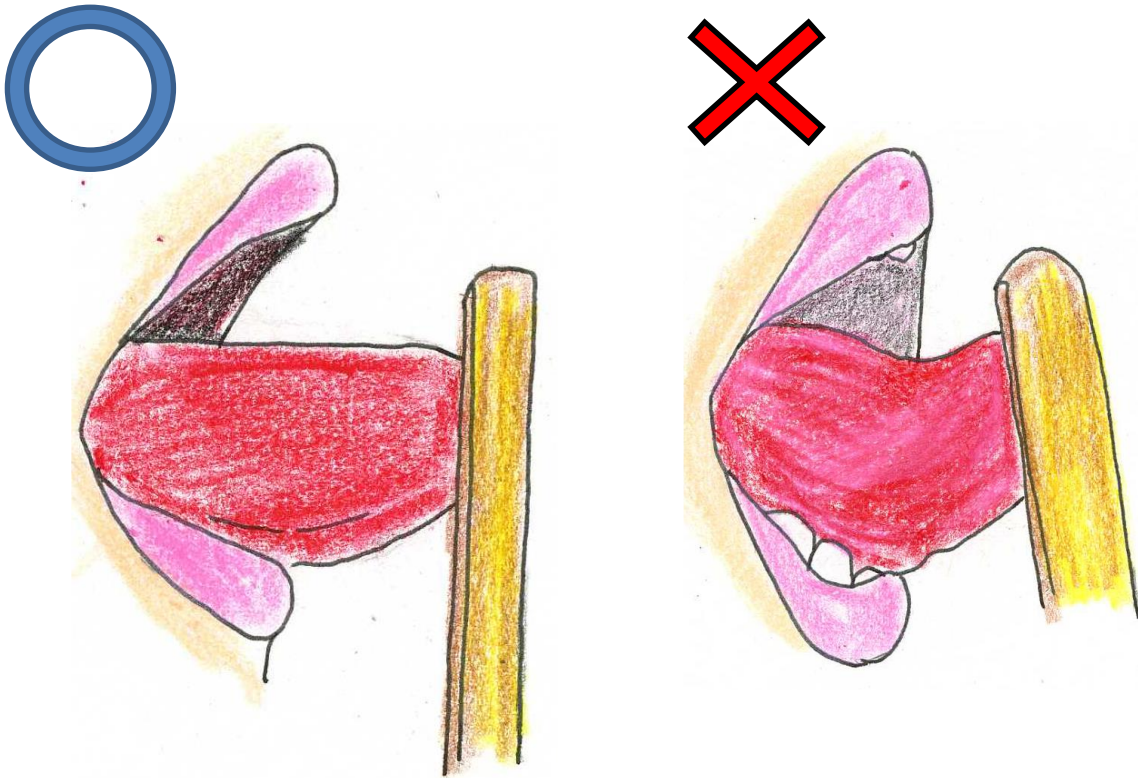


練習名	アイスの棒押し
ねらい	舌先を尖らす。(舌のコントロール)
練習内容	アイスの棒(舌圧子)と舌先で押し合う。

詳細(方法)

- ① 舌とアイスの棒(舌圧子)を垂直にする。
- ② 舌を前に出し、舌先を尖らせてアイスの棒(舌圧子)で触る。
- ③ ②のままで同じ力で押し合う。(3秒間)
- ④ 休む時は、舌先をスポットにつけて口唇を閉じる。



※アイスの棒(舌圧子)をあてる際、押しすぎて舌先が曲がらないようにする。