languageskills.net

LANGUAGE TRAINING COURSE

Japanese B2

Lessons Booklet

Level B2 (CEFR) · english

Study a lesson, then do its exercises in the workbook.

Contents

Unit 1 · 第1課 — 介護の職場と役割

施設と職種 5

勤務と一日の流れ 9

Unit 2 · 第2課 — コミュニケーションと敬語

あいさつと丁寧な言葉 14

敬語と傾聴 19

Unit 3 · 第3課 — からだと観察

体の名前 24

観察と気づき 28

Unit 4 · 第4課 — バイタルサイン

バイタルサインを測る 33

測定値を伝える・記録する 37

Unit 5 · 第5課 — 食事の介助

食事の介助 42

嚥下・誤嚥と水分 47

Unit 6 · 第6課 — 入浴と清潔の介助

入浴の介助 52

清拭・口腔ケア 56

Unit 7 · 第7課 — 排泄の介助

排泄の介助 61

排泄の記録 65

Unit 8 · 第8課 — 移動・移乗の介助

移乗の介助 70

歩行と移動の介助 74

Unit 9 · 第9課 — 着替え・整容と褥瘡予防

着替えと整容 80

体位変換と褥瘡予防 85

Unit 10 · 第10課 — 睡眠・安楽とレクリエーション

睡眠と安楽 91

レクリエーションと自立支援 95

Unit 11 · 第11課 — 認知症のケア

認知症の理解と対応 100

行動の背景と対応 104

Unit 12 · 第12課 — 薬と服薬介助

服薬介助と見守り 109

医療行為の範囲と連携 113

Unit 13 · 第13課 — 記録・報告・連絡・相談

申し送り（報連相） 118

介護記録を書く 123

Unit 14 · 第14課 — 感染予防

手洗いと標準予防策 128

感染対策と報告 133

Unit 15 · 第15課 — 緊急時の対応

急変に気づく 138

通報・応急と報告 142

Unit 16 · 第16課 — 家族とのコミュニケーション

家族への説明と対応 147

苦情と配慮ある対応 151

Unit 17 · 第17課 — 看取りとターミナルケア

看取りと寄り添い 157

お別れとグリーフケア 162

Unit 18 · 第18課 — 制度と資格

特定技能・EPA の制度 168

介護福祉士と評価試験 173

Unit 19 · 第19課 — 仕事を探す・面接

応募と面接 179

職場のマナーとチームワーク 184

Unit 20 · 第20課 — 総合演習（キャップストーン）

総合演習：一日の申し送り 189

総合演習：介護記録を書く 194

Unit 1 · 第1課 — 介護の職場と役割

UNIT 1・第1課 — 介護の職場と役割

施設と職種

By the end of this lesson you can: I can name the main types of care facilities and the roles of the care team in Japanese.

WARM-UP

Think about a care facility you have seen or worked in. Who works there, and what do they do?

Model answer: 特別養護老人ホームでは、介護職員と看護師とケアマネジャーが働いています。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
施設	facility, institution (care facility)	この施設は駅から近いです。 This facility is close to the station.
特別養護老人ホーム（特養）	special nursing home for older adults (tokuyō), for people who need high levels of care	特養は、介護が必要な高齢者が長く暮らす施設です。 A tokuyō is a facility where older adults who need care live long-term.
介護老人保健施設（老健）	health facility for older adults (rōken), focused on rehabilitation and returning home	老健では、リハビリをして家に帰る準備をします。 At a rōken, people do rehabilitation and prepare to go home.
グループホーム	group home for people with dementia, small communal living	グループホームは、少ない人数で一緒に生活します。 In a group home, a small number of people live together.
デイサービス	day service (adult day care), users come during the day and go home in the evening	デイサービスでは、昼間に食事や入浴の支援をします。 At day service, we support meals and bathing during the day.
介護職員	care worker, care staff	介護職員は、利用者の食事や入浴を手伝います。 Care workers help users with meals and bathing.

介護福祉士	certified care worker (national qualification)	介護福祉士は、介護の国家資格です。 Kaigo fukushishi is a national care qualification.
看護師	nurse	看護師は、健康状態の確認や医療的なケアをします。 Nurses check health conditions and provide medical care.
ケアマネジャー	care manager, who makes care plans and coordinates services	ケアマネジャーは、ケアプランを作ります。 The care manager makes the care plan.
利用者	user, resident, person who receives care	利用者が笑顔で話してくれました。 The user talked to me with a smile.

GRAMMAR: 名詞＋です／職業の言い方（〜は〜です）と「〜という施設」

> **READ AND NOTICE**
> A: 田中さんは介護職員ですか。 B: はい、介護職員です。 A: あの人はだれですか。 B: ケアマネジャーの山田さんです。 A: 特養という施設で働いていますか。 B: いいえ、老健で働いています。

What do you notice? Look at the sentences. How do you say 'is a care worker' and 'a facility called tokuyō'? What comes after the person or thing?

The pattern: Use 〜は〜です for 'A is B' (profession/name). Use 〜という施設 for 'a facility called ~'.

Pattern: 〜は〜です (A is B). Use it to say someone's job or name: 田中さんは介護職員です。For 'a facility called X', use Xという施設. Example: 特養という施設で働いています。Negative: 〜は〜じゃありません / 〜ではありません. Question: 〜は〜ですか。

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English you say 'I am a care worker' with 'a'. In Japanese, you usually do not need 'a' before the job: 私は介護職員です。Also, Japanese often drops 'I' when it is clear.

私は介護職員です。	I am a care worker.
田中さんは看護師じゃありません。	Tanaka-san is not a nurse.
山田さんはケアマネジャーですか。	Is Yamada-san a care manager?

ここは特養という施設です。	This is a facility called tokuyō.
グループホームという施設で働いています。	I work at a facility called a group home.
利用者は高齢者です。	The users are older adults.
あの人は介護福祉士ですか。	Is that person a certified care worker?

USEFUL PHRASES

私は介護職員です。	Introduce your own job.
田中さんは看護師です。	Introduce a colleague's job.
〜という施設で働いています。	Say what kind of facility you work at.
ここは特養です。	Say what kind of facility this place is.
ケアマネジャーはどこにいますか。	Ask where the care manager is.
利用者はどんな人ですか。	Ask what kind of people the users are.
すみません、私は介護福祉士じゃありません。	Politely clarify your qualification.

PRACTICE

1. 「私は介護職員____。」Which is correct?

A. だ
B. です
C. ます
D. でした

√ Answer: です

To say 'I am a care worker', use noun + です: 介護職員です。

2. 山田さんは看護師____ありません。

√ Answer: では

Negative of です is ではありません or じゃありません.

3. Put in order to make 'This is a facility called a group home.'

ここは | グループホーム | という | 施設です

√ Answer: ここはグループホームという施設です

Use Xという施設 for 'a facility called X'.

4. Match the job with its description.

介護職員	helps with meals and bathing
看護師	checks health and does medical care
ケアマネジャー	makes care plans
介護福祉士	national care qualification

Each role has a different main task in the care team.

5. Which sentence asks 'Is Tanaka-san a care manager?'

A. 田中さんはケアマネジャーでした。

B. 田中さんはケアマネジャーです。

C. 田中さんはケアマネジャーじゃありません。

D. 田中さんはケアマネジャーですか。

√ Answer: 田中さんはケアマネジャーですか。

Question = noun + ですか with rising intonation.

6. 特養____施設で働いています。

√ Answer: という

Use 〜という施設 to mean 'a facility called ~'.

SPEAKING TASK

In pairs, introduce yourself and one colleague. Say your job, the facility type, and ask your partner one question about their workplace.

Situation: You are new at a facility. A colleague asks about your background and team.

私は介護職員です。 | 特養という施設で働いています。 | 田中さんは看護師です。 | ケアマネジャーはどこにいますか。

WRAP-UP

You can now name facility types and care-team jobs, and say 'A is B' and 'a facility called X'.

Next time: Next lesson: 勤務と一日の流れ — shifts and the daily schedule at a care facility.

UNIT 1・第1課 — 介護の職場と役割

勤務と一日の流れ

By the end of this lesson you can: You can talk about work shifts (early shift, late shift, night shift) and the daily flow of a care facility in Japanese.

WARM-UP

Think about a care facility you know or have visited. What time do staff start and finish? What happens in between? Try to describe it in simple Japanese.

Model answer: 私は早番のとき、7時に出勤して、16時に退勤します。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
早番	early shift (e.g., starting in the morning)	明日は早番なので、6時に起きます。 Tomorrow I have the early shift, so I will get up at 6.
遅番	late shift (e.g., starting in the afternoon)	遅番の日は、夜10時に退勤します。 On late shift days, I finish work at 10 p.m.
夜勤	night shift	夜勤のときは、休憩をしっかりとります。 During night shifts, I make sure to take proper breaks.
シフト	shift (work schedule)	来週のシフトを確認してください。 Please check next week's shift schedule.
申し送り	handover (passing on information between shifts)	申し送りで、利用者の様子を伝えます。 In the handover, we report on the residents' condition.
休憩	break (rest period)	昼休憩は12時から1時までです。 The lunch break is from 12 to 1.
交代	changeover, shift change	3時にスタッフが交代します。 Staff change over at 3 o'clock.
出勤	clocking in, starting work	出勤したら、まず制服に着替えます。 When I arrive at work, I first change into my uniform.
退勤	clocking out, finishing work	退勤前に、日誌を書きます。 Before finishing work, I write the daily log.

一日の流れ	daily flow, daily schedule	一日の流れを新人に説明しました。 I explained the daily flow to the new staff member.

GRAMMAR: TIME EXPRESSIONS WITH 〜から〜まで AND SEQUENTIAL ACTIONS WITH 〜てから、〜ます

READ AND NOTICE

A: おはようございます。今日は早番ですね。 B: はい。7時に出勤してから、すぐに申し送りを聞きます。 A: 休憩は何時から何時までですか。 B: 12時から1時までです。休憩してから、またフロアに戻ります。 A: 夜勤の人は何時に交代しますか。 B: 夕方5時に交代してから、夜勤の人が一日の流れを確認します。

What do you notice? Look at the phrases with から and まで, and the phrases with てから. What do you think they mean? How are they used in the conversation?

The pattern: から shows the starting point (from), まで shows the ending point (until). 〜てから means 'after doing ~', and the next action follows.

Pattern: [time] から [time] まで = from [time] until [time]. Pattern: [verb in て-form] から、[next verb] = after doing [verb], do [next verb]. Use から〜まで for time ranges (e.g., 9時から5時まで). Use てから to show the order of actions (e.g., 出勤してから、申し送りを聞きます). #1 mistake: Don't confuse から (from) with まで (until). Also, remember that てから attaches to the て-form of a verb, not the ます-form.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English, we say 'from 9 to 5' and 'after doing X, I do Y'. Japanese uses から〜まで for time ranges and 〜てから for 'after doing'. Note that まで can also mean 'until' for actions, but here we focus on time.

早番は7時から16時までです。	The early shift is from 7 to 16.
昼休憩は12時から1時までです。	The lunch break is from 12 to 1.
出勤してから、制服に着替えます。	After clocking in, I change into my uniform.
申し送りを聞いてから、フロアに行きます。	After listening to the handover, I go to the floor.
夜勤の人は何時に交代しますか。	What time do the night shift staff change over?
休憩してから、また仕事をします。	After taking a break, I work again.
退勤する前に、日誌を書きます。	Before clocking out, I write the daily log.

