

やってみましょう

いろいろな練習方法

呼吸・発声練習

目的 肺活量を増やし、しっかりした声をだす

- 水の入ったコップにストローを入れブクブク吹く
- お腹や胸のストレッチ (体を前傾したり、ひねる)
- 上半身のストレッチ (バンザイや胸をそらすなど)
- 新聞記事などを声に出して読んでみる



口の体操

目的 口や舌の動く範囲を広げ筋力をつける

- 舌を出したりひっこめたり
- 口を開けたり閉じたり
- 舌を左右の口角につける
- 唇を尖らしたり横に大きく引いたり

文字大きく、速く動かせるようにしましょう

発音練習

目的 聞き手に伝わりやすい発音を練習

- 発音しにくい音に注意しながら **単語→短文→文章→会話**と進める
- 話す速度を落とし、短めに区切って話すなどの工夫
- 早口ことば……
はじめはゆっくり確実に。
慣れたら速く言ってみる。

なまごめ
なまごめ
なまごめ

よりよい コミュニケーションのために

ちょっとした工夫で
ことばのやり取りがスムーズになります

話し手の工夫点

- ・なるべく静かなところで話をする
- ・なるべくゆっくり話す ・文節ごとに切る



聞き手の工夫点

- ・時間をかけて聞き取る姿勢を持つ
- ・会話の前後関係から話の内容を読み取る
- ・多少発音が不明瞭でも意図を確認しながら聞く

補助・代替的コミュニケーション

話す以外にも書いて伝える、50音表から文字を選んで伝える、様々な意思伝達装置を使う、などの手段があります。機器の利用については公的補助が受けられる場合もあります。

お問い合わせは…

公益社団法人 **石川県言語聴覚士会事務局**

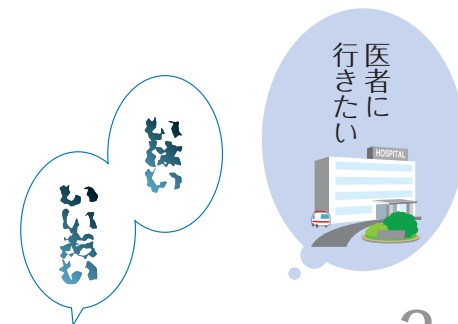
〒923-8551 小松市八幡イ12-7
やわたメディカルセンター
言語療法室内

E-mail : info@st-ishikawa.com

<https://st-ishikawa.com>

運動性構音障害

言っている事 伝わっていますか?



こう おんしょうがい 運動性構音障害とは

脳卒中の後遺症等で、口や唇、舌などの動きを、思ったように調整できないため、うまく発音できない状態をいいます。

運動性構音障害の原因

脳や神経の病気によっておこります

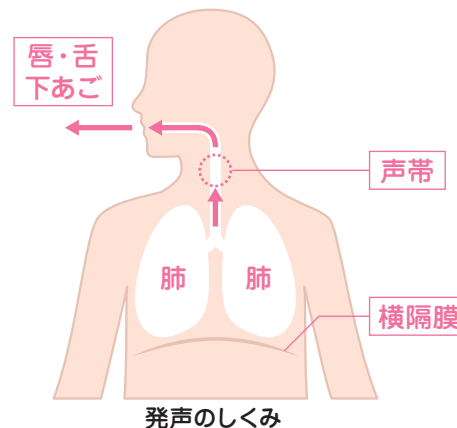
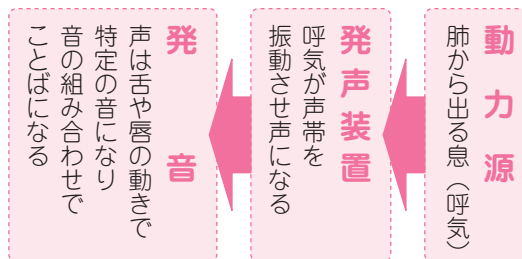
| | |
|---------|--------------------------|
| 脳血管障害 | ●脳梗塞 ●脳出血 など |
| 進行性神経疾患 | ●パーキンソン病 ●進行性核上性マヒ など |
| その他 | ●脳挫傷 ●脳腫瘍 など |

言語障害には他にもさまざまな原因によるものがあります。

- 舌切除 ●口蓋裂 ●失語症 ●認知症
 - ことばの発達のおくれ ……など、
- それぞれ原因も症状も対応も運動性構音障害とは異なります。



発声、発音のしくみ



こんな症状ありませんか？

| | |
|----------|-----------------------------------|
| 呼吸の異常 | ●声長く続かない ●声小さくなる |
| 発声の異常 | ●声が高くなる、または低くなる ●ガラガラ声やかすれ声になる |
| 共鳴の異常 | ●声が鼻に抜けてふがふがした声になる |
| 発音の異常 | ●言いにくい音がある ●発音が不明瞭になる、もつれる |
| プロソディの異常 | ●話す速度が遅くなる ●会話のリズムが不自然になる |

ことばの症状の検査

神経内科 耳鼻咽喉科 脳神経外科

などで検査します。ことばの症状の検査は私たち言語聴覚士が行います。



ことばの症状の検査はどんなことをするのか？

- ① 会話の聞き取りやすさ
 - ・聞き手に話の内容がはっきり伝わるか
 - ・1つ1つの音が正しく発音できているか
 - ・声の調子に異常はないか
- ② 発声・構音器官の動きの検査

| | |
|---------------|--|
| 呼吸の評価 | ●安静時呼吸 …呼吸のリズム、長さ、回数 |
| 発声の評価 | ●声の質 …ガラガラ声、かすれ声…など ●声の大きさ …大きすぎ、小さすぎ ●発声持続時間 …どのくらい長く声を出せるか |
| 構音器官(舌・唇等)の評価 | ●唇の動き …唇を横にひいたり突き出せるか ●舌の動き …舌を左右、出し引きできるか …等 ●顎の動き …口の開閉はスムーズか |

運動性構音障害の嚥下障害

話すことと食べることは、使う器官や筋肉が非常に密接に関連しています。運動性構音障害がある方に、飲み込みにくさや、ムセがみられる場合は、嚥下障害を伴っていると考えられます。