第３回定例研ワークショップ２

サ行・ザ行・ラ行の発音指導

浜松市立葵が丘小学校
ことばの教室　中野　泰子

１　発音指導のための基礎知識

（１）音声器官の名称…図を見ずに書けるようにし、子音表とセットにして覚えるとよい。

（２）日本語の子音…頭で音の出し方をイメージできることが発音指導に大切であるため、発音記号を使うとよい。

（３）構音検査

①単語　…　ことばのテスト絵本の中にある単語または、５０単語でチェックする。
②文章検査　…　文章の中で正しく発音できているのか。
③音節復唱検査　…　心配な行だけ単音チェックをする（サ行の場合はサの列)。
④構音類似運動検査　…　基礎的な構えができているのか、先生のまねをさせてみる。

⇩

発音練習のスタート地点を決める

（４）構音の基礎練習

①口腔機能訓練

・平らな舌作りが基本である。
・呼気の持続　→　１０秒くらいやさしく吹き続ける練習をすることで、子音と母音をなめらかにつなげることができる。
・吹く、吸う、なめる、かむなどの運動　→　かむ運動は家庭でお願いするとよい。
・口形練習　→　大げさに口を動かす練習をする。

②聞き分けの練習（発音練習の段階に応じて）

・音の聞きだし　・音の異同／正誤弁別　・音の語内位置弁別
・音の比較、照合　→　自分の発音について正しいのかどうか聞き分ける

２　発音指導の進め方

（１）サ行音

①摩擦息の練習

・緊張のない平らな舌作り　十分な脱力　　定着の鍵は平らで安定した舌
・呼気の持続（ソフトブローイング）１０秒くらい
・ストローを使用してソフトブローイング　１０数えるくらい　　唇で支えない

②歯間性ス音・単音の練習

・ス音から他のサ・セ・ソ音へ進めるのが一般的
　セ音から始める指導もある…舌を出して摩擦息の練習をすると、口が横に広がるため、口形が変わらず自然にできる（やりやすい方からでよい)。
・摩擦息θとウ音の結合…息と声を滑らかにつなげていく
　ゆっくり確実に→連続して速度を変えていく（自然の速さになるように）

