

平成 23 年 10 月 12 日

# ホッ！とメッセージ

## 【つながりを感じさせる言葉】

- ・いつでも声かけてください。
- ・一緒にやってみましょう。
- ・いつでも相談に応じます。
- ・担当のケアマネさんにお話していいでしょうか？
- ・協力してくれ助かります。
- ・大変さは分かります。
- ・自分も姑さんを抱えていたので、介護の大変さ分かります。
- ・おはよう、また明日、また来週(1日の流れを感じる挨拶や言葉)
- ・家族の服装 ～良い色ですね。
- ・良い天気ですね。
- ・訪問してくれて、有難いです。
- ・一緒に頑張りましょう、考えていきましょう。
- ・何か不安があったら相談して下さい。
- ・気になることはお話下さい。
- ・一人で抱え込まないで話して下さい。

家族の細かい情報を知っておく。活しやすい環境を作るようにする。体調に気をつけてあげる。

### 【安心感を与える言葉】

- ・大丈夫ですよ。
- ・一緒に～していきましょう。
- ・ゆっくりと～していきましょう。
- ・～できますよ。
- ・いつでも～していますよ。
- ・いつでも相談してください。
- ・わからないことがあればいつでもお話ください。
- ・一緒にやってみましょう。
- ・いつも気にかけています。
- ・一緒に考えてみましょうか。
- ・一人で抱え込まないでください。
- ・あまり無理しないで下さい。
- ・私でよければいつでもお話ください。
- ・何か困っていることがあれば一緒に考えますから。
- ・一緒に頑張りましょうね。
- ・疲れた時に休むことも大切ですよ。無理しないで下さいね。

### 【ねぎらいの言葉】

- ・〇〇さんがお元気なのはご家族が日頃から健康管理に注意して下さっているからですね。
- ・毎日介護お疲れ様です。〇〇さんがご利用の間はゆっくり休んでください。
- ・ご協力ありがとうございました。助かりました。お忙しいところお手数おかけしました。
- ・いつも優しい笑顔で接してくださっているので〇〇さんも自然と笑顔が出てきて私たちもほっとします。
- ・寒い季節になりますので、風邪などひかず身体に気をつけてくださいね。
- ・（帰りのカラオケで意欲的に）歌っこ歌いましたよ。うまかったですよ！と様子を伝える。
- ・「今日も元気でみなさんと楽しませていましたよ。」
- ・（歌が好きな方であれば）ピアノや歌を楽しんでいましたよ。

### 居宅でのやりとり

- ・これまで頑張ってこられたのですね。
- ・（ご家族の）お体大事にしてくださいね。
- ・話すだけでも楽になることもあるので私でよければお話ください。
- ・一人で抱え込まなくても大丈夫ですよ。頑張りすぎないでください。
- ・本当によくやっついていらっしゃると思います。
- ・ご家族が一番ご苦労されていると思います。
- ・お体は大丈夫ですか？お疲れではないですか？
- ・サービス利用している間はゆっくり休んでください。

### 【理解されていると感じる言葉】

- ・～でしたよね。
- ・～でよかったですね。
- ・だいじょうぶですよ。
- ・いつも通りですね。
- ・気持ちがよく分かります。
- ・大変だったんですね。
- ・同じような経験あります。
- ・私もそう思います。
- ・分かります。
- ・同感です。
- ・そうですね。
- ・分かりますよ。
- ・よくありますよ。
- ・安心してください。
- ・元気もらったよ。
- ・一緒にがんばろう。
- ・あんまり頑張らないでネ。
- ・また来てね。
- ・無理しないでね。

### 【感謝の言葉】

- ・ありがとうございます。一緒に考えましょう。助かります。
- ・申し訳ないですね。いつもお世話になっております。
- ・～気付くことが多いです。
- ・～考えさせてもらってます。
- ・～毎月頑張ってますね。
- ・～良かったです。
- ・～とても感動しました。
- ・～お疲れ様でした。
- ・大変なのにありがとうございます。

