私自身も含めて、現代人は身体の外側、つまり社会に対して意識を向けがちで、自分自身の心や体の様子についてはあまり顧みない傾向にあると思うんですよ。そのような社会の中で受けるストレスなどから精神面に不調をきたすと、口腔内にも身体にも悪影響が出てしまいます。そこで、自分自身と向き合い、必要ならば改善策を見つけて楽しみながら人生に向き合えるよう提案するのが、当サロンの役割だと思っています。

# オーラルストレッチで 口腔から健康を増進



〒564-0027 大阪府吹田市朝日町15-28 パリ  
ース吹田405  
【事業内容】リラクゼーションサロン／Dental  
Relaxist®の養成・認定・継続サポート／オー  
ラルストレッチ施術  
【設立】令和5年7月  
【ホームページ】  
<https://loosen-up.net>  
<https://beauty.hotpepper.jp/kr/slnH000649531>  
(ホットペッパービューティー)  
【Instagram】  
[https://www.instagram.com/loosenu\\_osaka](https://www.instagram.com/loosenu_osaka)  
(Loosen up)  
[https://www.instagram.com/wa\\_sai2021](https://www.instagram.com/wa_sai2021)  
(和彩庵)



### 野球解説者 狩野恵輔

高校3年生の夏、群馬大会で大会新記録となる4本塁打を放った打撃センスを買われ、2000年のドラフトで3位指名されて阪神タイガースへ入団。2006年にはウエスタン・リーグでチーム史上3人目となる首位打者に輝いた。2017年に引退し、現在は解説者として活躍中。

詳しくは、ビープラス  
「経営者インタビュー」にて



仕事を楽しむ 渡邊彩

検索