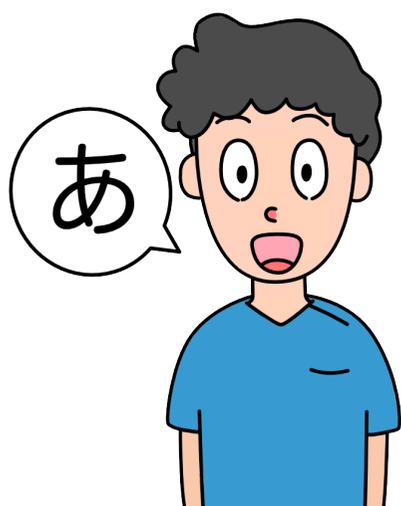


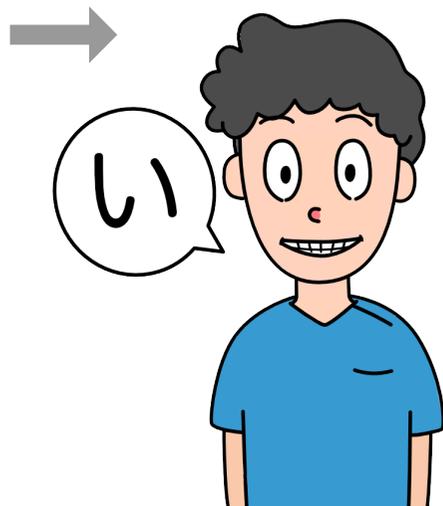
あいうべ〜体操

(くち・べろの運動)

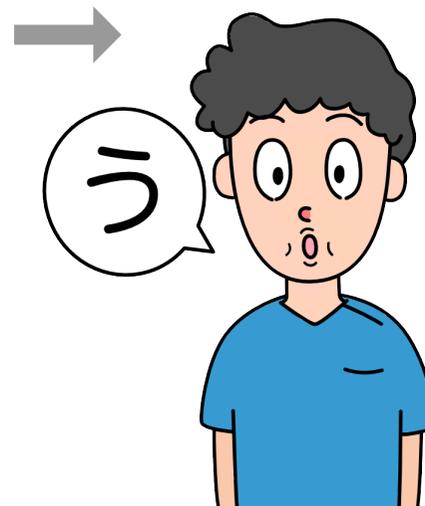
- ・声は出しても、出さなくてもどちらでも可能です。
- ・それぞれ1秒〜以上かけて、ゆっくり大きく動かします。



縦に大きく開きます。口が楕円形になるくらい。



くちの両端を、大きく左右に開きましょう。



唇をとがらせて、ぐっと前に突き出します。



舌があご先に付く位のイメージで、大きく出します。