一日の流れを説明してから、実際にやってみましょう。	After explaining the daily flow, let's actually try it.

USEFUL PHRASES

今日は早番ですか、遅番ですか。	Asking a colleague about their shift today.
休憩は何時から何時までですか。	Asking about break times.
申し送りを聞いてから、フロアに行きます。	Explaining the order of tasks after handover.
夜勤のときは、休憩をしっかりとります。	Talking about breaks during night shift.
何時に交代しますか。	Asking what time the shift change is.
出勤したら、まずタイムカードを押します。	Describing what you do first when you arrive at work.
退勤前に、申し送りを書きます。	Talking about writing the handover before leaving.

PRACTICE

1. 早番は7時_____16時_____です。

A. から／から
B. から／まで
C. まで／から
D. まで／まで

√ Answer: から／まで

Use から for the start and まで for the end: 7時から16時まで.

2. 出勤して_____、制服に着替えます。

√ Answer: から

After the て-form (出勤して), use から to mean 'after doing'.

3. Put in order to make a sentence:

申し送りを | 聞いて | から | フロアに | 行きます

√ Answer: 申し送りを聞いてからフロアに行きます

The correct order is: 申し送りを聞いてから、フロアに行きます。

4. Match the Japanese words with their English meanings:

早番	early shift
遅番	late shift
夜勤	night shift
申し送り	handover

These are common shift-related terms in Japanese care facilities.

5. Which sentence means 'After taking a break, I return to the floor'?

A. 休憩から、フロアに戻ります。
B. 休憩まで、フロアに戻ります。
C. 休憩するから、フロアに戻ります。
D. 休憩してから、フロアに戻ります。

√ Answer: 休憩してから、フロアに戻ります。

休憩してから means 'after taking a break'.

6. 夜勤の人は夕方5時に_____。

√ Answer: 交代します

交代します means 'change over' or 'switch shifts'.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is a new staff member, the other is a senior staff member. The senior explains the daily flow of the early shift, using ～から～まで and ～てから. Then switch roles.

Situation: New staff: 'すみません、早番の一日の流れを教えてください。' Senior: explains from arrival to leaving, including handover, breaks, and shift change.

早番は7時から16時までです。 | 出勤してから、まず申し送りを聞きます。 | 休憩は12時から1時までです。 | 休憩してから、またフロアに戻ります。 | 退勤前に、日誌を書きます。

WRAP-UP

You can now talk about work shifts and the daily flow using ～から～まで and ～てから.

Next time: In the next lesson, 'あいさつと丁寧な言葉', you will learn greetings and polite language for talking with residents and colleagues.

Unit 2 · 第2課 — コミュニケーションと敬語

UNIT 2 · 第2課 — コミュニケーションと敬語

あいさつと丁寧な言葉

By the end of this lesson you can: I can greet residents and family members politely and introduce myself using 丁寧語 (です・ます) and the request form ～ていただけますか.

WARM-UP

Imagine you walk into a resident's room in the morning. What is the first thing you say? How do you introduce yourself to a family member you meet for the first time?

Model answer: おはようございます。介護職員の田中と申します。よろしくお願いいたします。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
おはようございます	Good morning (polite)	おはようございます。今日はいい天気ですね。 Good morning. It's nice weather today, isn't it?
失礼します	Excuse me / May I come in? (used when entering a room or leaving early)	失礼します。お部屋に入ってもいいですか。 Excuse me. May I come into your room?
お願いします	Please (making a request)	お水を取っていただけますか。お願いします。 Could you get me some water? Please.
～さん	Mr./Ms. ~ (polite suffix used with residents and family)	佐藤さん、こんにちは。 Hello, Mr./Ms. Sato.
担当	person in charge / assigned staff	私は今日、佐藤さんの担当です。 I am in charge of Mr./Ms. Sato today.
よろしくお願いします	Nice to meet you / Please treat me well (set phrase for introductions and requests)	これからよろしくお願いします。 I look forward to working with you.

お大事に	Take care / Get well soon (said to someone who is ill or injured)	風邪ですか。どうぞお大事に。 You have a cold? Please take care.
ゆっくり	slowly / at one's own pace	ゆっくりでいいですよ。急がなくて大丈夫です。 It's fine to take your time. You don't need to hurry.
どうぞ	please / here you are (offering something)	お茶です。どうぞ。 Here is some tea. Please.
恐れ入ります	I'm sorry to trouble you / Thank you very much (very polite, used when asking a favor)	恐れ入りますが、少しお手伝いしていただけますか。 I'm sorry to trouble you, but could you help me a little?

GRAMMAR: 丁寧語（です・ます）と「〜ていただけますか」の依頼

> **READ AND NOTICE**
> 場面：新人の田中さんが、利用者の佐藤さんの部屋を訪ねます。 田中：失礼します。おはようございます。介護職員の田中と申します。 佐藤：ああ、おはよう。 田中：今日は私が担当させていただきます。よろしくお願いいたします。 佐藤：よろしくね。 田中：何かお困りのことはありますか。 佐藤：ちょっと窓を開けてもらえますか。 田中：はい、もちろんです。少し暑いですね。開けていただけますか。 佐藤：ええ、お願いします。 田中：恐れ入りますが、少し待っていただけますか。すぐに開けます。 佐藤：ゆっくりでいいですよ。

What do you notice? Look at the verbs in bold: 開けてもらえますか, 開けていただけますか, 待っていただけますか. What is the difference between てもらえますか and ていただけますか? Who is asking whom?

The pattern: Both are polite request forms. 〜てもらえますか is polite and used with colleagues or people of similar status. 〜ていただけますか is more polite (keigo) and is safer with residents and family members. The pattern is: verb-te form + いただけますか.

Pattern: **V-te + いただけますか** (very polite request). Use です・ます for normal politeness. For requests to residents or family, use 〜ていただけますか to sound respectful. Example: 待っていただけますか = 'Could you please wait?' The #1 mistake is using plain 〜てください to residents; it can sound like an order. Use 〜てください only with close colleagues or in emergencies.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'please + imperative' (Please wait). Japanese ～てください can sound direct. ～ていただけますか is like 'Could you please ~?' and is the standard polite request in care settings.

少し待っていただけますか。	Could you please wait a moment?
お名前を教えていただけますか。	Could you please tell me your name?
ゆっくり話していただけますか。	Could you please speak slowly?
こちらに座っていただけますか。	Could you please sit here?
窓を開けてもらえますか。	Could you open the window? (polite, to a colleague)
お手洗いに一緒に行っていただけますか。	Could you please go to the restroom with me?
恐れ入りますが、もう一度おっしゃっていただけますか。	I'm sorry to trouble you, but could you say that once more?

USEFUL PHRASES

おはようございます。介護職員の～と申します。	Morning greeting and self-introduction to a resident or family member.
失礼します。お部屋に入ってもいいですか。	When entering a resident's room.
今日は私が担当させていただきます。よろしくお願いいたします。	Introducing yourself as the person in charge for the day.
恐れ入りますが、～ていただけますか。	Very polite request to a resident or family member.
ゆっくりでいいですよ。急がなくて大丈夫です。	Reassuring a resident who needs more time.
どうぞ、お座りください。	Offering a seat to a family member or resident.
お大事に。	Saying 'take care' to someone who is ill or leaving.

PRACTICE

1. You want to ask a resident to wait a moment. Which is the most polite and appropriate?

A. ちょっと待って。

B. 待ってください。

C. 少し待っていただけますか。

D. 待てますか。

√ Answer: 少し待っていただけますか。

〜ていただけますか is the polite request form suitable for residents. 待ってください is too direct.

2. 恐れ入りますが、お名前を教えて___か。

√ Answer: いただけます

The polite request pattern is 〜ていただけますか. Here: 教えていただけますか.

3. Put the words in order to make a polite self-introduction:

介護職員の	田中	と申します	です

√ Answer: 介護職員の田中と申しますです

Correct order: 介護職員の田中と申します。 (I am Tanaka, a care worker.)

4. Match the phrase with its meaning:

おはようございます	Good morning
失礼します	Excuse me (entering a room)
お大事に	Take care / Get well soon
恐れ入ります	I'm sorry to trouble you (very polite)

These are standard greetings and polite phrases used daily in care settings.

5. A family member looks worried. You want to say 'Please take your time.' Which is best?

A. ゆっくりでいいですよ。

B. 急いでください。

C. 早くしてください。

D. ゆっくりしてください。

√ Answer: ゆっくりでいいですよ。

ゆっくりでいいですよ means 'It's fine to take your time.' It reassures the family member.

6. 私は今日、佐藤さんの___です。

√ Answer: 担当

担当 means 'person in charge'. 佐藤さんの担当 = in charge of Mr./Ms. Sato.

SPEAKING TASK

You are a new care worker. In pairs, role-play: (1) knock and enter a resident's room in the morning, (2) greet and introduce yourself, (3) ask one polite request using 〜ていただけますか, (4) say goodbye with お大事に. Then swap roles.

Situation: 朝、利用者の佐藤さんの部屋を訪ねます。ドアをノックして入り、あいさつと自己紹介をしてください。その後、佐藤さんに「少し待っていただけますか」と丁寧に頼んでください。最後に「お大事に」と言って部屋を出ます。

失礼します。おはようございます。

介護職員の田中と申します。よろしくお願いいたします。

恐れ入りますが、少し待っていただけますか。

ゆっくりでいいですよ。

どうぞお大事に。

WRAP-UP

You can now greet residents and family politely, introduce yourself, and make polite requests using 〜ていただけますか.

Next time: Next lesson: 敬語と傾聴 — we will practise keigo in care conversations and active listening (傾聴) to respond to residents' feelings.

UNIT 2 · 第2課 — コミュニケーションと敬語

敬語と傾聴

By the end of this lesson you can: You can use basic sonkeigo and kenjōgo (e.g., 召し上がる, 伺う) and show active listening (aizuchi, nodding) when talking with care recipients.

WARM-UP

When you talk with an older resident, how do you show you are listening? What words or gestures do you use?

Model answer: 「そうですか。それは大変でしたね」と言って、うなずきます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
召し上がる	to eat / to drink (sonkeigo, respectful form of 食べる・飲む)	利用者さんは朝ごはんを召し上がりました。 The resident ate breakfast.
いらっしゃる	to be / to go / to come (sonkeigo, respectful form of いる・行く・来る)	部屋にいらっしゃいますか。 Are you in your room? (respectful)
お休みになる	to rest / to sleep (sonkeigo, respectful form of 休む・寝る)	少しお休みになりますか。 Would you like to rest a little? (respectful)
伺う	to visit / to ask (kenjōgo, humble form of 行く・聞く)	後でお部屋に伺います。 I will visit your room later. (humble)
承知しました	understood / certainly (polite, humble agreement)	はい、承知しました。すぐにお持ちします。 Yes, understood. I will bring it right away.
お聞きする	to ask / to listen (kenjōgo, humble form of 聞く)	ご気分をお聞きしてもいいですか。 May I ask how you are feeling? (humble)
うなずく	to nod (as a sign of listening)	話を聞くときは、ゆっくりうなずきます。 When listening, I nod slowly.

相づち	back-channeling; short responses that show you are listening (e.g., はい、そうですか)	相づちを打ちながら話を聞きます。 I listen while giving back-channel responses.
お気持ち	feelings (respectful form of 気持ち)	利用者さんのお気持ちを大切にします。 We value the resident's feelings.
ゆっくり話す	to speak slowly	利用者さんにはゆっくり話します。 I speak slowly to residents.

