

／乳児期から親子で始める／

# あくちのマッサージ

お口のマッサージをすると、子どもの舌や唇の発達につながります。

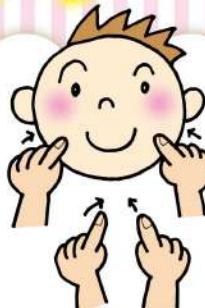
顔や口にさわられることに慣れておくと、歯みがきを始める頃になってもリラックスして取り組めます。ふれあい遊びをとおして、楽しくお口のケアをしましょう！



♪「ひげじいさん」の替え歌で おくちのマッサージ

## ①おかおを つんつん マッサージ

人差し指で 顔全体をやさしく押す



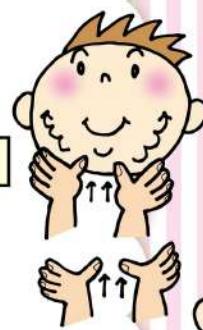
## ②ほっぺを ぐるぐる マッサージ

ほっぺから口にかけてゆっくり回しながら触る



## ③あごから きゅつ きゅつ マッサージ

あごから耳の後ろにかけて親指で優しく押していく



## ④おくちが にこにこ マッサージ

親指と人差し指でくちびるを広げたりすぼめたりする



## ⑤おでこを なでなで マッサージ

手のひらで額をなでる



## ⑥かわいい ○○ちゃん

笑顔で全身をなでる



### ★お口の役割

- ①食べること
- ②会話すること
- ③呼吸すること

### ★お口が上手に使えると

- ①唾液がたくさん出る
- ②ことばの発音がよくなる
- ③鼻呼吸がしやすくなる
- ④口が乾燥しにくい