

言語聴覚士（ST）さんに質問してみよう！！

Q：子どものこのような様子が気になります。どうしたらよいでしょうか。



口が開いていることが多い



食べこぼすことが多い



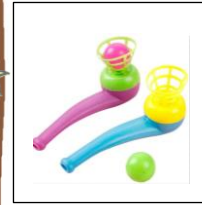
発音が聞き取りにくい

A:口の周りの筋肉も身体の一部です。食べ物をよく噛んだり、はっきりと発音したりするためには、口の周りの筋肉を動かしたり、逆に力を抜いた舌の動きも必要になります。

言語聴覚士が紹介します

実践！口を動かしてみよう！

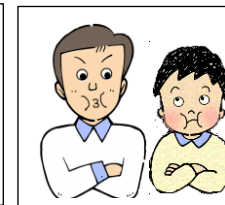
遊びや生活を通して口腔機能の発達を促すことができます。楽しく取り組んでみてください。



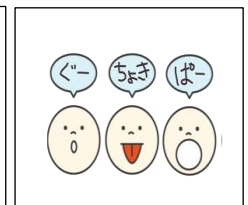
パイプでボール浮かし



巻笛



にらめっこ遊び



口じゃんけん



シャボン玉

大きいシャボン玉を作ろうー長く、ゆっくり息を出す。



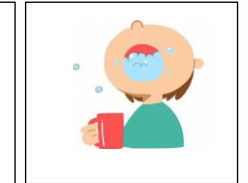
紙風船

紙風船をふくらまして遊ぶ。しぼんだらまたふくらませます。吸ってはいてを繰り返して遊んでもよい。



ブクブクうがい

右のほほをふくらませてブクブク、左のほほでブクブク、真ん中でブクブク、できたらピューっと水を吐き出す。



ガラガラうがい

口に水をためて上を向き、ガラガラしてからピューっと水を吐き出す。

口腔機能の発達の第一歩は… 『噛む』 ことです！

甲賀市の歯科衛生士さんにお聞きしました。



子どもの噛む能力は乳幼児期から、毎日の経験の積み重ねで身につきます。

- 授乳期は、母乳やミルクを飲むときに舌を使っています。舌や唇から脳へ刺激を送ります。
- 離乳食が始まると、上唇が鍛えられ、唇で食べ物を挟んで口に入れることを練習します。上唇が鍛えられると「お口ぼかん」や「口呼吸」が防げます。舌は前後から上下の動きが上手になり、舌と上あごで押しつぶすようになります。
- 前歯が生えて、かじり通りの練習をしていくことで、一口で食べる量を覚えます。舌は左右に動くようになり、歯ぐきで食べるようになります。
- 奥歯が生えてくると、噛む力が強くなり咀嚼の土台が作られていきます。



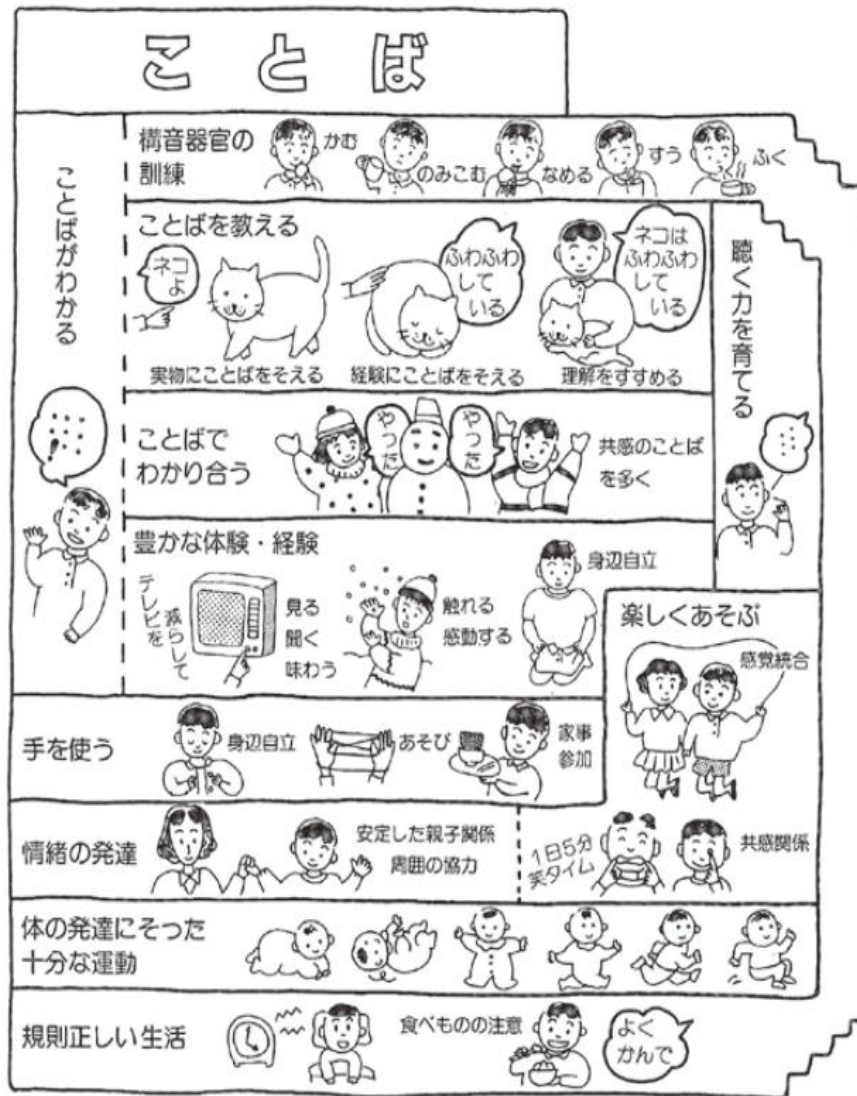
『噛む』ことは、唇・ほほ・舌・あごや顔の周辺の筋肉のバランスのよい発達につながっていくのです。

口腔機能の発達を促す「食べ物や食べ方」

- 口にくわえたスティック状のお菓子を、手を使わずに口だけで食べる
- 笛ラムネ（鏡を使うとやりやすい）
- スルメを食べる
- ガムをかむ など



ことばのビル



ことばのビルってな〜に?!
のぞいてみよう!!

ことばのビルの1番上の階の「構音器官の訓練」をよく見ると、1番下の階の「規則正しい生活（食べものの注意）（よくかんで）」とつながっていることがわかります。

構音（発音）は、体全体の発達とともに、舌や唇の動かし方の調整が必要となります。

舌の動きは、母乳やミルクを吸い、飲み込む動きを始めとして、なめる・吹く・噛むことを繰り返すことで育っていきます。

◆ お知らせ ◆
発達支援課ホームページに、のびのび通信のバックナンバーや発達支援の動画もアップしています。

発達支援課 HP / 発達支援課 0748-69-2178

発達支援課マスコット のびるん&はあとん

(引用)
ことばをはぐくむ
～発達に遅れのある子どもたちのために～ ぶどう社 中川信子著