練馬パーキンソン病　友の会

ゆるりサロン

～資料はgunkojin.com　からダウンロードできます～

聞きやすい声は4つのバランス

①滑舌よく
- 口角をあげる
- 上の歯が見える（あ、え、い）
- 下の歯の付け根に舌先をつける

②ボリュームは、いつもの2倍大きくを意識
- 小声症は寡動・無動が原因なので、おおげさでOK!

③スピードは、いつもの2倍ゆっくりを意識
- 母音がしっかり聞こえるようにしゃべる

（例）主治医　手術中
しゅじい　しゅじゅつちゅう
しゅうじいい　しゅうじゅうつうちゅうう

④抑揚（調子を上げ下げ）は、山をつける
- 音程の高低
- 強弱をつける

それ以外の問題
- 唾液が口の中に溜まって話しにくい
- 声がかすれる（嗄声）
- 声がうわずる（緊張）