GRAMMAR: 尊敬語・謙譲語の基本（召し上がる／伺う）と相づちの表現

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：田中さん、お昼ごはんは召し上がりましたか。 利用者：いいえ、まだです。 介護職員：そうですか。では、食堂にいらっしゃいますか。 利用者：ええ、行きます。 介護職員：承知しました。後でお部屋に伺います。 利用者：お願いします。 介護職員：何かお気持ちで聞きたいことがあったら、ゆっくり話してくださいね。

What do you notice? Look at the verbs 召し上がる, いらっしゃる, 伺う. Who is doing the action? Are they special polite verbs?

The pattern: 召し上がる and いらっしゃる are 尊敬語 (respectful) for the resident's actions. 伺う is 謙譲語 (humble) for the caregiver's actions. They replace normal verbs like 食べる, いる/行く, 行く/聞く.

Pattern: 尊敬語 = special verb for the other person's action (召し上がる, いらっしゃる, お休みになる). 謙譲語 = special verb for your own action (伺う, お聞きする, 承知しました). Use 相づち (はい、そうですか、ええ) and うなずく to show you are listening. #1 mistake: using 召し上がる for yourself, or 伺う for the resident.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English does not change verbs based on who does the action. Japanese has separate respectful and humble verbs, so you must check the subject before choosing the verb.

利用者さんはお粥を召し上がりました。	The resident ate rice porridge. (respectful)
利用者さんはまだ召し上がっていません。	The resident has not eaten yet. (respectful negative)
部屋にいらっしゃいますか。	Are you in your room? (respectful question)

明日、お宅に伺います。	I will visit your home tomorrow. (humble)
ご気分をお聞きしてもよろしいですか。	May I ask how you feel? (humble question)
はい、承知しました。	Yes, understood. (humble agreement)
ゆっくりお休みになってください。	Please rest slowly. (respectful request)

USEFUL PHRASES

お昼ごはんは召し上がりましたか。	Asking a resident if they have eaten (respectful).
お部屋にいらっしゃいますか。	Checking if the resident is in their room (respectful).
後でお部屋に伺います。	Telling a resident you will visit their room later (humble).
ご気分をお聞きしてもいいですか。	Politely asking about their condition (humble).
はい、承知しました。	Confirming you understood a request (humble).
そうですか。それは大変でしたね。	Showing empathy with aizuchi after the resident shares something difficult.
ゆっくり話してくださいね。	Encouraging the resident to speak slowly and comfortably.
うなずきながら聞きます。	Describing active listening behavior (nodding).

PRACTICE

1. Choose the correct respectful form: 利用者さんは朝ごはんを_____。

A. 召し上がりました

B. いただきました

C. お聞きしました

D. 伺いました

√ Answer: 召し上がりました

召し上がる is the respectful form for the resident's eating. いただく is humble (for yourself).

2. 「田中さん、今お部屋に_____か。」（respectful for いる）

√ Answer: いらっしゃいます

いらっしゃる is the respectful form of いる for the resident.

3. Put in order to make a humble sentence:

後で | お部屋に | 伺います

✓ Answer: 後でお部屋に伺います

伺う is humble for the caregiver's visit. Order: time + place + verb.

4. Match the verb with its respectful/humble meaning:

召し上がる	to eat (respectful)
伺う	to visit/ask (humble)
お休みになる	to rest (respectful)
承知しました	understood (humble)

These are common keigo verbs used in care settings.

5. Which phrase shows active listening (aizuchi)?

A. もういいです。

B. 早くしてください。

C. わかりません。

D. はい、そうですか。

✓ Answer: はい、そうですか。

はい、そうですか is a natural back-channel response that shows you are listening.

6. 「ご気分を_____してもいいですか。」（humble for 聞く）

✓ Answer: お聞き

お聞きする is the humble form of 聞く, used when asking the resident.

SPEAKING TASK

Roleplay: You are a care worker greeting a resident in the morning. Ask if they have eaten breakfast, if they are in their room, and show active listening with aizuchi and nodding. Use at least three keigo phrases.

Situation: 朝のあいさつ：利用者さんの部屋を訪ねて、食事の確認と気分を聞きます。

おはようございます。お変わりありませんか。 | 朝ごはんは召し上がりましたか。

そうですか。それは大変でしたね。 | 後でお部屋に伺います。

WRAP-UP

You can use basic sonkeigo and kenjōgo (召し上がる, 伺う) and show active listening with aizuchi and nodding.

Next time: Next lesson: 体の名前 — you will learn the names of body parts in Japanese, useful for describing symptoms and care tasks.

Unit 3 · 第3課 — からだと観察

UNIT 3 · 第3課 — からだと観察

体の名前

By the end of this lesson you can: You can name body parts and ask or say where it hurts, using 右・左・上・下, in a caregiving situation.

WARM-UP

Think of a time you helped someone who was in pain. How did you ask where it hurt? What words did you need?

Model answer: 「どこが痛いですか。」「右のひざが痛いです。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
頭 (あたま)	head	頭が痛いですか。 Does your head hurt?
顔 (かお)	face	顔を洗いましょうか。 Shall we wash your face?
手 (て)	hand	手を握ってください。 Please hold my hand.
足 (あし)	leg / foot	足が冷たいですね。 Your legs are cold, aren't they?
背中 (せなか)	back	背中をさすりましょうか。 Shall I rub your back?
お腹 (おなか)	stomach / belly	お腹が痛いですか。 Does your stomach hurt?
腰 (こし)	lower back / hips	腰が痛いので、ゆっくり立ちましょう。 Your lower back hurts, so let's stand up slowly.
ひざ	knee	左のひざが痛いです。 My left knee hurts.
皮膚 (ひふ)	skin	皮膚が赤いですね。 The skin is red, isn't it?
関節 (かんせつ)	joint	関節が痛いですか。 Do your joints hurt?

GRAMMAR: BODY PART + が痛い／が痛いですか AND SAYING LOCATION WITH 右・左・上・下

READ AND NOTICE

介護職員：田中さん、どこが痛いですか。 利用者：右のひざが痛いです。 介護職員：右のひざですね。左は痛いですか。 利用者：いいえ、左は痛くないです。 介護職員：お腹は痛いですか。 利用者：いいえ、お腹は痛くないです。でも、背中の上は少し痛いです。

What do you notice? Look at the words before が痛い and が痛いですか. What do you notice about how the body part is marked? How is 'right knee' different from just 'knee'?

The pattern: The body part comes before が痛い. To say which one, put 右の／左の before the body part, and 上／下 after it. The question uses が痛いですか, and the negative is 痛くないです.

Pattern: [body part] + が痛いです。 / が痛いですか。 / は痛くないです。 Use が to mark the part that hurts. Add 右の or 左の before the part (右のひざ), and 上 or 下 after it (背中の上). For questions, say ～が痛いですか。 For negatives, say ～は痛くないです。 #1 mistake: saying 私のひざは痛いです instead of ひざが痛いです. In Japanese, the hurting part takes が, not は, in the basic pattern.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English says 'My knee hurts' with a possessive. Japanese usually does not say 私の; just say ひざが痛いです. Also, English 'right knee' becomes 右のひざ in Japanese, with の.

頭が痛いです。	My head hurts.
お腹が痛いですか。	Does your stomach hurt?
左の手が痛くないです。	My left hand doesn't hurt.
右の足が痛いです。	My right leg hurts.
背中の下が痛いですか。	Does the lower part of your back hurt?
関節は痛くないです。	My joints don't hurt.
皮膚が赤いですか。	Is the skin red?

USEFUL PHRASES

どこが痛いですか。	Ask a resident where it hurts.
右のひざですね。	Confirm the location the resident said.
左も痛いですか。	Ask if the other side also hurts.
お腹は痛くないですか。	Check that another part does not hurt.

背中の上ですか、下ですか。	Ask which part of the back hurts.
痛いときは、教えてくださいね。	Tell the resident to call you when it hurts.

PRACTICE

1. Choose the best sentence: 'My right knee hurts.'

A. 右のひざが痛いです。

B. ひざの右が痛いです。

C. ひざが右に痛いです。

D. 右ひざは痛いです。

√ Answer: 右のひざが痛いです。

Use 右の before the body part and が痛いです. 右のひざが痛いです is the natural pattern.

2. A: どこ____痛いですか。 B: お腹が痛いです。

√ Answer: が

The question pattern is どこが痛いですか。 The particle が marks the hurting part.

3. Put in order to make: 'Does your left hand hurt?'

左の | 手が | 痛いですか

√ Answer: 左の手が痛いですか

Order: 左の + 手が + 痛いですか。 = 左の手が痛いですか。

4. Match the body part with its English meaning.

背中	back
腰	lower back / hips
皮膚	skin
関節	joint

背中 is back, 腰 is lower back/hips, 皮膚 is skin, 関節 is joint.

5. A resident says 'ひざが痛いです。' You want to ask if the left knee also hurts. Which is best?

A. ひざが左も痛いですか。

B. 左はひざが痛いですか。

C. 左のひざも痛いですか。

D. ひざの左も痛いですか。

√ Answer: 左のひざも痛いですか。

Use 左の + body part + も痛いですか to ask 'does the left one also hurt?'

6. A: 背中が痛いですか。 B: いいえ、背中____痛くないです。

√ Answer: は

In the negative answer, the topic is marked with は: 背中は痛くないです。

SPEAKING TASK

Role-play with a partner. One person is the care worker, the other is a resident. The care worker asks where it hurts, confirms the side (right/left) and the part (upper/lower), and checks another body part. Use at least four phrases from the Redemittel.

Situation: 朝の声かけ。利用者さんが「ちょっと痛い」と言っています。どこが痛いか、右か左か、上か下かを聞いてください。

どこが痛いですか。 | 右のひざですね。 | 左も痛いですか。

背中の上ですか、下ですか。 | お腹は痛くないですか。

痛いときは、教えてくださいね。

WRAP-UP

You can now name body parts and ask or say where it hurts using 右・左・上・下.

Next time: Next lesson: 観察と気づき — noticing changes in a resident's condition and reporting them accurately.

UNIT 3 · 第3課 — からだと観察

観察と気づき

By the end of this lesson you can: You can observe a care user's condition, notice changes, and report them to colleagues using ～そうです／～ようです.

WARM-UP

Think of a time you noticed something different about a resident's condition. What did you see, and how did you tell your colleague?

Model answer: 今日は田中さんの顔色が少し悪いです。いつもと違うと思います。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
様子（ようす）	condition, appearance, how someone is doing	利用者の様子をよく観察してください。 Please observe the resident's condition carefully.
顔色（かおいろ）	complexion, facial color	顔色が青白いですね。体調が悪いかもしれません。 Your complexion is pale. You might not be feeling well.
元気（げんき）	healthy, energetic, in good spirits	今日は元気そうですね。よかったです。 You look well today. That's good.
だるい	to feel heavy, sluggish, or unwell	「体がだるいです」と利用者が言いました。 The resident said, 'My body feels heavy.'
いつもと違う（いつもとちがう）	different from usual	今日はいつもと違う様子ですね。 You seem different from usual today.
変化（へんか）	change	小さな変化に気づくことが大切です。 It's important to notice small changes.
気づく（きづく）	to notice, to become aware	利用者の変化に早く気づきましょう。 Let's notice changes in residents quickly.

