

ポイント① 「は」行音の練習 [/h/ 子音の脱落の場合]

「ま」や「ぱ」の発音時に口が閉じられない場合の基礎練習
「た」行がうまく発音できない場合にも応用できます。



[準備するもの]

鏡（手鏡）もしくは、息をかけたら曇るような素材のもの
割りばし

[練習の仕方]

①鏡に息を「はー」と吹きかけてくもらせます。それがハ行の基本音です。

②手に息を「はー」と吹きかけます。手が温くなるのがわかりますかね。

「はー/ほー/へー」は同じように練習できますよ。

★練習してみましょう。少し大きめに音を伸ばしてやってみます。

「はーし(箸)」 「はーさみ(鋏)」 「おへーそ(おへそ)」

「はーと(♡)」 「ほーん(本)」

③口をすぼめて「う」の形にします。その口形で「ふー」と手に息をかけます。

今度は冷たい息が手にかかるのがわかりますかね。

★練習してみましょう。少し大きめに音を伸ばしてやってみます。

「ふーね(船)」 「おふーろ(風呂)」 「とーふー(豆腐)」

④今度は「ひ」の音です。割りばしを横に歯でくわえます。

そのまま「ひー」を言ってみましょう。温かい息がでてきます。

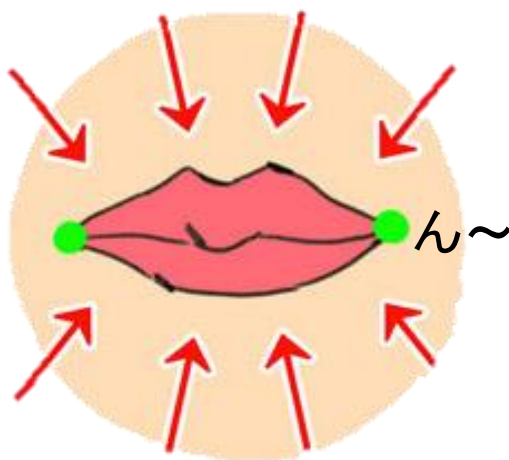
★練習してみましょう。少し大きめに音を伸ばしてやってみます。

「ひ」以外の発音をするときには割りばしは外します。

「ひーも(紐)」 「ひーかり(光)」 「おひーさま(お日様)」

ポイント② 「ま・ぱ・ば」口唇閉鎖音の出し方

「ま」や「ぱ」の発音時に口が閉じられない場合の基礎練習
「た」行がうまく発音できない場合にも応用できます。



[準備するもの]

舌圧子 (アイスの棒でも、割りばしでも平たいスプーンでも何でも構いません)

[練習の仕方]

舌圧子を上舌唇でしっかりくわえて、「ん〜」とハミングできるように練習します。
その状態から「ん〜ま!」「ん〜ぱ/ん〜ば!」というように発音します。
発音の直前に口唇が閉じた状態が作れることで、きれいな音が产生されます。

※ 「た行」への応用

同じように、た行がうまく発音できない場合は、舌先が上の歯の裏に一旦あたってから発音することで音が产生されます。
舌の位置の感覚がつかめない場合は、上下の歯で少し舌先を噛んだ状態で「ん〜」とハミングができること、それができばその状態から「ん〜た!」を発音してみましょう。
きれいな音がでるといいですね。

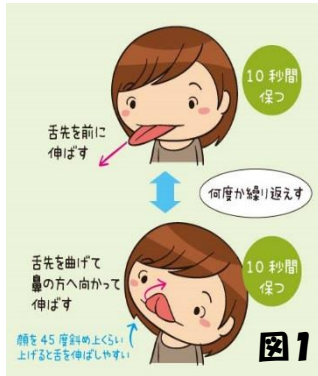
上下の唇 (もしくは舌と歯茎) で閉鎖状態をつくれることが、「ま」や「た」の発音が上手になるコツです♪。
感覚をつかんでいきましょう!



