

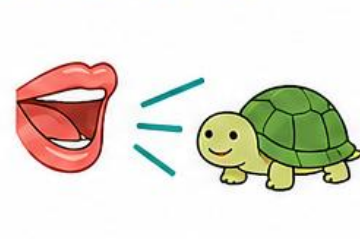
1日1回 ゆっくり行いましょう



1 背すじをのぼす



2 口を大きく



3 ゆっくり話す

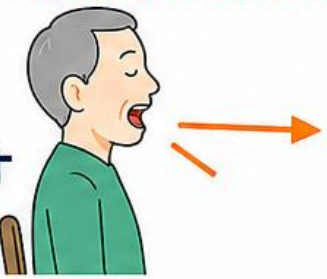
1 息と声の練習

3回

1 鼻から息を吸う



2 あーと声を出す



2 区切って話す

線でひと休み

今日は / 晴れです

お茶を / 飲みます

ゆっくり / 歩きます

3 伝えることば

声に出しましょう



もう一度
お願いします



ゆっくり
話してください



大丈夫です