確認する（かくにんする）	to check, to confirm	もう一度、様子を確認してください。 Please check their condition once more.
観察する（かんさつする）	to observe	毎朝、顔色を観察します。 I observe their complexion every morning.
報告する（ほうこくする）	to report	気づいたことはすぐに報告してください。 Please report anything you notice immediately.

GRAMMAR: ～そうです／～ようです FOR DESCRIBING APPEARANCE AND IMPRESSIONS

> **READ AND NOTICE**
> A: 田中さんの様子はどうですか。 B: 今日は元気そうですね。でも、少し疲れているようです。 A: そうですか。顔色は？ B: 顔色はよさそうです。でも、歩くのが遅いようです。 A: じゃあ、もう少し観察しましょう。

What do you notice? Look at the words 元気そう, 疲れているよう, よさそう, 遅いよう. What do they have in common? How are they different from a plain statement like 元気です?

The pattern: They express how something looks or seems based on what you see. ～そう attaches to the stem of い-adjectives and to な-adjectives without な; ～よう follows a full clause (plain form).

Pattern: [い-adj stem / な-adj stem] + そうです ; [plain form clause] + ようです. Use ～そうです to say something looks a certain way from appearance. Use ～ようです to say it seems so based on what you observe or infer. #1 mistake: Do not use ～そうです after a noun or a full clause (×元気そうです is fine, but ×元気だそうです means 'I heard', different grammar). For clauses use ～ようです.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English uses 'looks' or 'seems' before an adjective. Japanese puts そう/よう after the adjective or clause, and the form changes depending on the word type.

元気そうです。	He looks well.
痛そうです。	He looks like he's in pain.
元気そうじゃないですね。	He doesn't look well, does he?

元気そうですか。	Does he look well?
疲れているようです。	He seems tired.
顔色が悪いようです。	His complexion seems bad.
熱があるようですね。	It seems he has a fever, doesn't it?
いつもと違うようではありません。	It doesn't seem different from usual.

USEFUL PHRASES

～さんの様子はどうですか。	Ask a colleague how a resident is doing.
今日は～そうですね。	Comment on how a resident looks today.
～のようですね。	Say what you think is happening based on observation.
いつもと違うと思います。	Say that something is different from usual.
～に気づきました。	Report that you noticed something.
確認してもいいですか。	Ask permission to check something.
～を報告します。	Report an observation to a colleague or nurse.
もう少し観察しましょう。	Suggest continuing to observe.

PRACTICE

1. Choose the correct form: 田中さんは今日、少し_____。

A. だるいようです
B. だるそうです
C. だるようそうです
D. だるいそうです

√ Answer: だるそうです

だるい is an い-adjective. To say 'looks sluggish', drop い and add そうです: だるそうです.

2. 顔色が悪い_____。熱があるかもしれません。

√ Answer: ようです

After a full clause (顔色が悪い), use ようです to say 'it seems'. そうです cannot follow a clause here.

3. Put in order to make a natural sentence:

利用者の | 変化に | 気づいて | 報告してください

√ Answer: 利用者の変化に気づいて報告してください

利用者の変化に気づいて、報告してください。 = Notice changes in the resident and report them.

4. Match the Japanese word with its English meaning:

顔色	complexion
様子	condition / appearance
気づく	to notice
確認する	to check
報告する	to report

These are key observation words. Use them when you describe and report a resident's condition.

5. Which sentence means 'He doesn't look well'?

A. 元気だそうです。
B. 元気そうです。
C. 元気そうじゃないです。
D. 元気なようです。

√ Answer: 元気そうじゃないです。

Negative of ～そうです is ～そうじゃないです / ～そうではありません. 元気だそうです means 'I heard he is well'.

6. 「体が_____です」と利用者が言いました。

√ Answer: だるい

だるい is the adjective for feeling heavy/sluggish. The resident says 体がだるいです.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is a care worker who has just observed a resident; the other is a senior colleague. Report what you noticed using ～そうです and ～ようです, and suggest what to do next.

Situation: 朝の食事のあと、利用者の佐藤さんがいつもより元気がありません。顔色も少し悪いです。あなたは先輩の介護職員に報告します。

佐藤さんの様子がいつもと違うようです。 | 顔色が悪そうですね。 | 元気がなさそうです。 | 確認してもいいですか。 | 観察を続けて、また報告します。

WRAP-UP

You can now observe a resident's condition, notice changes, and report them using ～そうです and ～ようです.

Next time: Next lesson: バイタルサインを測る — you will learn how to measure and report vital signs such as temperature, blood pressure, and pulse.

Unit 4 · 第4課 — バイタルサイン

UNIT 4 · 第4課 — バイタルサイン

バイタルサインを測る

By the end of this lesson you can: You can measure body temperature, blood pressure, pulse, and respiration, and say the name of each measurement in Japanese.

> **WARM-UP**
> Think about a morning at a care facility. What do you check first when you greet a resident? How would you say those checks in Japanese?
> **Model answer:** おはようございます。体温と血圧を測りますね。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
バイタルサイン	vital signs (temperature, blood pressure, pulse, respiration)	毎朝、利用者のバイタルサインを測ります。 Every morning, I measure the residents' vital signs.
体温	body temperature	体温は37度です。 The body temperature is 37 degrees.
血圧	blood pressure	血圧を測りましょう。 Let's measure your blood pressure.
脈拍	pulse	脈拍は1分間に70回です。 The pulse is 70 beats per minute.
呼吸	respiration / breathing	呼吸は静かです。 The breathing is quiet.
体温計	thermometer	体温計を脇に挟みます。 I put the thermometer under the armpit.
血圧計	blood pressure monitor	血圧計を腕に巻きます。 I wrap the blood pressure monitor around the arm.
測る	to measure	体温を測ります。 I measure body temperature.
記録する	to record / to document	測定値を記録します。 I record the measured values.

正常	normal	バイタルサインは正常です。 The vital signs are normal.

GRAMMAR: NUMBERS + COUNTERS AND 「〜を測ります／〜が高い・低い」

READ AND NOTICE

A: 田中さんの体温を測りましょう。 B: はい、体温計を脇に挟みます。 A: 体温は36.8度ですね。 B: 血圧も測りますか。 A: はい、血圧を測ってください。 B: 血圧は130の80です。少し高いですね。 A: 脈拍はどうですか。 B: 脈拍は1分間に72回です。正常ですよ。

What do you notice? Look at the phrases with numbers and units (36.8度, 130の80, 72回). What pattern do you see? How is 'high' or 'low' used with these measurements?

The pattern: Numbers are followed by a unit (度 for temperature, 回 for pulse). Blood pressure is said as 'upperのlower'. To describe a value, use 〜が高い (high) or 〜が低い (low).

Pattern: Number + unit (度, 回, etc.) + です. To say a measurement is high or low: [measurement] が 高い／低い です. For blood pressure, say '130の80' (upper/lower). Use を測ります to say 'measure [something]'.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English we say '37 degrees' or '72 beats per minute'. In Japanese, the unit comes directly after the number without a preposition: 37度, 72回. Also, blood pressure is often said as 'upperのlower' (e.g., 130の80), not 'over'.

体温は36.5度です。	The body temperature is 36.5 degrees.
血圧は120の70です。	Blood pressure is 120 over 70.
脈拍は1分間に80回です。	The pulse is 80 beats per minute.
呼吸は1分間に16回です。	Respiration is 16 times per minute.
体温が高いですね。	Your body temperature is high, isn't it?
血圧が低いです。	Your blood pressure is low.
体温を測りますか。	Shall I measure your temperature?
血圧を測りません。	I will not measure blood pressure.

USEFUL PHRASES

体温を測りますね。	When you are about to measure a resident's temperature.
血圧を測りましょう。	When suggesting to measure blood pressure.

脈拍は1分間に何回ですか。	Asking for the pulse rate per minute.
呼吸は静かですか。	Checking if breathing is quiet/normal.
体温は36.8度です。	Reporting the temperature value.
血圧は130の80です。	Reporting blood pressure as upper/lower.
少し高いですね。	Commenting that a value is a bit high.
正常ですよ。	Reassuring that the value is normal.

PRACTICE

1. Which is the correct way to say 'The body temperature is 37 degrees'?

A. 体温は37の度です。

B. 体温は37回です。

C. 体温は37度です。

D. 体温は度37です。

√ Answer: 体温は37度です。

Temperature uses the unit 度 (degrees), placed directly after the number.

2. 血圧___測りましょう。

√ Answer: を

The particle を marks the object of 測る (to measure).

3. Put in order to make a sentence:

脈拍 | は | 1分間に | 72回 | です

√ Answer: 脈拍は1分間に72回です

The pattern is: [measurement] は [number] [unit] です. Here: 脈拍は1分間に72回です。

4. Match the Japanese term with its English meaning:

体温計	thermometer
血圧計	blood pressure monitor
脈拍	pulse
呼吸	respiration

These are essential tools and measurements for vital signs.

5. How do you say 'Blood pressure is 120 over 70' in Japanese?

A. 血圧は120から70です。

B. 血圧は120対70です。

C. 血圧は120と70です。

D. 血圧は120の70です。

√ Answer: 血圧は120の70です。

Blood pressure is expressed as 'upperのlower' using の.

6. 体温が___ですね。 (Your body temperature is high.)

√ Answer: 高い

Use 高い (high) to describe an elevated temperature.

SPEAKING TASK

In pairs, role-play a care worker measuring a resident's vital signs. Greet the resident, say what you will measure, and report the values using the correct units. Then switch roles.

Situation: You are a care worker at a special nursing home (特養). It's morning, and you need to measure a resident's temperature, blood pressure, pulse, and respiration. The resident is cooperative.

おはようございます。体温を測りますね。 | 血圧は130の80です。少し高いですね。 | 脈拍は1分間に72回です。正常ですよ。

WRAP-UP

You can now measure and name body temperature, blood pressure, pulse, and respiration in Japanese, using numbers with units and describing values as high or low.

Next time: In the next lesson, '測定値を伝える・記録する', you will learn how to report and record these measurements accurately in a care setting.

UNIT 4・第4課 — バイタルサイン

測定値を伝える・記録する

By the end of this lesson you can: You can calmly report and record measured vital signs using comparisons and polite report forms.

WARM-UP

You have just taken a resident's temperature and it is a little higher than usual. How would you tell your colleague in Japanese?

Model answer: Aさんの体温はいつもより高めで、37度台でした。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
正常	normal (within normal range)	血圧は正常の範囲内です。 Blood pressure is within the normal range.
高め	a little high, on the high side	今日は体温が高めです。 Today the body temperature is a little high.
低め	a little low, on the low side	脈拍が低めなので、様子を見ましょう。 The pulse is a little low, so let's keep an eye on the condition.
いつもより	than usual	いつもより呼吸が速いです。 Breathing is faster than usual.
様子	condition, state, how someone is doing	利用者の様子をよく見てください。 Please watch the resident's condition carefully.
報告	report (to a superior or colleague)	測定値を看護師に報告します。 I will report the measured values to the nurse.
記録	record (noun/verb)	バイタルサインを記録してください。 Please record the vital signs.
確認	check, confirm	もう一度、値を確認します。 I will check the values once more.
申し送り	handover (between shifts)	申し送りで体温のことを伝えます。 I will mention the temperature in the handover.
注意	attention, caution	血圧が高いので注意が必要です。 Blood pressure is high, so caution is needed.

