スピーチロック NG ワード 30 例・言い換え表

介護現場で使いやすい場面別一覧 ｜ 印刷・職員研修・日々の声かけ確認に

01　日常の声かけ

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
① ちょっと待って！	今、別の方のお手伝いをしています。終わったら伺いますね	待つ理由と今後の対応を伝える
② 早くして！	慌てなくて大丈夫ですよ。ご自分のペースでどうぞ	本人を急がせない
③ 静かにして！	何か気になることがありますか？お話を聞かせてください	声を出す理由を確認する
④ 今は無理！	今すぐには難しいのですが、どうすればよいか一緒に考えましょう	代わりの方法を探る
⑤ 何してるの！	どうされましたか？何かお手伝いしましょうか	本人の意図を確認する

02　移動・転倒防止

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
⑥ 立たないで！	どちらへ行かれますか？一緒に立ちましょうか	立ち上がる理由を確認する
⑦ 動かないで！	足元を確認しますね。安全に動けるようお手伝いします	必要な支援を伝える
⑧ 一人で歩かないで！	歩くときにお手伝いできることはありますか？	希望やできることを確認
⑨ 危ないから座ってて！	何かご用事ですか？一緒に移動しましょうか	安全な方法を提案する
⑩ 勝手に行かないで！	どちらに行かれたいですか？道を一緒に確認しましょう	移動したい理由を尊重

使い方のポイント：NG ワードは一律に禁止される言葉ではありません。切迫した危険があるときは安全確保を優先し、日常場面では本人の希望を確かめ、実際の対応も見直しましょう。

スピーチロック NG ワード 30 例・言い換え表（続き）

03　トイレ・排せつ

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
⑪ さっきトイレに行ったでしょ！	また行きたくなったのですね。様子を確認しましょう	訴えを否定しない
⑫ 今はトイレに行かないで！	トイレですね。安全に行けるようお手伝いします	排せつの希望を尊重
⑬ おむつにして！	トイレをご希望ですね。どのようにお手伝いできるか考えましょう	希望を一方的に退けない
⑭ もう少し我慢して！	すぐに対応できるか確認します。お急ぎですね	緊急性を確認する
⑮ 早く出して！	慌てなくて大丈夫です。ゆっくりどうぞ	本人のペースを尊重

04　食事・入浴・着替え

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
⑯ 早く食べて！	慌てなくて大丈夫です。食べやすいペースでどうぞ	食事のペースを尊重
⑰ 全部食べないとダメ！	食べにくいものはありますか？量や体調を確認しましょう	食べられない理由を確認
⑱ 口を開けて！	次の一口はいかがですか？	意思やタイミングを確認
⑲ お風呂に行くよ！	今日は入浴の予定ですが、今からいかがですか？	予定を説明し、希望を聞く
⑳ 動かないで！着替えさせるから！	着替えをお手伝いしてもよろしいですか？	介助の説明と意思確認

使い方のポイント：NG ワードは一律に禁止される言葉ではありません。切迫した危険があるときは安全確保を優先し、日常場面では本人の希望を確かめ、実際の対応も見直しましょう。

スピーチロック NG ワード 30 例・言い換え表（続き）

05　認知症・帰宅願望

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
㉑ 帰れません！	お家に帰りたいのですね。何か気になることがありますか？	帰りたい理由を確認
㉒ さっきも説明しましたよ！	もう一度ご説明しますね	繰り返しを責めない
㉓ お母さんはもう亡くなったでしょ！	お母さんに会いたいのですね。どんな方だったのですか？	気持ちを受け止める
㉔ ここがあなたの家です！	落ち着かない気持ちがありますか？お話を聞かせてください	不安の理由を確認
㉕ うろうろしないで！	どちらへ行かれますか？何かお探しですか？	行動の理由を確認

06　否定的な言葉

NG ワード	言い換え例	言い換える理由
㉖ 何度も言わせないで！	もう一度、一緒に確認しましょう	質問を責めない
㉗ そんなこともできないの？	難しいところはお手伝いしますね	できる部分を尊重する
㉘ どうして分からないの！	説明の仕方を変えてみますね	伝え方を見直す
㉙ 迷惑をかけないで！	何か困っていることがありますか？	行動の理由を確認する
㉚ 勝手なことをしないで！	何をしようとされていたのか、教えていただけますか？	本人の意思を確認する

使い方のポイント：NG ワードは一律に禁止される言葉ではありません。切迫した危険があるときは安全確保を優先し、日常場面では本人の希望を確かめ、実際の対応も見直しましょう。