

／ 乳児期から親子で始める ／

おくちのマッサージ

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、歯みがき始める頃になってもリラックスして取り組みます。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 きゅっ きゅっ 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