＊ス音を確実に丁寧にじっくりやることで、その後のサ・セ・ソ音指導がスムーズに進むことができる。

＊子音と母音の渉る感じを丁寧に教えることが大切

③歯間性ス音・無意味語の練習

・意味のない音節の中で、無意識の練習…復唱や文字カードで楽しく

（母音～子音、2音節、3音節、2音節の繰り返しなど）

＊ゆっくり確実に→自然の速さになるまで無意味語の練習をじっくりやる。

④歯間性ス音・単語の練習

・絵カードや単語リストを使って、語頭→語尾→語中の順で練習する。

＊ゆっくり確実に→自然な速さになるまで

＊舌を口中に戻しス音を試すが、できなければ短文まで θ u で行う。

⑤歯間性ス音・句や短文練習

・他の単語や文節とつなげて練習する。

・短文リストの練習や文作りをしながら

・文字を通して確実に練習する。

・復唱で滑らかに練習する。

＊舌を正しい位置に戻す→Sができれば単語練習に戻るが、Sができなければ無理をせず θ で練習する。

⑥ス音・文章練習

・詩、短い物語や教科書を使って、長い文の中でも言えるのか。

＊録音して正しく読めているのか自分でチェックするのも意識が高まる。

＝聞き分け練習の音の比較・照合につながる。

⑦ス音・会話練習

・文字に頼らない状態での練習

復唱→言葉遊びや文作り→質問・応答（インタビューごっこ）

（2）ザ行音

①声出しブローイング

・ θ u 音のブローイングで、息と声を出しながら（びりびりと響く感じ）

・声の響きを感じさせるため、首筋やストローに触らせる。

・ストローを外して dz を出させウ音とつなげてズ音を導く。

②単音→無意味語→単語→短文→文章→会話の練習

・dz ができたらウ音とつないでズ音からズ→ザ→ゼ→ゾ

・dz と他の母音とつなぎザ行音を導く（母音を先行して導くこともある）

＊サ行音を段階を追って丁寧に指導すれば、ザ行音は、単音で発音できれば単語や短文の練習も容易なことが多い。

（3）ラ行音の発音指導

①舌の動きの練習…舌先を挙上し、歯裏から硬口蓋にかけて、たたくまたは弾く動きができるようにする。

・ウエハーの切片をその部位につけて舌の裏側でなめとる。また、反対に切片をつけていく。
・蜂蜜やジャムをその部位にぬってなめる。

②単音→無意味語→単語→短文→文章→会話の練習
・舌の動きができたら、口の中がよく見えるラ音から始める。（ラ→ロ→レ→ル→リ）
・手本をよく見せると同時に、手で舌を弾く動きを見せることが大切。
・ｒと他の母音とつなぎラ行音を導く。
・舌の動きが緩慢なときは、舌の運動も入れたり、無意味語練習にも力を入れたりする。
（舌をたくさん動かす）
・単語や短文練習

③ラ行とダ行が混同している場合
・舌の使い方の理解…舌の使い方が違うことを教える。
モデリング→模倣→音の切り替え
・音の聞き分け／音の弁別
・正しい表記（聞いて正しく書くことができるか）

＜参考になる文献＞
・「構音障害の指導技法」　湧井　豊　　学苑社
・「構音障害の診断と指導」　飯高　京子　　学苑社
・「構音障害の臨床」　阿部雅子　　金原出版
・「だれでもできる発音・発語指導」　　柳生　浩　　田研出版株式会社
・「発音・発語指導マニュアル」　岡　辰夫　　コレール社
・「構音指導の実際」　盛岡市立桜城小学校編　　全国言語障害児を持つ親の会

ス音・ズ音・ラ音の発音指導　～　いっしょにやってみよう！

＜ス音の発音練習＞

1　歯間性摩擦息（θ）

①呼気の持続（ソフトブローイング…約１０秒間やさしく吹き続ける）

コップに水を半分くらい入れ、ストローでコップの水を吹く。
・ストローに息を送る感じをつかませる。
・ストローの位置は水面に近いほうが楽（下は水圧が強い）
・やさしく、水がこぼれないように吹き続ける。

②舌出しで呼気の持続

リラックスし舌を平らにして、歯から１ｃｍくらい出す。
歯と平らな舌でストローを挟み　ソフトブローイング
・息が出やすいように、ストローの角度を調節
・唇でストローを支えないように、下唇を下げてやる。
（にっこりした感じ。できなければ担当者が指で支えてやる→唇がかぶるとファ行化する）
・ストローは手で持たず、コップだけ持つようにしてやる。
・吹けるようになったら、水からストローを出して息を出す。

・息の出し方が分かったら、鏡を曇らせる、テッシュを吹くなどの遊びも気分転換になる。
・そっとストローを抜いても、息を出せるようにする。　→自力で出せたらＯＫ
・ストローを少し押しつぶしてやると自力に近い形になる。

＊舌が安定しない子ども…吹く前にまずストローを挟みじっとしていられる構えができているか確認。ストローが下に落ちないようになったら吹く練習に入る

＊ストローを嫌がる時…ストローの太さを変えたり、プリッツやポッキーなどお菓子を代用したりして行う。

＊ストローを外すと息が出なくなる…ブローイングの時にストローを強く噛みすぎるか、または舌の状態に問題あり。　→舌の脱力へ

2　歯間性ス音・単音

①ストローを使って

・ストローで摩擦息を出しそっと抜いて、舌を出したままで「ウー」と声を出す。
・最初は息と音を分離した状態で１個ずつ音を出し、その動きをしだいに滑らかにつないでいく。

②ストローを外して

・自力で摩擦息を出せるように、ストローを口から離し、スポット（息の通り道）に当てて、息（風の音）を出させる。
・ストローを外しても息が出せるようになったら、息と「ウー」を口形を変えずにつなげていく。
・滑らかに母音につなげていく。