GRAMMAR: 比較の「〜より高い／低い」と丁寧な報告「〜でした／〜になっています」

READ AND NOTICE

A: 田中さんの体温、どうでしたか。 B: いつもより高めでした。昨日より高いです。 A: そうですか。血圧は？ B: 血圧は昨日より低くなっています。でも、正常の範囲です。 A: 脈拍は？ B: 脈拍はいつもより速くなっています。少し注意して見たほうがいいと思います。

What do you notice? Look at the underlined parts: 昨日より高い, 昨日より低くなっています, いつもより速くなっています. What do you notice about how the measurements are compared and reported?

The pattern: The pattern is: A は B より + adjective (higher/lower/faster) to compare with a previous value or with usual. Polite reporting uses 〜でした (past polite) or 〜になっています (has become / is now) to describe the current state.

Pattern: A は B より + 高い／低い／速い etc. Use より to compare: 昨日より高い = higher than yesterday. For polite reporting, use 〜でした for a simple past report (37度でした) and 〜になっています for a state that has changed or is current (低くなっています = has become low / is now low). #1 mistake: saying 昨日より高いです when reporting a past measurement — use でした for the measurement you took.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'higher than' with a comparative adjective; Japanese uses より after the noun being compared, and the adjective comes at the end. Also, Japanese often uses なっています to show a change of state, which English expresses with 'has become'.

体温は昨日より高いです。	The temperature is higher than yesterday.
血圧はいつもより低めでした。	Blood pressure was a little lower than usual.
脈拍は正常より速くなっています。	The pulse has become faster than normal.
呼吸は昨日より落ち着いています。	Breathing is calmer than yesterday.
体温は高くないですか。	Isn't the temperature high?
血圧は低くありません。	Blood pressure is not low.
今日はいつもより元気そうでした。	Today he/she looked more energetic than usual.

USEFUL PHRASES

体温は37度台でした。	Reporting a temperature measurement politely.
血圧は昨日より高めです。	Comparing blood pressure with the previous day.

脈拍がいつもより速くなっています。	Reporting a change in pulse rate.
呼吸は正常の範囲内でした。	Reporting that breathing is normal.
看護師に報告します。	Saying you will report to the nurse.
記録を確認してください。	Asking someone to check the record.
申し送りで伝えておきます。	Saying you will mention it in the handover.
様子に注意して見ましょう。	Suggesting to watch the condition carefully.

PRACTICE

1. 昨日の体温は36.5度でした。今日は37.2度です。正しい文はどれですか。

A. 今日の体温は昨日ほど高いです。

B. 今日の体温は昨日より低いです。

C. 今日の体温は昨日より高いでした。

D. 今日の体温は昨日より高いです。

√ Answer: 今日の体温は昨日より高いです。

37.2 is higher than 36.5, so use 昨日より高いです. '高いでした' is incorrect; use 高いです or 高かったです.

2. 血圧はいつも___低めです。

√ Answer: より

Use より after the noun to compare: いつもより低め = a little lower than usual.

3. Put in order to make a polite report:

脈拍は | いつもより | 速くなっています | 。

√ Answer: 脈拍はいつもより速くなっています。

The pattern is: topic は + comparison より + なっています. 脈拍はいつもより速くなっています。

4. Match the Japanese term with its English meaning:

正常	normal
高め	a little high
低め	a little low
様子	condition
申し送り	handover

These are key terms for reporting vital signs.

5. 「体温は昨日より高いでした」の正しい言い方はどれですか。

A. 体温は昨日より高いでした。

B. 体温は昨日より高くなっています。

C. 体温は昨日より高かったです。

D. 体温は昨日より高いです。

√ Answer: 体温は昨日より高かったです。

For a past measurement, use the past form 高かったです. 高いでした is incorrect.

6. 呼吸は正常の範囲___でした。

√ Answer: 内

正常の範囲内 = within the normal range. 内 means 'inside/within'.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is a care worker who has just measured vital signs; the other is a nurse. Report the measurements using comparisons and polite report forms, then record them.

Situation: You measured a resident's temperature, blood pressure, pulse, and breathing. The temperature is a little higher than yesterday, blood pressure is lower than usual, pulse is faster than usual, and breathing is normal. Report to the nurse and write a short record.

体温は昨日より高めでした。 | 血圧はいつもより低くなっています。

脈拍が速くなっています。注意して見ましょう。 | 呼吸は正常の範囲内でした。

WRAP-UP

You can now calmly report and record vital signs using ～より高い/低い and polite forms ～でした/～になっています.

Next time: In the next lesson, '食事の介助', you will learn how to assist residents with meals safely and politely.

Unit 5 · 第5課 — 食事の介助

UNIT 5 · 第5課 — 食事の介助

食事の介助

By the end of this lesson you can: You can help a resident eat and drink safely, using gentle instructions and clear quantity words (少し・もう少し).

WARM-UP

Think about a time you helped someone eat. What did you say to encourage them to take one more bite?

Model answer: 「あと少しだけ、食べてみましょうか。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
食事（しょくじ）	meal; eating	食事の時間になりました。 It's time for the meal.
食事介助（しょくじかいじょ）	meal assistance; helping someone eat	今日は田中さんの食事介助を担当します。 Today I'm in charge of meal assistance for Mr. Tanaka.
食欲（しょくよく）	appetite	食欲がないときは、無理に食べさせないでください。 When there is no appetite, don't force the person to eat.
きざみ食（きざみしょく）	chopped food (cut into small pieces for easier chewing/swallowing)	かむ力が弱い方には、きざみ食を出します。 For people with weak chewing ability, we serve chopped food.
ミキサー食（ミキサーしょく）	blenderized food (pureed)	飲み込むのが難しい方には、ミキサー食が安全です。 For those who have difficulty swallowing, blenderized food is safe.
エプロン	bib; apron (used during meals)	食事の前にエプロンをつけましょう。 Let's put on the bib before the meal.
スプーン	spoon	スプーンを口元に持っていきます。 I bring the spoon to the person's mouth.

お茶（おちゃ）	tea; (here) a drink to help swallow	食事のあとで、お茶を少し飲みましょう。 After the meal, let's drink a little tea.
声かけ（こえかけ）	calling out; speaking to someone (to prompt or reassure)	声かけをしながら、ゆっくり食べてもらいます。 We have them eat slowly while talking to them.
ゆっくり	slowly; at a relaxed pace	ゆっくりかんでくださいね。 Please chew slowly.

GRAMMAR: やさしい指示・声かけ「〜ましょうね／〜てください」と量の言い方（少し・もう少し）

READ AND NOTICE

介護職員：Aさん、おはようございます。朝ごはんの時間ですよ。エプロンをつけましょうね。 利用者：はい。 介護職員：まず、お茶を少し飲みましょうか。 利用者：はい、ください。 介護職員：ゆっくり飲んでくださいね。 利用者：（飲む） 介護職員：いいですね。じゃあ、スプーンで一口食べてください。 利用者：はい。 介護職員：あと少し、食べてみましょうね。

What do you notice? Look at the forms in bold: つけましょうね、飲みましょうか、飲んでくださいね、食べてください、食べてみましょうね. Who is being asked to do something? What is the difference between 〜ましょう and 〜てください?

The pattern: 〜ましょう（ね） is a gentle suggestion 'let's do ~' (includes the speaker, soft). 〜てください（ね） is a polite request 'please do ~'. Adding ね makes it warmer. Quantity words: 少し = a little, もう少し = a little more.

PATTERN: 〜ましょう（ね） = 'let's ~, shall we?' (gentle suggestion) / 〜てください（ね） = 'please do ~' (polite request). Use 〜ましょうね to invite the resident to do something together, softly. Use 〜てくださいね to ask them to do something politely. Add ね for a friendly tone. For amounts: 少し = a little; もう少し = a little more. #1 mistake: Don't use strong commands like 食べろ or 飲め with residents — always use 〜ましょうね or 〜てくださいね.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English 'please eat' can sound like a direct order. Japanese caregiving softens it with 〜ましょうね (let's eat together) or 〜てくださいね (please eat, with a warm ね).

エプロンをつけましょうね。	Let's put on your bib, shall we?
お茶を少し飲みましょうか。	Shall we drink a little tea?
ゆっくり食べてくださいね。	Please eat slowly.

スプーンを口に運びますね。	I'll bring the spoon to your mouth, okay?
もう少しだけ、食べてみましょうね。	Let's try just a little more, shall we?
食欲がないときは、無理に食べなくてもいいですよ。	When you have no appetite, you don't have to force yourself to eat.
口に入れたら、ゆっくりかんでくださいね。	Once it's in your mouth, please chew slowly.

USEFUL PHRASES

～ましょうね。	To gently invite the resident to do something together (e.g., put on a bib, start eating).
～てくださいね。	To politely ask the resident to do something (e.g., chew slowly, drink).
少し～ましょうか。	To offer a small amount (e.g., 'shall we have a little tea?').
もう少しだけ、～てみましょうね。	To encourage one more bite or sip without pressure.
ゆっくりでいいですよ。	To reassure the resident that there is no rush.
食欲はどうですか。	To ask about appetite before or during the meal.
口に食べ物が残っていませんか。	To check for leftover food in the mouth (safety check).

PRACTICE

1. You want to gently ask a resident to put on a bib. Which is most appropriate?

A. エプロンをつけるな。

B. エプロンをつけましょうね。

C. エプロンをつけろ。

D. エプロンをつけてください。

√ Answer: エプロンをつけましょうね。

～ましょうね is a gentle suggestion, perfect for caregiving. ～てください is polite but less warm; つけろ is a rough command.

2. お茶を___飲みましょうか。（a little）

√ Answer: 少し

少し means 'a little'. Use it to offer a small amount.

3. Put in order to make a polite request:

ゆっくり | 食べて | ください | ね

√ Answer: ゆっくり食べてくださいね

ゆっくり食べてくださいね = 'Please eat slowly.' The ね softens the request.

4. Match the Japanese with the English meaning:

きざみ食	chopped food
ミキサー食	blenderized food
食欲	appetite
声かけ	calling out / speaking to someone

These are key terms for meal assistance. きざみ食 is chopped; ミキサー食 is pureed.

5. Which phrase encourages the resident to take just one more bite?

A. もう食べなくていいです。

B. 早く食べてください。

C. もう少しだけ、食べてみましょうね。

D. 食べるのをやめましょう。

√ Answer: もう少しだけ、食べてみましょうね。

もう少しだけ、食べてみましょうね = 'Let's try just a little more.' It is encouraging and gentle.

6. 口に入れたら、___かんでくださいね。（slowly）

√ Answer: ゆっくり

ゆっくり means 'slowly'. It is important for safe swallowing.

SPEAKING TASK

Role-play: You are a care worker helping a resident with lunch. Use gentle instructions (〜ましょうね／〜てくださいね) and quantity words (少し・もう少し). Follow the steps: 1) greet and set up (bib, spoon), 2) offer a little tea, 3) ask them to eat slowly, 4) encourage one more bite, 5) check if they are full.

Situation: 利用者：田中さん（80代、食欲があまりない）。あなた：介護職員。昼食の介助をします。

エプロンをつけましょうね。 | お茶を少し飲みましょうか。 | ゆっくり食べてくださいね。 | もう少しだけ、食べてみましょうね。 | 食欲はどうですか。

WRAP-UP

You can now help a resident eat and drink using gentle 〜ましょうね／〜てくださいね and clear quantity words like 少し and もう少し.

