

事例・教材 輪っかすくいゲーム～お風呂に入ってゲーム感覚でお口周りの筋肉を鍛えよう

狙い・ターゲット： 発音不明瞭なお子さん。一瞬なら口唇閉鎖が出来るが常時お口が開きっぱなしのお子さん向けに一定時間口唇閉鎖を促す遊び。

写真：



目的

いつものお口の体操をお風呂で～ゲーム感覚で口輪筋を鍛えよう。

使用教材

- ・ヘアゴム 3-4 個。
- ・アイスクリームスプーンなど長さのあるもの（口に入れても清潔で安全な棒状のもの）。
- ・ストローでも代用可能ですがゴムをすくい上げる際、お風呂の水がお口に入ってしまう事もあるので注意。また長すぎるとコントロールが難しくなるので、10cm程度が適当です。
- ・すくったヘアゴムを入れる容器。

内容、方法

- 1) ヘアゴムを湯船に浮かべる。
- 2) スプーンまたはストローを唇でくわえ、口唇を閉じる。
- 3) 湯船に浮かべたヘアゴムが沈む前に輪の中にスプーンを通してすくっていく。

方法（補足）

ヘアゴムは比較的早く沈んでいきます。沈む前にいくつすくえるか数えましょう。一回目、2回目で記録更新できたかな？

スプーンを口にくわえるときに上下歯で支えてしまっている場合もありますが、口唇が閉じていればOKです。両唇を口の内側に巻き込むような形だと低位舌になってしまうので、両唇が口の中に入り込んでしまっている形になっていたら、若干口唇突出気味に。これにより舌筋もスプーンを支えることに使いますので、舌筋を同時に鍛えることが可能です。口唇の筋肉を鍛えることも重要なので巻き込む形になってもOKとしたいところですが、今回のゲームの第一の目的は口唇閉鎖なのでより自然な口唇閉鎖の形になるようにやってみましょう！