

口腔体操はじめましょう！【発音】

パタカラ体操始めましょう！



- 大きく口を開けてそれぞれ10秒間発音する
- 1日2回すると効果的です。誤嚥も予防でき、言葉がはっきりと発音できるため会話が楽しくなります。

『「京都市お口の体操」より引用 』