Next time: Next time: 嚥下・誤嚥と水分 — we'll learn how to watch for swallowing problems and help with fluids safely.

UNIT 5 · 第5課 — 食事の介助

嚥下・誤嚥と水分

By the end of this lesson you can: You can watch a resident's swallowing, prevent choking (誤嚥), and encourage them to drink enough fluids.

WARM-UP

Think about a time you saw someone cough while eating or drinking. What did you do? What words in Japanese do you already know for eating and drinking support?

Model answer: むせたときは、すぐに声をかけて、姿勢を直します。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
嚥下（えんげ）	swallowing (the act of swallowing food or drink)	嚥下の様子をよく見て、食事の介助をします。 I watch the resident's swallowing carefully and help them eat.
誤嚥（ごえん）	aspiration (food or liquid going into the airway by mistake)	誤嚥を防ぐために、ゆっくり食べてもらいます。 To prevent aspiration, we ask the resident to eat slowly.
むせる	to choke / to cough (when food or drink goes down the wrong way)	お茶を飲んだら、むせてしまいました。 When they drank tea, they choked.
とろみ	thickening (for liquids); thickened consistency	このお茶には、とろみをつけてあります。 This tea has been thickened.
水分（すいぶん）	fluids, hydration, water content	水分をこまめに取ってもらいましょう。 Let's have them take fluids frequently.
脱水（だっすい）	dehydration	脱水にならないように、水分補助をします。 We provide fluid support so they don't get dehydrated.
姿勢（しせい）	posture, body position	食事のときは、姿勢をまっすぐにします。 During meals, we keep their posture straight.

飲み込む（のみこむ）	to swallow	よく噛んでから、飲み込んでもらいます。 We have them chew well before swallowing.
注意する（ちゅういする）	to pay attention to, to watch out for	むせやすいので、注意して見守ります。 They choke easily, so we watch them carefully.
ゆっくり	slowly, at a slow pace	ゆっくり食べてくださいね。 Please eat slowly.

GRAMMAR: 注意・条件の「〜ないように」「〜たら、すぐに〜」

READ AND NOTICE

介護職員：Aさん、今日はお茶に、とろみをつけました。ゆっくり飲んでくださいね。 利用者：はい、ありがとう。 介護職員：（むせるのを見て）あ、むせましたね。大丈夫ですか。誤嚥しないように、姿勢を少し前にしましょう。 利用者：はい、お願いします。 介護職員：もしまたむせたら、すぐに教えてくださいね。脱水にならないように、少しずつ水分も取りましょう。

What do you notice? Look at the parts '誤嚥しないように' and 'むせたら、すぐに'. What do they have in common? What comes before 'ように' and before 'すぐに'?

The pattern: The pattern is: Vない + ように (so that ~ doesn't happen) and Vたら + すぐに (if/when ~ happens, do ~ immediately).

Pattern: Vない + ように = 'so that (something) doesn't happen'. Example: 誤嚥しないように = so that they don't aspirate. Pattern: Vたら + すぐに = 'if/when (something) happens, do (something) right away'. Example: むせたら、すぐに声をかける = if they choke, speak to them immediately. #1 mistake: using ように after a plain affirmative verb when you mean 'so that it doesn't happen' — you need the ない form: 誤嚥しないように, not 誤嚥するように.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English uses 'so that ... doesn't' and 'if ..., then ... right away'. Japanese puts the negative verb before ように and the condition before たら. Note that たら can mean 'when' as well as 'if'.

誤嚥しないように、ゆっくり食べてもらいます。	We have them eat slowly so that they don't aspirate.
脱水にならないように、水分をこまめに取ります。	We have them take fluids often so they don't get dehydrated.
むせたら、すぐに声をかけてください。	If they choke, please speak to them right away.

食べ物が口に残っていたら、すぐに取ってあげてください。	If food is left in their mouth, please remove it right away.
姿勢が悪くならないように、クッションで調整します。	We adjust with a cushion so that their posture doesn't get bad.
飲み込むのが難しそうだったら、すぐに看護師に相談します。	If swallowing looks difficult, we consult the nurse immediately.
とろみが足りないとむせやすいので、注意してください。	If there isn't enough thickening, they choke easily, so please be careful.

USEFUL PHRASES

ゆっくり食べてくださいね。	Encouraging a resident to eat slowly.
むせたら、すぐに教えてください。	Telling a resident what to do if they choke.
誤嚥しないように、姿勢をまっすぐにしましょう。	Adjusting posture to prevent aspiration.
水分を少しずつ取りましょう。	Encouraging fluid intake in small amounts.
脱水にならないように、気をつけて見守ります。	Explaining that you will watch for dehydration.
とろみをつけたお茶です。飲み込みやすいですよ。	Offering thickened tea and explaining it's easier to swallow.
大丈夫ですか。ゆっくり息をしてください。	Checking on a resident after they choke.

PRACTICE

1. 誤嚥を防ぐために、食べるときに気をつけることは何ですか。

A. 話しながら食べてもらう

B. 早く食べてもらう

C. ゆっくり食べてもらう

D. 立って食べてもらう

√ Answer: ゆっくり食べてもらう

To prevent aspiration, eating slowly is important. Fast eating increases choking risk.

2. 脱水にならない___、水分をこまめに取りましょう。

√ Answer: ように

The pattern Vない + ように means 'so that ~ doesn't happen'. Here: 脱水にならないように = so as not to become dehydrated.

3. Put in order:

むせたら | すぐに | 声をかけて | ください

√ Answer: むせたらすぐに声をかけてください

Pattern: Vたら + すぐに + action. 'If they choke, speak to them right away.'

4. Match the Japanese term with its English meaning:

嚥下	swallowing
誤嚥	aspiration
とろみ	thickening
脱水	dehydration

These are key terms for meal assistance and swallowing care.

5. 利用者がむせたとき、最初にすることは何ですか。

A. 水分をたくさん飲ませる

B. 背中を強くたたく

C. 食事を続けさせる

D. すぐに声をかけて様子を見る

√ Answer: すぐに声をかけて様子を見る

First, speak to the resident and check their condition. Do not force more food or drink.

6. 飲み込むのが難しそうだったら、___看護師に相談します。

√ Answer: すぐに

Pattern: Vたら + すぐに + action. 'If swallowing seems difficult, consult the nurse immediately.'

SPEAKING TASK

Role-play: You are a care worker helping a resident with tea and a snack. The resident starts to choke. Use the target phrases to check on them, adjust their posture, and encourage fluids. Then report to a colleague using ～ないように and ～たら、すぐに.
Situation: 利用者：お茶を飲みます。むせます。介護職員：声をかけ、姿勢を直し、水分をすすめる。

ゆっくり飲んでくださいね。 | むせたら、すぐに教えてください。

誤嚥しないように、姿勢をまっすぐにしましょう。

脱水にならないように、少しずつ水分を取りましょう。

WRAP-UP

You can now watch for signs of swallowing difficulty, prevent aspiration using ～ないように and respond quickly using ～たら、すぐに, and encourage fluids.
Next time: Next time: 入浴の介助 — helping residents bathe safely, including skin checks and privacy.

Unit 6 · 第6課 — 入浴と清潔の介助

UNIT 6 · 第6課 — 入浴と清潔の介助

入浴の介助

By the end of this lesson you can: I can safely assist a resident with bathing, explain the steps clearly, and use polite safety checks like 「熱くないですか」「大丈夫ですか」.

WARM-UP

Think about a time you helped someone take a bath or shower. What did you say first to check they were okay?

Model answer: 「お湯の熱さは大丈夫ですか。ゆっくり入りましょうね。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
入浴 (にゅうよく)	bathing (in a bathtub)	今日は午後から入浴の予定です。 Bathing is scheduled for this afternoon.
お風呂 (おふろ)	bath / bathroom	お風呂の床はすべりやすいので、気をつけてください。 The bathroom floor is slippery, so please be careful.
シャワー	shower	シャワーの温度を先に確認します。 I check the shower temperature first.
湯加減 (ゆかげん)	water temperature (of a bath)	湯加減はいかがですか。熱くないですか。 How is the water temperature? Is it too hot?
手すり (てすり)	handrail	浴槽のそばに手すりがあります。それを持ってください。 There is a handrail next to the bathtub. Please hold it.
すべる	to slip / be slippery	床がぬれているとすべります。ゆっくり歩きましょう。 The floor is slippery when wet. Let's walk slowly.
着替え (きがえ)	change of clothes	着替えはこちらに用意してあります。 Your change of clothes is prepared here.
タオル	towel	体を洗ったら、タオルでよくふきます。 After washing your body, dry well with a towel.
体を洗う (からだをあらう)	to wash one's body	背中を洗いましょうか。 Shall I wash your back?

ゆっくり	slowly / at ease	ゆっくりで大丈夫ですよ。急がなくていいです。 It's okay to go slowly. You don't need to hurry.

GRAMMAR: 安全の声かけと確認「熱くないですか／大丈夫ですか」

READ AND NOTICE

介護職員：お湯の湯加減は熱くないですか。 利用者：ちょっと熱いです。 介護職員：すみません。少しぬるくしますね。……これで大丈夫ですか。 利用者：はい、大丈夫です。 介護職員：床はすべりますから、ゆっくり歩きましょう。手すりを持ってくださいね。 利用者：わかりました。 介護職員：気分は悪くないですか。 利用者：はい、平気です。

What do you notice? Look at the questions the caregiver asks (熱くないですか, 大丈夫ですか, 悪くないですか). What form are they in? Are they asking for yes/no or for information?

The pattern: They are negative questions (〜ないですか / 〜くないですか). They check that something is okay, and they invite the person to say if there is a problem. The answer 'はい、大丈夫です' means 'Yes, it's fine.'

Pattern: [adjective/verb] negative + ですか = polite safety check. Use 〜ないですか / 〜くないですか to ask 'Is it not ...?' meaning 'Is it okay?' or 'Are you not ...?'. It sounds softer and more caring than a direct question. The person can answer 'はい、大丈夫です' (I'm fine) or 'いいえ、ちょっと...' (No, a little...). #1 mistake: Do not use plain '熱いですか' for a safety check — it sounds like you expect it to be hot. Use '熱くないですか' to check comfort.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'Is it too hot?' or 'Are you okay?'. Japanese prefers negative questions like 熱くないですか to show care and give the person an easy way to say 'actually, yes, it's a bit...'.

お湯は熱くないですか。	Is the water not too hot? (Is it okay?)
気分は悪くないですか。	Are you not feeling unwell? (Are you okay?)
床はすべりませんか。	Is the floor not slippery? (Is it safe?)
一人で歩けますか。	Can you walk by yourself? (direct question, not a safety check)
手すりを持たなくても大丈夫ですか。	Is it okay even if you don't hold the handrail?
ゆっくり入れますか。	Can you get in slowly? (checking ability)
タオルは足りないですか。	Are the towels not enough? (Do you need more?)

着替えはそこにありますが、わかりにくくないですか。	Your change of clothes is there — is it not hard to find?

USEFUL PHRASES

お湯の湯加減は熱くないですか。	Checking bath temperature before the resident gets in.
床がすべりますから、ゆっくり歩きましょう。	Warning about slippery floor and guiding slow movement.
手すりを持ってくださいね。	Asking the resident to hold the handrail for safety.
体を洗いましょうか。	Offering to help wash the resident's body.
タオルでよくふきましょう。	Reminding to dry well with a towel after bathing.
着替えはこちらに用意してあります。	Telling the resident where the change of clothes is.
気分は悪くないですか。	Checking how the resident feels during or after bathing.
ゆっくりで大丈夫ですよ。	Reassuring the resident that they can take their time.