＊息をしっかり出すことがス音の安定への近道

＊息と声が渉る感じをつかませるため、青赤カード、手のサイン、物がくっつく様子などを手掛かりにさせる。

＊唇がかぶっていないか確認する。

＊力んだり体の弾みを使って息を出したりしていないか確認する。

＊一見平らな舌→見えない部分の盛り上がり→息が舌の側方や周辺に流れたら注意

・自力で歯間性ス音ができたら、単音や単音の連続（速さを変えて）を練習する。

3　歯間性ス音・無意味語（無意味音節）

無意識状態での発音　体で感覚を覚える。
音から誤りをイメージさせない練習　→　「風スースーの音だよ」
文字カードやプリント、復唱などで行う。

①母音とつなぐ

ス音に母音をつけて

す＋母音　→　母音＋す　→　母音＋す＋母音
すあ　すい・・　あす　いす・・　あすあ　いすい・・

くりかえし

すあすあ　すいすい　すうすう　・・・
あすあす　いすいす　うすうす　・・・

②ス音と他の子音をつなぐ

２音節で

すみ　すか　すよ　（前）　　へす　とす　らす　（後）

３音節で

すての　（前）　　みとす　（後）　　けすに　（中）

＊始めは、ゆっくり確実に　→　速さを変えて自然（会話）の調子で言えるまで時間をかけじっくり練習することが大切

4　歯間性ス音・単語

・単語をイメージしながらの練習

・絵カードやプリント、復唱などで行う。

①単語の練習　（語頭・語尾・語中）すいか・アイス・おすし

②二つの単語を言う　　例）すいかとすもう　　アイスとからす　　おすしとマスク

絵単語リストのワークシートを上手に使うのもよい。＜湘南出版社＞

「す」のつく単語について、始めは一つ一つゆっくり音を正しく出させる。

→速さを変えて自然な調子で

＊単語の段階でも、舌を口中に戻してス音を試みる。（無理しない）

5　歯間性ス音・句や短文

・句や文中で他の単語とつなげて言う練習

・単語に動作語をつけて復唱させたり、短文リストで練習したりする。

①文字を意識して確実に言う。　すなばで　あそぶ（二語）→ぼくが　すなばで　あそんだ（三語）

②何回か出てくる文で習熟練習をする。　　スキーでスースーすべります。

＊始めは、ゆっくり確実に　→　速さを変えて、会話に近い速さで滑らかに

＊歯間性ス音の発音が安定してきたら、サ・セ・ソ音の誘導も試みる。

サ音→あー（口開けて）　セ音→えー（にっこり）　ソ音→おー（口小さく）

＊歯間性ス音の発音が安定してきたら、舌を口中に戻してス音の発音を試みる。

正しく発音できたら、単語に戻りス音が使えるようにして先に進む。

6　文章

・短い文章や読み物などの中で、ス音を何度も滑らかに言う練習

・文字の少ない絵本や読み物リスト

＊児童では録音して聞かせチェックさせるのも方法（自己評価）

＜参考になる教材＞

・「さかさやまのさくら伝説」・・・サ行が多くでてくるお話

・千葉県の聾学校から発売されていた本・・・「す」が多く出てくる

例文　するするすべる　すべりだい　ならんで　つぎつぎ　すべります

スピードだすと　いいきもち　しりもち　つきます　すなのうえ

おすべり　だいすき　ひるやすみ

7　会話

自然な応答の中で練習する。

・なぞなぞ遊び

・ス音の言葉集め

・ス音の文作り・・・「す」がつく絵カードを見て、単語や文が言えるか

（例）スケートの絵カード見て

スケート（単語）→ぼくはスケートをすべりました。（文）

・インタビューごっこ

先生（質問）　⟹　子ども（応答）

「どこの学校ですか？」

「今日は何で来ましたか？」

「好きなこと（食べ物など）は何ですか？」

「　～です。　」

＜ズ音の発音練習＞

1　声出し摩擦息

ス音が上手にできるようになれば、ザ行（有声摩擦）は、それに伴って発音できることが多い。