※受け手の方の感情でねぎらいや受け取り方が変わると思う。

## 【認めてもらったと感じる言葉】

- ・頑張っていますね。
- ・疲れを起こしていませんか。
- ・体きれいにしてくれていますね。
- ・体調安定していますね。
- ・難儀していますね。
- ・表情がいいですね。
- ・やっぱり家が一番いいとおっしゃっていますよ。
- ・そうですね。私も同じですよ。
- ・大変ですね。
- ・本当ですね。
- ・そのままでもいいですよ。
- ・きちんとやれていますよ。
- ・勉強になります。
- ・教えてください。
- ・よく気付きますね。
- ・そういう事よくありますね。
- ・すごいですね。
- ・良かったですね。いいですよ。
- ・大変でしたね。
- ・頑張られましたね。
- ・ありがとう。～することができました。助かりました。
- ・最近よくお話してくれ笑顔もみられるようになりました。
- ・私もそう思います。
- ・そのままで大丈夫ですよ。

## 【心が穏やかになる言葉】

- ・ いい天気ですね。(季節感を話す)
- ・ また伺いますね。
- ・ いつでも相談してくださいネ。
- ・ 共感 「そうですよね」
- ・ 笑顔で過ごされていましたよ。
- ・ 楽しまれていました。
- ・ ご家族さんの顔を見るととても安心した表情をされていますね。
- ・ (家族が手入れしている)お花、綺麗ですね。
- ・ ご家族さんも身体気をつけてくださいね。
- ・ ○○さんも楽しんでくるのでご家族さんもくつろいでくださいね。
- ・ 何かありましたら、いつでも声かけてくださいね。
- ・ いつも仲の良い温かい家族ですね。
- ・ 今日は足の運びが良かったですよ。
- ・ 楽しくゲームをして過ごしましたよ。
- ・ ○○さんの笑顔は温かいですよ。私も温かい気持ちになります。
- ・ ○○さんが元気になってきたのも家族さんのお陰ですね。
- ・ お家の方々がよくやってくれているので○○さんも安心して過ごせるのですね。
- ・ ○○さんの笑顔はご家族さんから元気をもたらしているのだと思います。
- ・ ○○さんはいつもご家族さんに感謝していますよ。
- ・ ○○さんの洋服似合っていますね。
- ・ ○○さんいつも家族さんの写真を持ち歩いていますよ。

## 【支持されていると感じる言葉】

- ・ その気持ちよく分かります。
- ・ 一緒にお手伝いすることはないですか？
- ・ そうですね。その通りですね。
- ・ そういう時もありますよね。
- ・ 穏やかに過ごされているのは、ご家族のお陰ですよね。
- ・ そのようにやってみましょう。
- ・ 勿論です。
- ・ とても良い考えだと思います。
- ・ これで宜しいでしょうか？
- ・ いつも清潔にされていますよね。
- ・ いつでも話してください。大変でしたね。
- ・ 一緒にやってみましょう。一緒に考えていきましょう。
- ・ 頑張っていますね。そんなに頑張らなくても良いと思いますよ。
- ・ 不安な時大変な時は、無理せず相談してください。連絡ください。
- ・ よく本人さんの事をお世話されていますね。ご家族さんと一緒にいる時の表情は楽しそうですよ。
- ・ よい方法ですね。同じ様にやってみます。
- ・ 参考になります。また教えてください。
- ・ そのままでもよいと思います。
- ・ ご家族さんがいるから元気に過ごしているのですね。

平成 23 年 10 月 13 日

# ホッ！とメッセージ

## 【つながりを感じさせる言葉】

- ・ 天気がいいですね。
- ・ 稲刈り終わりましたか？
- ・ 急に寒くなってきましたね。ストーブ出しましたか？
- ・ 庭の花綺麗に咲いていますね。
- ・ 畑の野菜、頑張っていますね。
- ・ いつも玄関綺麗にされていますね。
- ・ 美容院行きましたか？

## 【安心感を与える言葉】

- ・ 良かったね。
- ・ 大丈夫ですよ。
- ・ そうなのですね。
- ・ それは何よりでしたね。
- ・ 皆さん同じような悩みを持っていますよ。皆そうだよ。
- ・ いつでも連絡ください。
- ・ いつでも話してください。
- ・ 頑張っていますね。
- ・ お変わりありませんか？
- ・ 楽しそうでしたよ。
- ・ お元気されていましたよ。
- ・ 落ち着いて過ごされていましたよ。
- ・ 忙しかったでしょう。
- ・ 行ってきます。
- ・ ただいま

