

ゼミ発表・就活に!

お口トレーニング

パタカラ体操

各発音8回
2セット!



滑舌がよくなり
聞き取りやすい発音で
自己PR カアップ!



口元のたるみの改善



口角が上がり好印象へ!



唾液が出て口臭改善へ!



唇を
はじくように



舌先を
上の前歯の裏につけるように



舌の奥を上顎の
奥につけるように



舌をまるめるように