・Ｓを出させながら…「ウー」と声を出させる。→　ズ

・舌出しのソフトブローイングをし、息（風の音）と同時に「ウー」と声を出させる。→　ズ

・スを強く言って→　ズ

2　ズ音

・dz とウ音をつなげて導く。…ズー

・母音を先行して導くこともある。…うーズー

＜ラ音の発音練習＞

1　舌の挙上の練習

・舌の動きが大切　前舌を挙上できるかどうかがポイント

・舌小帯がつっていても挙上できれば発音可

・舌の挙上の練習→・舌先を使って歯茎から硬口蓋のあたりを舐める。（ジャム・蜂蜜）

・ウエハーの切片（１ｃｍ×６ｍｍの長方形に細かく切ったもの）をポイントに付けたり、舌の裏で舐め取ったりする。

＊動きが悪ければ舌の運動へ

2　ラ音の練習

・ラ行は口形の広い（舌の動きがよく見える）ラ音から狭い音へ練習する。（ラ→レ→ロ→ル→リ）

・手で舌の動きをモデリングしながら誘導し、担当の舌の動きもよく見せる。

＊舌を弾く時に、あごが動いてしまう　→　舌だけ動かすように先生があごを支えてあげる。

＊舌を弾いた後、舌が口の外に出てしまう　→　まず舌の上下運動の練習をする。

（あげて→おろして）

舌を下げた時、歯の中に舌があるように！

＊舌の動きが悪い子は、５～１０分間　口や舌の運動（むすんでひらいて♪など）を入れてから構

音練習に入るとよい。

＊舌のくせをとる練習は根気がいるが、続けると効果がある…MFT（インターネットから検索）

日頃の悩みを出し合おう

Q1：ことばの発達のある子ども。発音指導にのれない時はどうしたらよいか？

A1：発音指導を行うには、４歳以上の IQ が必要である。よく聞く、聞き分ける練習に重点をおき、口腔機能基礎訓練をしながら楽しくやることが大切。自然に音が出る時もあるため、小学校へ行ってからの指導でもよい。

Q2：カ行とタ行が混乱している場合はどう指導するべきか？ 聞き分けもできない。

A2：先生の口を見せて目で見て判断させる。→音をしっかり教える。

・先生が口を見せて「タ」の時は、舌が前につくことを見せる。

・舌の動きと文字を同時に見せて発声し、先生の舌の位置を見せ、その場所を確認させる。

・形（舌の動き）＋文字＋耳（聞いた感じ）の３点セットで刺激する。

→　自分の舌のイメージが分かってくる。

Q3：「サ・セ・ソ」音は言えるが、「シ」音が「チ」音になってしまう時はどう指導するべきか？

A3：・ス音から導く　　スィー→シー（漸次接近法）

・ス…まっすぐ出る息、シ…ちょっとななめに下がる息のイメージで、ス音を出した状態で下唇を下に下げる。

・舌先が当たるところに、小さく切ったウエハーをつけて、「シー」と言わせる。

…舌が当たりウエハーがなくならないように

～まとめ～

○一つのステップは９割～１０割くらいできたら、次のステップへ移る。

次のステップの練習に入るとき、前のステップの確認を必ず行う。

○誤って発音していたら１~２度言い直しをさせる程度にし、同時に正しい手本を耳から刺激しておく。

○上手に発音できたときをしっかり褒めて、誤りはさらりと流す。

○歯間性ス音から舌を戻してうまくいかないときは、舌自体の安定を再確認する。

○ステップの進度には個人差があるので、子どもに合わせて工夫する。

（１段ずつの子あり　何段抜かしでも OK の子あり）

○聞き分け練習は、必要に応じて取り入れる。

サ行一つをとっても、どこから指導を始めてよいのか戸惑っていましたが、いろいろな指導法を教えていただきました。また、発音指導が単調にならないために、絵カードを上手に使って教材を工夫することや、お菓子を使って口腔機能を高める遊びもたくさん教えていただきとても参考になりました。