



ことばの教室だよ

🌀「吹く」「吸う」遊びをしよう！

私たちは、呼気（吐く息）を調節して、言葉を発しています。発声に必要な器官の働きをよくするために、「噛む」「飲み込む」「舐める」「吸う」「吹く」力をつけることが大切です。

ことばの教室で行っている吹き吸いの遊びや食事の中でできることを紹介します。これらの動きをたくさん経験すると、口周りの筋力や息をコントロールする力が高まり、正しい音が出やすくなります。ぜひ参考にしてみてください。

《 吹くこと 》

※口をしっかりとつぼませて、口の真ん中から息を出すことが大事です。

- シャボン玉を吹く
- 水をストローでブクブクさせる
- 巻き笛や鍵盤ハーモニカを吹く
- 熱い汁物をフーフー冷ます



《 吸うこと 》

※ストローは口の真ん中で浅くくわえましょう。

- 絵を描いた紙や色紙をストローで吸って取る
- シェイクを飲む
- 冷たい飲み物やミニカップゼリーをストローで吸う

こ
誤えん（誤って喉と気管に入ってしまうこと）の心配がありますので、大人が必ず見守るようにしましょう。



巻き笛



紙をストローで吸う



ミニカップゼリーを
ストローで吸う