

# **かい** を使ってみませんか

介護を在宅する、24時間ともに暮らし、

一緒に生活をするということ、そういった中でちょっと、

言葉の使い方をかえてみませんか？

介護をしている時、いちばん困ったり、疲れたり、ストレスを感じてしまうのが  
会話です。

なんとなく、言葉がキツくなったり、命令口調になったりしませんか？

意識していなくても、自然とそうなるときがあります。

介護を頑張っているのに、相手の事を解かっているのに、つい、使うことばが感  
情的になってしまう。

○言葉の意味がうまく伝わらない。

○自分の思いがわかってもらえない。

○思っている様に行動をしてくれない。

○会話がうまくいかない。

○しゃべっている事がよくわからない。

イライラやストレスが募ってつい、大きい声をだして  
しまう。

# そんな時に、ちょっと便利

## “○○○かい”

そんな時、正しい日本語の使い方とは思いませんが、北海道には“いいことば”があります。

語尾を少し変えるだけで、会話が少し“やわらかい感じ”なるのです。

“ごはん、たべるかい”

イントネーションを変えるといろいろ

“おトイレかい”

な表情を持った“ことば”になります。

“服、着替えるかい”

“○○○するかい”

“○○かい”

“問いかけ”や“肯定”にもなります。ただ“の”を入れると、少し感じ変わってきますので、いれないほうが良いと思います。＝のかい×

“着替えるかい” “着替えるのかい” ちょっと、きつく感じます。

“そうかい” →イントネーション換えるだけで→相槌にもなり、

自分を納得させる返事するときにも軟らかい感じで使えます。

“そうかい、あとから食べるかい、そうかい” など

肯定をしながらの問いかけと、いろいろな意味と表情を持たせられます。

夜、深夜、朝方と眠い時に起こされての身体介護や会話、日付や曜日など何回も聞く、同じ昔話をする。

周囲の人や環境が理解できなくなっても行動をするときがあります。

認知症の見当識・記憶障害と解かっているにもかかわらず対応しなければなりません。

在宅で介護するということは、どんなサービスを利用しているとしても24時間、こころや意味が伝わりづらくなっても、会話ができなくとも寄り添う、見守るという事につきると思います。

ストレスやイライラ、悩みが無くなりはしないのですが、少しでも減らせる方法として、意味が理解できなくても、ちょっとだけ会話がつづいたりすると嬉しく感じられると思うのです。

日本語の使い方としては、変ですが周りの目など気にせずに使ってみてください効果は必ずあります。お互いの気持ちが少し穏やかになることが感じられると思います。

私は、要介護4認定の母の介護をしていますが、“深夜に来客”があったり、着替えをしたりする母のことばが聞けるようになり、少し会話になるようになりました。

この”かい“を使っていたくことで=介護は、“される人”も“する人”もこころが青空ばかりではありませんが、少しでも青空がふえることを願っています。