スピーチロック 15 分研修レジュメ

施設内研修用 ｜ 進行担当者がそのまま使用できる時間配分と説明例

研修日：_____年_____月_____日　　部署：_____　　担当：_____

研修のねらい

目標	学ぶこと
気づく	普段の声かけが利用者の行動や希望を一方的に制限していないか振り返る
考える	なぜ本人がその行動をするのか、行動の背景を確認する
実践する	安全を守りつつ、説明・提案・援助につながる対応を考える

15 分の進行表

時間	内容	進め方・担当者メモ
0〜2 分	研修目的の共有	職員を責めず、利用者の尊厳を守るための研修であると伝える
2〜5 分	スピーチロックの基礎	「ちょっと待って」「立たないで」など身近な言葉を紹介
5〜11 分	事例検討	1〜2 事例を選び、本人の気持ちと代わりの対応を話し合う
11〜13 分	意見共有	言い換えだけでなく、安全・応援・環境調整も確認
13〜15 分	振り返り	明日から試す行動を一つ決めて記入する

冒頭の説明例（読み上げ用）

「今日は、普段の声かけについて振り返ります。誰かの言葉遣いを責めるのではなく、利用者の気持ちを大切にしながら、安全に介護する方法を一緒に考えていきましょう。」

進行中に確認する 3 つの問い

① 本人は何をしたかったのでしょうか？

② どのような声かけ・対応なら、希望と安全を両立できるでしょうか？

③ 個人の言葉遣いだけでなく、応援体制や環境に改善の余地はありますか？

研修の最後に確認すること

☐ 一人ひとりが具体的な改善目標を一つ決めた　　☐ 次回の振り返り時期を決めた

準備物：NG ワード 30 例・言い換え表／事例検討シート／研修後の振り返りシート

※15 分は施設内での実施を想定した進行例であり、法令上の研修時間や、効果が検証された時間配分ではありません。