おくちを閉じる練習にシャボン玉や巻き笛遊びもいいですよ〜。



ポイント③ 「r」ラ行・舌弾き音 [ラ→ダに置換してしまう場合]



「スポット」の位置に舌先があることが大切。

[準備するもの]

ジャムや蜂蜜、砂糖やきなこなど、歯茎に塗れるもの。
赤ちゃん煎餅や麩菓子・ウエハースなど歯茎にくっつくお菓子でもよい。

[練習の仕方]

①舌を持ち上げる練習

- 舌を出して、鼻に近づくところまで持ち上げることができればOK☆
 - 舌先を使って歯茎(上前歯の裏)から硬口蓋(図3スポット)のあたりを舐める。
 - 少しずつ後ろ(歯茎→口の奥へ奥へ)のほうへ舌を誘導していきます。
- ※ここでジャムや蜂蜜を塗ったり、お菓子をくっつけたりしてもよい。

②ラ音の発音練習

- ①で練習した舌の構えから、「ラ」を発音してみましょう。
「ラ」発音のたびに顎が動いてしまうようであれば、舌だけ動かすようにあごを支えてあげましょう。
- 「ラ」が「ダ」に聞こえるようであれば、舌が口の中(硬口蓋)に付く面が、図4のように広すぎることが予測されます。舌先だけをしっかりと前歯裏に付けて発音しましょう。

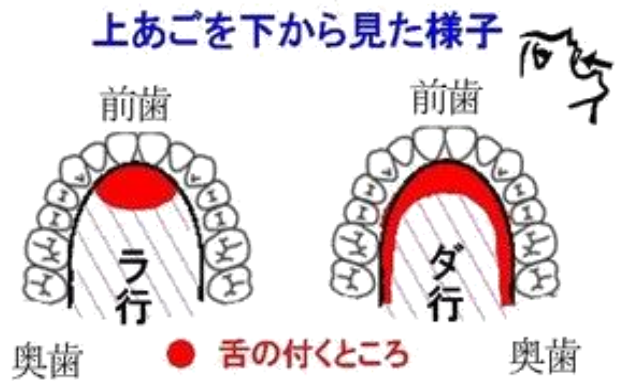
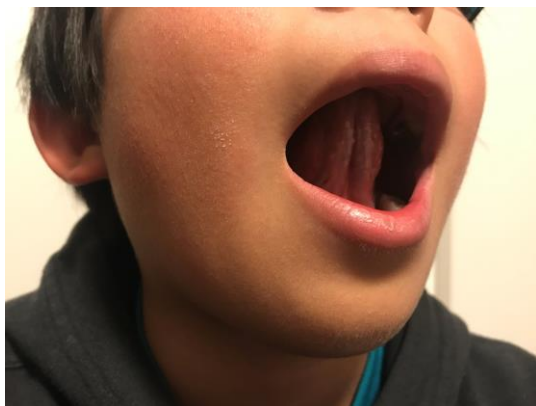


図4

ポイント④ 「サ行」の練習 [基本の構え・シ/ʃi/以外]

[準備するもの]

ストロー（直径5mm程度）、ストローの袋、紙コップ、水（少量）



[練習の仕方]

写真①のように、**ストローを上前歯と舌で噛んで構える練習をします。**

ストローで上手くいかないときには、棒つきの飴（例：ぺろぺろキャンディ）などを代用しても構いません。お子さんによっては、その方が抵抗なく、楽しく取り組むことができる場合があります。

この構えで、水やお茶を吸うことができるようになれば構えはOKです。

この練習の意図としては、舌を歯間においた**【θ: (すー)】**の音、これがサ行音の基礎となります。ストローから**涼しい風**が出るように練習しましょう。



このとき、ストローに歯をガシッと噛むように立ったり、唇に力を込めたりすることがないように気を付けます。

ストローから呼気をそっと出します。ストローの中に呼気が流れる**シュー**という音が聞こえてきます。ストローの先を指先で塞いだり開けたりすると、途切れる音により呼気が流れていることを確かめることができます。

次第にストローを抜き去っていきます。

舌は少し出したままで、口の構えも保ったまま、そっと呼気を出し続けます。舌尖から完全にストローを抜き去っても、舌尖にストローを近づけるとシューという音になるので、呼気の流れを確かめることができます。ここまでくれば、サ行音の構えが完成です。

ポイント⑤ 「サ行」の練習 [/s/音の定着]

[準備するもの]

ストロー（直径5mm程度）、鏡

[練習の仕方]

- ①ストローを構えて、[s (すー)]の音を出します。
- ② [s (すー)]を言いながら、ストローを抜くタイミングで「u (う)」を言います。
- ③その間隔を徐々に短くしていきます。
- ④できるようになってきたら、ストローを構えなくても口の形が作れるようになってくるでしょう。その構えをストローなしで作って、②から同じように試みます。
- ⑤これが自然にできるようになったら、単語で練習していきましょう。



S-----

う