PRACTICE

1. Which is the most natural safety check before the resident enters the bath?

A. お湯は熱くないですか。

B. お湯は熱かったですか。

C. お湯は熱いですか。

D. お湯は熱いでしょう。

√ Answer: お湯は熱くないですか。

Use the negative question 熱くないですか to check comfort politely. 熱いですか sounds like you expect it to be hot.

2. 床がすべりますから、___歩きましょう。

√ Answer: ゆっくり

ゆっくり means 'slowly'. It is the natural adverb for guiding safe movement.

3. Put the words in the correct order to make a safety instruction:

手すりを | 持って | くださいね。

√ Answer: 手すりを持ってくださいね。

手すりを持ってくださいね = 'Please hold the handrail.' The object comes first, then the te-form request.

4. Match the Japanese word with its English meaning:

湯加減	water temperature
手すり	handrail
着替え	change of clothes
タオル	towel

These are key bathing items. 湯加減 is specifically the temperature of bath water.

5. The resident says 「ちょっと熱いです」. What is the best reply?

A. 熱いですか。大丈夫ですか。

B. ゆっくり入ってください。

C. そうですか。がまんしてください。

D. すみません。少しぬるくしますね。

√ Answer: すみません。少しぬるくしますね。

Acknowledge and adjust: 少しぬるくしますね = 'I'll make it a little cooler.' This is safe and caring.

6. 体を洗ったら、タオルでよく___。

√ Answer: ふきます

ふきます means 'wipe/dry'. After washing, you dry with a towel.

SPEAKING TASK

Roleplay: You are a care worker helping a resident take a bath. Guide them safely from the changing room to the bathtub. Use at least three safety-check questions and give clear, polite instructions.

Situation: Resident: 田中さん (80s, uses a handrail, a little anxious). Setting: small facility bathroom. You must check water temperature, warn about slippery floor, offer help washing, and confirm they feel okay.

お湯の湯加減は熱くないですか。 | 床がすべりますから、ゆっくり歩きましょう。 | 手すりを持ってくださいね。 | 体を洗いましょうか。 | 気分は悪くないですか。

WRAP-UP

You can now safely assist with bathing and use polite negative questions like 熱くないですか and 大丈夫ですか to check on the resident.

Next time: Next lesson: 清拭・口腔ケア — bed baths and oral care. You'll learn how to explain and assist with cleaning the body in bed and mouth care.

UNIT 6 · 第6課 — 入浴と清潔の介助

清拭・口腔ケア

By the end of this lesson you can: You can explain the steps of giving a bed bath (清拭) and oral care (口腔ケア) in Japanese, using まず・つぎに・さいごに and the ~ていきます pattern.

WARM-UP

Think about a time you helped someone wash or brush their teeth. What do you do first, and what do you do last? Try to say it in Japanese.

Model answer: まず、タオルを用意します。つぎに、顔を拭きます。さいごに、口腔ケアをします。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
清拭（せいしき）	bed bath; cleaning the body with a towel without using a bathtub	今日は入浴できないので、清拭をします。 Today the resident cannot bathe, so we will do a bed bath.
口腔ケア（こうくうケア）	oral care; cleaning the mouth and teeth	食後に口腔ケアを行います。 We do oral care after meals.
歯みがき（はみがき）	tooth brushing	利用者さんに歯みがきをしてもらいます。 We have the resident brush their teeth.
入れ歯（いれば）	denture(s)	入れ歯を外して、洗います。 We take out the dentures and wash them.
うがい	gargling / rinsing the mouth	口腔ケアのあとで、うがいをします。 After oral care, we rinse the mouth.
タオル	towel	清拭用のタオルを準備します。 We prepare towels for the bed bath.
拭く（ふく）	to wipe	濡れたタオルで体を拭きます。 We wipe the body with a wet towel.
清潔（せいけつ）	cleanliness; clean	清潔を保つことが大切です。 It is important to keep things clean.

保つ（たもつ）	to maintain; to keep	皮膚の清潔を保ちます。 We maintain the cleanliness of the skin.
さっぱり	refreshed; feeling clean	清拭のあと、利用者さんは「さっぱりした」と言いました。 After the bed bath, the resident said, 'I feel refreshed.'

GRAMMAR: 手順の順序「まず・つぎに・さいごに」と「〜ていきます」

READ AND NOTICE

介護職員：今日の清拭の手順を説明します。まず、タオルとお湯を用意します。つぎに、顔を拭きます。それから、体を拭いていきます。さいごに、口腔ケアをします。 新人：はい。まずタオルですね。 介護職員：そうです。そして、清潔を保つために、拭いたあとはタオルを替えていきます。

What do you notice? Look at the words まず, つぎに, さいごに and the form 拭いていきます. What do you think they are doing in this explanation?

The pattern: They show the order of steps: first, next, finally. The form 〜ていきます shows that an action continues or is done in sequence as you go.

Pattern: まず A。つぎに B。さいごに C。 / V-ていきます。 Use まず for the first step, つぎに for the next, and さいごに for the last. Use 〜ていきます to describe doing something step by step or continuing an action. The #1 mistake is to use さいごに for a middle step—save it for the very end.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'first, then, finally' in the same way, but Japanese 〜ていきます adds the feeling of 'going on to do' each step, which English usually leaves out.

まず、手を洗います。	First, I wash my hands.
つぎに、タオルを濡らします。	Next, I wet the towel.
さいごに、入れ歯を洗います。	Finally, I wash the dentures.
体を上から下へ拭いていきます。	I wipe the body from top to bottom.
まず、口腔ケアをしませんか。	Shall we do oral care first?
うがいをしていきます。	We will go ahead and rinse the mouth.
清潔を保つために、タオルを替えていきます。	To keep things clean, we change the towels as we go.

USEFUL PHRASES

これから清拭を始めます。	When you are about to start a bed bath and want to tell the resident.
まず、タオルで顔を拭きますね。	When you explain the first step to the resident.
つぎに、体を拭いていきます。	When you move to the next step.
さいごに、口腔ケアをします。	When you explain the final step.
入れ歯を外してもいいですか。	When you need to remove dentures and ask for permission.
うがいをしてください。	When you ask the resident to rinse their mouth.
さっぱりしましたか。	After care, to ask if the resident feels refreshed.

PRACTICE

1. 清拭の手順で、最初に言う言葉はどれですか。

A. まず
B. さいごに
C. つぎに
D. それから

√ Answer: まず

まず means 'first' and is used for the first step.

2. つぎに、体を拭いて___。

√ Answer: いきます

The pattern is ～ていきます, so 拭いていきます means 'we will wipe (as we go)'.

3. Put the steps in the correct order:

さいごに、口腔ケアをします。	まず、タオルを用意します。	つぎに、顔を拭きます。

√ Answer: まず、タオルを用意します。つぎに、顔を拭きます。さいごに、口腔ケアをします。

The order is まず → つぎに → さいごに.

4. Match the Japanese word with its English meaning:

清拭	bed bath
口腔ケア	oral care
入れ歯	denture
うがい	gargling

These are key vocabulary words for this lesson.

5. 「さっぱり」の意味はどれですか。

A. feeling hungry
B. feeling tired
C. feeling cold
D. feeling refreshed

✓ Answer: feeling refreshed

さっぱり means refreshed or clean-feeling.

6. 清潔を___ことが大切です。

✓ Answer: 保つ

保つ means 'to maintain' and is used with 清潔を保つ.

SPEAKING TASK

Explain the steps of a bed bath and oral care to a new colleague, using まず・つぎに・さいごに and 〜ていきます. Then answer their question about keeping things clean.

Situation: You are a senior care worker showing a new staff member how to do 清拭 and 口腔ケア for a resident who cannot take a bath today.

まず、タオルとお湯を用意します。 つぎに、顔を拭いていきます。

さいごに、口腔ケアをします。 清潔を保つために、タオルを替えていきます。

WRAP-UP

You can now explain the steps of 清拭 and 口腔ケア using まず・つぎに・さいごに and 〜ていきます.

Next time: Next time, we will learn how to assist with 排泄 (toileting) — the steps, the phrases to use with residents, and how to protect their dignity.

Unit 7 · 第7課 — 排泄の介助

UNIT 7 · 第7課 — 排泄の介助

排泄の介助

By the end of this lesson you can: You can assist a resident with toileting or changing an incontinence pad while protecting their dignity, and you can use soft, considerate 声かけ (verbal prompts) such as 「〜ますね」.

WARM-UP

Think of a time you had to help someone with something very private. How did you make them feel comfortable? What words would you use in Japanese to be polite and respectful?
Model answer: 「トイレにご案内しますね。ゆっくりで大丈夫ですよ。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
排泄	excretion, toileting (urination and defecation)	排泄の介助は、利用者の尊厳を守ることが大切です。 When assisting with toileting, it is important to protect the resident's dignity.
トイレ	toilet, restroom	トイレの場所を案内しますね。 I'll show you where the toilet is.
おむつ	diaper, incontinence pad	おむつを交換する前に、声をかけましょう。 Let's speak to the resident before changing their diaper.
おむつ交換	changing a diaper/pad	おむつ交換のときは、カーテンを閉めてプライバシーを守ります。 When changing a diaper, we close the curtain to protect privacy.
尿	urine	尿の量と色を記録します。 We record the amount and color of urine.
便	feces, stool	便の状態も観察して、看護師に報告します。 We also observe the condition of the stool and report to the nurse.
プライバシー	privacy	プライバシーに配慮して、個室やカーテンを使います。 We consider privacy by using a private room or curtain.

羞恥心	sense of shame, embarrassment	利用者の羞恥心に寄り添う声かけが大切です。 It is important to speak in a way that is sensitive to the resident's embarrassment.
声かけ	calling out, verbal prompting	声かけは、優しい口調で行いましょう。 Let's do verbal prompting in a gentle tone.
カーテン	curtain (privacy curtain)	カーテンを閉めて、外から見えないようにします。 We close the curtain so that it cannot be seen from outside.

GRAMMAR: 配慮・尊厳のための遠回しな表現と「〜ますね」の声かけ

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：Aさん、トイレにご案内しますね。 利用者：はい、お願いします。 介護職員：カーテンを閉めますね。ゆっくりで大丈夫ですよ。 利用者：すみません、ちょっと恥ずかしいです。 介護職員：大丈夫ですよ。おむつを交換しますね。 利用者：ありがとう。 介護職員：終わりましたら、お知らせしますね。

What do you notice? Look at the caregiver's phrases ending in 「〜ますね」. What effect do they have? How do they make the resident feel?

The pattern: The pattern is [verb in ます-form] + ね. It softens the statement, shows consideration, and invites the resident's agreement or participation, rather than giving an order.

Pattern: [verb ます-form] + ね (e.g., しますね、交換しますね、閉めますね). This is a polite way to announce what you are about to do, while showing care for the resident's feelings. It sounds softer than a plain 「〜ます」 and gives the resident a chance to respond. #1 mistake: using a direct command like 「トイレに行ってください」 or 「おむつを替えます」 without ね; it can sound abrupt and embarrassing.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English, we often say 'I'm going to help you to the toilet now, okay?' The Japanese 「〜ますね」 works like the 'okay?' — it seeks gentle agreement and shows respect.

