

ごっくん体操 ～自立度の低い方～

みんなみんな 生きているんだ 友達なんだ ♪～（後頭部マッサージ）

- ・ 頭の後ろから首のうしろにかけてゆっくり押しながらマッサージをします



ほくらはみんな生きている 生きているから歌うんだ ♪～（耳下腺）

- ・ 耳の前から頬にかけての唾液腺マッサージをします



ほくらはみんな生きている 生きているから悲しいんだ ♪～（顎下腺）

- ・ 耳の下から顎の下にかけてマッサージをします



手のひらを太陽に 透かしてみれば ♪～（下唇のマッサージ）

- ・ 下唇を中央部、左右側と3等分して、『縮めて伸ばして』を行います



真っ赤に流れる ほくの血潮 ♪～（上唇のマッサージ）

- ・ 上唇を3等分して『縮めて伸ばして』を行います



みみずだって オケラだって アメンボだって ♪～（舌訓練）

- ・ 顎の下から指で垂直に上に押し、舌が持ち上がる位の力で3回押す



みんなみんな 生きているんだ 友達なんだ ♪～（顔面マッサージ）

- ・ 口の周り、両側の頬を中心にこめかみまでマッサージします



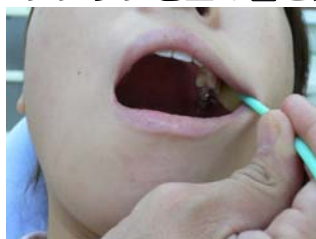
ほくらはみんな生きている 生きているから笑うんだ ♪～（ガムラビング）

- ・ 口角からゆっくりとスポンジブラシを入れ左右の下に歯と頬の間を動かす



ほくらはみんな生きている 生きているから嬉しいんだ ♪～（歯肉）

- ・ スポンジブラシを上歯と頬の間に入れ歯肉をマッサージする



手のひらを太陽に 透かしてみれば ♪～ (頬の運動)

- ・ スポンジブラシで左右の頬をゆっくり伸ばします



真っ赤に流れる ほくの血潮 ♪～ (舌の清掃)

- ・ スポンジブラシで舌を奥の方から前へこすり清掃する



トンボだって かえるだって みつぼちだって ♪～ (上あごの清掃)

- ・ うわあごを軽くこすり清掃 (患者さんの反応に注意する)



みんなみんな 生きているんだ 友達なんだ ♪～ (舌訓練)

- ・ スポンジブラシで舌に負荷をかける様に、まっすぐ下へ押す



おつかれさまでした。楽しく食事をしましょう