

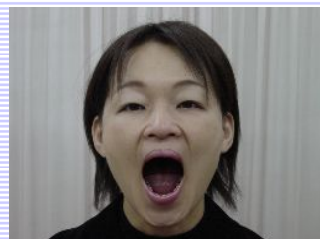
健口体操

口唇・舌体操

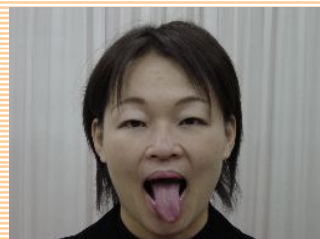
楽しくおいしく食べるための準備体操です。この体操をすることで、お口の機能が高まり、唾液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて飲み込みやすくなります。お顔の表情もいきいきしてきます。無理をしないように行ないましょう。



むすんで



ひらいて



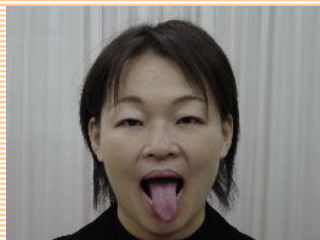
ベロをだして



むすんで



またひらいて



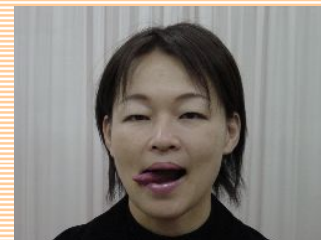
ベロだして



そのベロ
はなに



ベロを右に



ベロを左に



ベロをグルグル
まわします

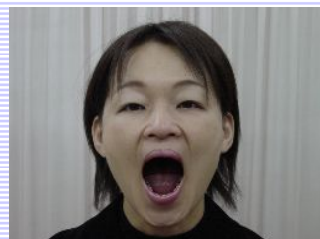
健口体操

口唇・頬体操

楽しくおいしく食べるための準備体操です。この体操をすることで、お口の機能が高まり、唾液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて飲み込みやすくなります。お顔の表情もいきいきしてきます。無理をしないように行ないましょう。



むすんで



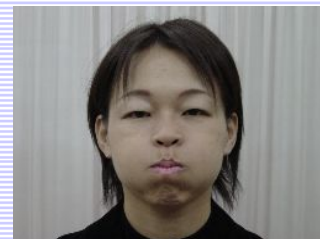
ひらいて



横にひいて



むすんで



ほっぺを
ふくらせ



指で押して



空気をもらさず



右をふくらせ



左をふくらせ



ほっぺをぷくぷく
きたえましょ