

# けんこうたいそう 健口体操

## 口唇・舌体操

むすんで

ひらいて

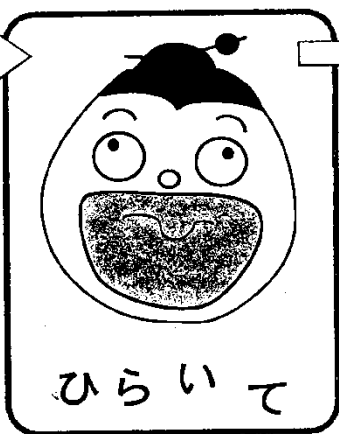
楽しくおいしく食べるための準備体操です。この体操をすることで、お口の機能が高まり、だ液がよくでるようになり、舌がなめらかに動いて飲みこみやすくなります。お顔の表情もいきいきしてきます。無理をしないように行いましょう。



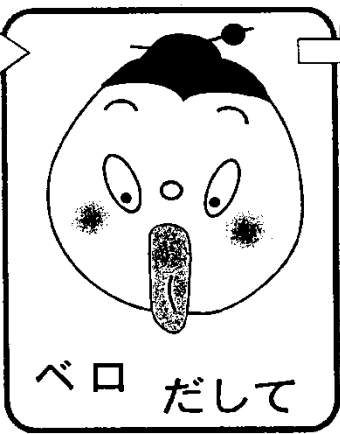
おうちのたいそう  
いち・にい・さんつ



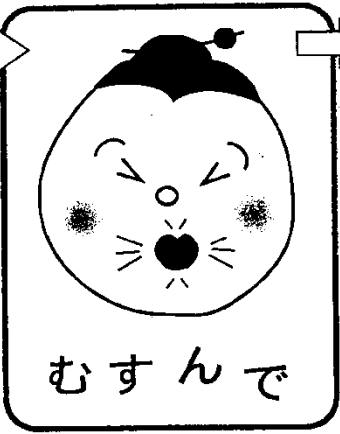
むすんで



ひらいて



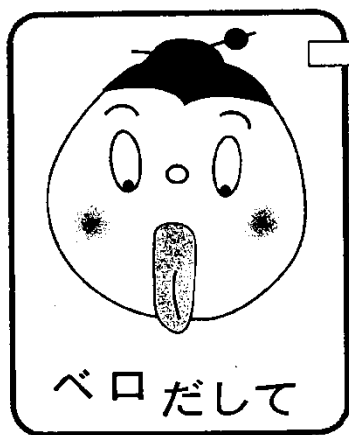
ベロだして



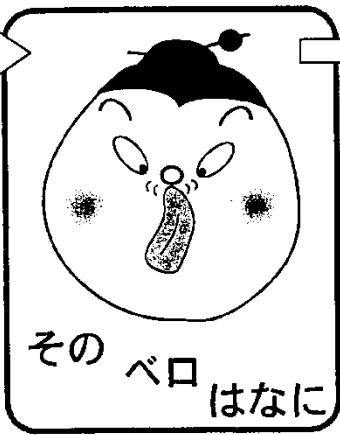
むすんで



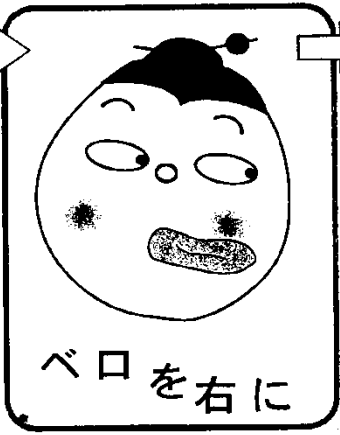
またひらいて



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

たのしくおいしく  
たべましょう

