

**Q サッキングをどのように指導すればよいですか？**

**A** 歯を咬み合わせて行うため指導者の舌の状態を患者さんに見せることができませんので、次のポイントをうまく言葉で表現し患者さんに理解してもらいましょう。

- 舌尖はスポットに、舌前方部は常に口蓋につけている。
- 臼歯を咬み合わせた状態で行う。
- 舌側方部で、口蓋側方部(臼歯の歯頸部上方)をはじくように音を出す。
- 上顎臼歯口蓋側を強く押さずに舌の位置はそのまま耳の方へ引き上げるようなイメージで音を出す(歯列の状態によっては強く接触することもある)。
- 歯切れのよい音が両側から聞こえるように。

**Q サッキングの音が出せない人の場合にはどのように指導すればよいですか？**

**A** 多くの患者さんが、指導当初は音を出すことが困難です。はじめは次のような方法で家で練習してもらい、感じをつかむことができたらサッキングの音を出せるように指導します。このとき、サッキングの正しい方法をイメージして行うように指導します。

例1) スラップスワローと同様に、音をたてて唾液を吸い込ませてから、舌側方部を口蓋につけ、口蓋との隙間を閉じ動きを止める。この間隔を短くしていき、サッキングの動きに近づける。

例2) 舌尖で舌打ちをし、その位置を少しずつ両側に移動させていき舌尖を動かさずに音を出せるようにしていく。

**3-4 リップエクササイズ**

リップエクササイズ (P265~270) の中から患者さんの必要に応じた練習を選んで行います。

**3-5 ポスチャー**

レッスン1-5 (P235参照) と同じ練習を15分間以上行います。

必要に応じて、追加の練習を行います。

