

## 口の機能（働き）について ②



**【グループ① 表す】** ①話す ②笑う ③泣く ④怒る ⑤歌う ⑥愛情表現

\*それでは皆さんに口のはたらきについて考えていただきたいと思います。

\*口にはどのようなはたらきがあるでしょうか？（いくつかあげてもらおう）

～グループ1：「表す」を説明しながら貼り付けていく

顔はこのようにいろいろな表現を作り出すことができます。

～グループ①、グループ②、グループ③を分けて貼っていく

出なかった文言は説明時に追加貼りしながら説明していく。

## 口の機能（働き）について ③



【グループ② その他】 ①呼吸 ②脳の刺激 ③ストレス解消 ④転倒予防 ⑤力を出す

～グループ② その他を説明しながら貼り付けていく

- 【呼吸】 鼻からだけでなく、口でも呼吸しています。ただ、口呼吸が多くなると口が渇く原因にもなります。
- 【脳の刺激】 良く噛むと脳への血流が20%上昇と言われています。また、集中力も高まり認知症予防にもなります。
- 【ストレス解消】 大好物などいっぱい食べると満足感でストレス解消になります。
- 【転倒予防】 転びそうになった時、上下の歯をしっかりと噛みしめて転ばないようにブレーキをかけます。逆に噛み合わせる歯がないと不安定な歩行になり外出もおっくうになります。
- 【力を出す】 重い物を持ち上げる時などは、口をしっかりと閉じて歯を食いしばって力を出します。