### 【ねぎらいの言葉】

- ・ ご苦労様です。
- ・ 頑張っていますね。
- ・ 大変でしたね。
- ・ よくできましたね。
- ・ よくやっていますね。
- ・ ゆっくり休んでくださいね。
- ・ ゆっくりして下さい。
- ・ 転ばないようにね。
- ・ 風邪ひかないように。
- ・ 無理しないでね。
- ・ 大事にしてくださいね。
- ・ よくわかりますよ。
- ・ 気をつけて下さい。

### 【理解されていると感じる言葉】

- ・ お気持ち分かります。
- ・ よくやっているとします。
- ・ 色々工夫されていますね。
- ・ そうですよ。
- ・ 一緒に悩みを考えましょう。
- ・ やっぱりそうなのですね。
- ・ 私たちも同じ気持ちです。

### 【感謝の言葉】

- ・ ありがとうございます。
- ・ 嬉しいです。
- ・ 明るくていいですね。
- ・ 楽しそうですね。
- ・ 助かりました。
- ・ さすがですね。
- ・ いいっすなあ～。
- ・ 家族さんのお陰です。

### 【認めてもらったと感じる言葉】

- ・よく頑張っておられますね。
- ・そうですよね。
- ・よく解ります。
- ・よく出来ていますね。
- ・助かります。
- ・そのやり方で良いですよ。

### 【心が穏やかになる言葉】

- ・大丈夫ですよ。
- ・そうですよね。
- ・ごゆっくりしてください。
- ・お休みくださいね。

### 【支持されていると感じる言葉】

- ・いつも助かっています。
- ・よく介護されていますね。
- ・いつも頑張っていますね。
- ・喜びますね。
- ・よくやっていますね。
- ・それでいいですよ。
- ・大丈夫です。
- ・〇〇さん安心されていますよ。
- ・そう思います。
- ・教えて下さい。
- ・これでいいですか？
- ・続けていきましょう。

平成 23 年 10 月 19 日

# ホッ！とメッセージ

## 【つながりを感じさせる言葉】

- ・何でもご相談下さい。
- ・一緒に頑張っていきましょう。
- ・いつでもお話下さい。
- ・頑張りすぎないで下さい。
- ・体調はどうですか？

## 【安心感を与える言葉】

- ・今日も顔色いいですね。
- ・いってきます。
- ・天気いいですね。
- ・大丈夫ですよ。
- ・何もだすよ(ですよ)。
- ・一緒に頑張りましょう。
- ・楽しく過ごしました。

## 【ねぎらいの言葉】

- ・よくやっておられますね。
- ・わかります、わかります。う～ん、大変なのはわかります。
- ・いつも準備ありがとうございます。
- ・何でも困った事があったら話して下さいね。

### 【理解されていると感じる言葉】

- ・よくわかります。
- ・そうですね。
- ・大変だったのですね。
- ・頑張ってますね。
- ・無理しないで下さいね。
- ・それでいいと思いますよ。
- ・良かったですね。
- ・疲れていませんか？

### 【感謝の言葉】

- ・教えていただきありがとうございます。
- ・ご家族のおっしゃった通りでした。
- ・今日はリハビリ頑張っていました。
- ・今日はおしぼり頑張ってたんでいただきました。
- ・いつもデイサービスでお手伝いいただいています。ありがとうございます。
- ・いつも御利用ありがとうございます。

### 【認めてもらったと感じる言葉】

- ・口で言うのは簡単だけど、毎日大変なんだよね。ありがとう。
- ・なかなかできることでないですよ。
- ・ご家族がそばにいるから〇〇さんも元気でいられるのだね。

### 【心が穏やかになる言葉】

- ・ 楽しく会話されていました。
- ・ ご飯おいしいと喜んで食べていました。
- ・ 今日リハビリ頑張っていましたよ。
- ・ 今日おしぼりをいっぱいたたんで手伝ってくれました。
- ・ 今日日は日中いっぱい動いていたので夜はぐっすりと眠れると思います。

### 【支持されていると感じる言葉】

- ・ んだ。んだ。それでいいんだー
- ・ やっぱり〇〇さんでないといけないなー
- ・ いつもよくやっているね。
- ・ 無理しないでね。
- ・ 話してね。