

練習名	唇なめ
ねらい	舌先のコントロール
練習内容	唇を同じ速さでなめる。

詳細（方法）

①口を大きく開けて舌先を右口角、上唇、左口角の順につける。（図 - 1）

②舌先をつける場所を増やす。（図-2）

③同じ速さでゆっくり上唇、下唇をなめる。

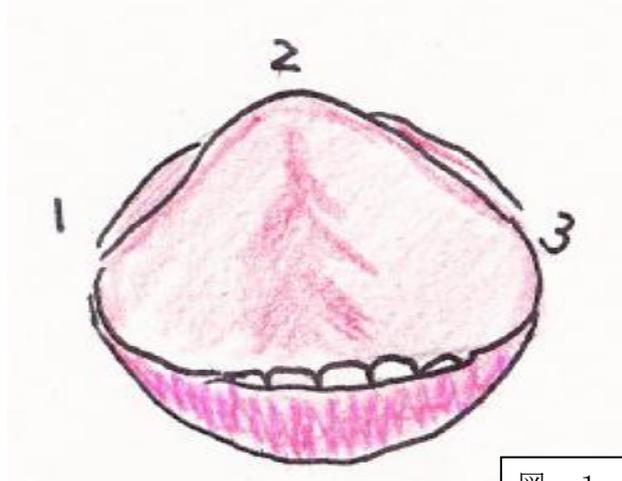


図-1

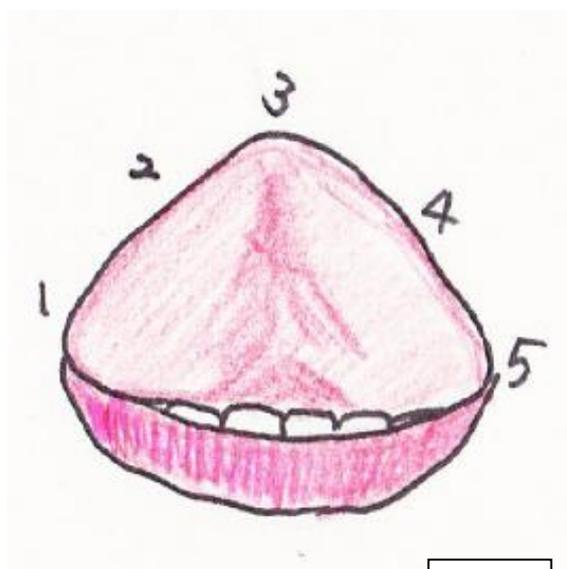


図-2