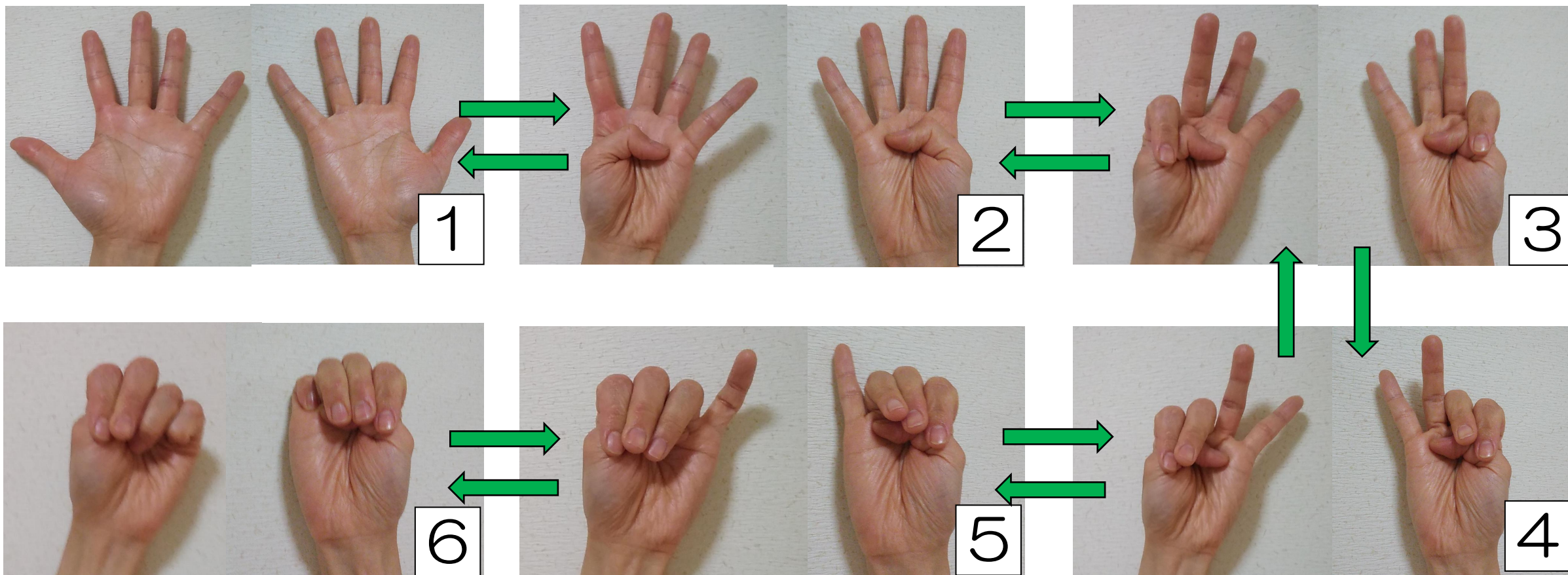


指体操「指折り 1」

手のひらを上に向け、親指から順番に指を折って、小指まできたら薬指、中指…と戻る。



1本ずつ確かめながら指を折る練習をしましょう！