トイレにご案内しますね。	I'll show you to the toilet, okay?
おむつを交換しますね。	I'll change your diaper now, okay?
カーテンを閉めますね。	I'll close the curtain, okay?
ゆっくりで大丈夫ですよ。	Take your time, it's fine.
終わりましたら、お知らせしますね。	I'll let you know when we're finished, okay?

痛かったら、言ってくださいね。	If it hurts, please tell me, okay?

USEFUL PHRASES

トイレにご案内しますね。	When you are about to take the resident to the toilet.
おむつを交換しますね。	Before changing the resident's diaper or pad.
カーテンを閉めますね。	When you close the privacy curtain.
ゆっくりで大丈夫ですよ。	To reassure the resident to take their time.
恥ずかしい思いをさせてしまい、すみません。	To apologize for causing embarrassment, showing respect.
終わりましたら、お知らせしますね。	To tell the resident you will inform them when finished.
痛かったら、言ってくださいね。	To ask the resident to tell you if it hurts.

PRACTICE

1. Which is the most appropriate 声かけ before changing a diaper?

A. おむつを替えます。
B. おむつを交換しますか。
C. おむつを交換しなさい。
D. おむつを交換しますね。

√ Answer: おむつを交換しますね。

「～ますね」 adds consideration and seeks gentle agreement. The plain form is too direct, the imperative is rude, and the question is not suitable here.

2. トイレにご案内___。

√ Answer: しますね

Use 「～ますね」 to soften the announcement and show care.

3. Put in order to make a considerate 声かけ:

カーテンを | 閉めますね | プライバシーの | ために

√ Answer: カーテンを閉めますねプライバシーのために

The sentence is 「カーテンを閉めますね。プライバシーのために。」 but the natural order is as shown: topic + verb + purpose.

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

おむつ交換	changing a diaper
羞恥心	sense of shame
声かけ	verbal prompting
プライバシー	privacy

These are key terms for respectful toileting assistance.

5. Which word means 'urine'?

A. 汗
B. 涙
C. 便
D. 尿

√ Answer: 尿

尿 (にょう) means urine. 便 (べん) means stool.

6. 痛かったら、___ね。

√ Answer: 言ってください

「言ってくださいね」 is a gentle request: 'please tell me, okay?'

SPEAKING TASK

You are a care worker. A resident needs help with toileting and changing their pad. Use considerate 声かけ with 「〜ますね」 and protect their privacy. Record your response.
Situation: 利用者：トイレに行きたいのですが…。 あなた：はい、トイレにご案内しますね。カーテンを閉めますね。ゆっくりで大丈夫ですよ。 利用者：おむつも替えてもらえますか？ あなた：はい、おむつを交換しますね。痛かったら、言ってくださいね。

トイレにご案内しますね。 | カーテンを閉めますね。 | おむつを交換しますね。
ゆっくりで大丈夫ですよ。 | 痛かったら、言ってくださいね。

WRAP-UP

You can now assist with toileting and pad changes while protecting dignity, using soft 声かけ with 「〜ますね」.
Next time: Next lesson: '排泄の記録' — you will learn how to record urine and stool observations accurately and report them to the nurse.

UNIT 7 · 第7課 — 排泄の介助

排泄の記録

By the end of this lesson you can: You can write objective, factual records of a resident's bowel and bladder status (amount, frequency, consistency, incontinence) using noun-centred note style with ～あり／～なし.

WARM-UP

Look at this care-record line from a Japanese facility. What information is written, and what is left out? Why do you think it is written this way?

Model answer: 14時 トイレ介助。尿量 中等量、性状 淡黄色、便 なし。失禁 なし。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
量（りょう）	amount (of urine or stool)	尿の量は中等量でした。 The amount of urine was moderate.
回数（かいすう）	number of times, frequency	今日の排便の回数は二回です。 The number of bowel movements today is two.
性状（せいじょう）	consistency / character (of stool or urine)	便の性状は軟らかいです。 The consistency of the stool is soft.
便秘（べんぴ）	constipation	利用者さんは便秘ぎみです。 The resident is slightly constipated.
下痢（げり）	diarrhoea	昨日から下痢があります。 There has been diarrhoea since yesterday.
失禁（しっきん）	incontinence	夜間の失禁がありました。 There was incontinence during the night.
記録（きろく）	record (noun); to record	排泄の記録を書きます。 I write the excretion record.
観察（かんさつ）	observation; to observe	排泄物をよく観察します。 Observe the excrement carefully.
報告（ほうこく）	report (to a senior); to report	下痢が続くので看護師に報告します。 Because diarrhoea continues, I report it to the nurse.
確認（かくにん）	confirmation; to confirm/check	記録を書いたら、もう一度確認します。 After writing the record, I check it once more.

GRAMMAR: 客観的な記録の書き方（名詞中心・「〜あり／〜なし」）

READ AND NOTICE

A: 田中さんの今日の排泄、どうでしたか。 B: 朝、トイレで尿がありました。量は中等量、性状は淡黄色です。 A: 便はありましたか。 B: いいえ、便はなしです。でも、昼食後に軟便が一回ありました。 A: 失禁は。 B: 失禁なし。下痢なし。腹部の張りはあり。 A: じゃあ、そのまま記録に書いて、看護師に報告してください。

What do you notice? Look at the words あり / なし and the short noun phrases (尿, 中等量, 淡黄色, 軟便一回). What is different from normal polite conversation? What is left out?

The pattern: Care records use short noun-centred phrases and the fixed pair 〜あり／〜なし instead of full polite sentences. Verbs like です／ます and particles are often dropped. The style is objective: facts only, no feelings or guesses.

PATTERN: [Time] + [Place/action] + [Noun] + あり／なし。 Records are written in short noun phrases. Use 〜がありました in speech, but in writing use 〜あり／〜なし. Say what you saw, not what you feel. Do not write たぶん (maybe) or かわいそう (poor thing). #1 mistake: writing a long polite sentence like 「尿がたくさん出ました」 in the record. Keep it short and factual: 「尿 多量 あり」.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English records often use full sentences with subjects ('She had a small amount of urine'). Japanese records drop the subject and use noun + あり／なし, e.g. 「尿 少量 あり」. Also, あり／なし is a fixed written pair; do not mix it with です／ます in the same line.

14時 トイレ介助。尿 中等量 あり。性状 淡黄色。	14:00 toilet assistance. Urine: moderate amount present. Colour: pale yellow.
便 なし。失禁 なし。	Stool: none. Incontinence: none.
昼食後、軟便 一回 あり。	After lunch, one soft stool.
夜間、失禁 あり。尿 少量。	At night, incontinence present. Urine: small amount.
下痢 あり。回数 三回。看護師に報告済み。	Diarrhoea present. Frequency: three times. Already reported to nurse.
便秘 あり。三日間 排便 なし。	Constipation present. No bowel movement for three days.
腹部の張り あり。本人は腹痛 なしと話す。	Abdominal bloating present. Resident says no abdominal pain.

USEFUL PHRASES

〜時、トイレ介助。尿 〜量 あり。	Starting a toilet-assistance record line with time, action and urine amount.
便 なし。失禁 なし。	Recording that there was no stool and no incontinence.
性状 〜。色 〜。	Describing consistency and colour objectively.
〜回 あり。	Stating frequency (e.g. 軟便 一回 あり).
看護師に報告済み。	Showing that you have already reported an abnormality.
本人は〜と話す。	Quoting the resident's own words without adding your interpretation.
つぎの勤務者へ申し送りします。	Saying you will hand over the information to the next shift.

PRACTICE

1. Which line is the most appropriate for a care record?

A. たぶん尿が多かったと思います。

B. 尿がたくさん出て、本人はすっきりしたようです。

C. 尿 多量 あり。かわいそうでした。

D. 尿 多量 あり。本人はすっきりしたと話す。

√ Answer: 尿 多量 あり。本人はすっきりしたと話す。

Records use short noun phrases and あり／なし. Feelings (かわいそう) and guesses (たぶん) are not written.

2. 16時 トイレ介助。尿 中等量 ___。便 なし。

√ Answer: あり

Use あり for 'present' in the written record style.

3. Put the record line in the correct order:

軟便 | 一回 | あり | 昼食後

√ Answer: 昼食後軟便一回あり

Time/context first (昼食後), then noun + frequency + あり: 昼食後 軟便 一回 あり。

4. Match the term with its meaning:

性状	consistency / character
失禁	incontinence
便秘	constipation
下痢	diarrhoea

These are core excretion terms used in records and handovers.

5. You observed diarrhoea three times. Which record is correct and safe?

A. 下痢 三回 あり。たぶん食べすぎです。

B. 下痢 三回 あり。看護師に報告済み。

C. 下痢 三回 あり。明日まで様子を見ます。

D. 下痢 三回 あり。かわいそうなので薬をあげました。

√ Answer: 下痢 三回 あり。看護師に報告済み。

Record facts and report to the nurse. Caregivers must not decide medication or give drugs; guessing causes is not objective.

6. 夜間、失禁 ___。尿 少量。

√ Answer: あり

Use あり to state that incontinence occurred.

SPEAKING TASK

Compose your own care-record line out loud, sentence by sentence, with your tutor's help. Say the time, the action, urine amount and colour, stool, incontinence, and whether you reported it. Then read it back as a handover to the next shift.

Situation: You helped a resident to the toilet at 10:00. Urine was a moderate amount, pale yellow. There was no stool. At 15:00 there was a small amount of incontinence. You reported it to the nurse.

10時 トイレ介助。尿 中等量 あり。性状 淡黄色。 | 便 なし。失禁 なし。

15時 失禁 あり。尿 少量。 | 看護師に報告済みです。 | つぎの勤務者へ申し送りします。

WRAP-UP

You can now write short, objective excretion records using noun phrases and ～あり／～なし, and report abnormalities correctly.

Next time: Next lesson: 移乗の介助 — safe transfer techniques and the Japanese phrases you need when moving a resident from bed to wheelchair.

Unit 8 · 第8課 — 移動・移乗の介助

UNIT 8 · 第8課 — 移動・移乗の介助

移乗の介助

By the end of this lesson you can: You can safely explain and carry out a transfer from bed to wheelchair in Japanese, using clear instructions with ～ましょう／～てください and adverbs like ゆっくり・しっかり.

WARM-UP

Think about a time you helped someone move from a bed to a chair. What did you say first? How did you make sure they felt safe?

Model answer: 「では、ゆっくり起きましょう。私が支えますから、安心してください。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
移乗（いじょう）	transfer (moving a person from one place to another, e.g., bed to wheelchair)	ベッドから車いすへの移乗は、二人で行います。 Transfer from bed to wheelchair is done by two people.
移動（いどう）	movement, moving (from one place to another)	車いすで食堂まで移動しましょう。 Let's move to the dining room by wheelchair.
ベッド	bed	ベッドの高さを調整してください。 Please adjust the height of the bed.
車いす（くるまいす）	wheelchair	車いすのブレーキをしっかりかけてください。 Please apply the wheelchair brakes firmly.
立つ（たつ）	to stand	ゆっくり立ってください。 Please stand up slowly.
座る（すわる）	to sit	椅子に深く座りましょう。 Let's sit deeply in the chair.
支える（ささえる）	to support, to hold	私が後ろから支えますから、安心してください。 I will support you from behind, so please don't worry.

ボディメカニクス	body mechanics (using the body safely to prevent strain)	ボディメカニクスを意識して、腰を守りましょう。 Let's be aware of body mechanics and protect our backs.
ゆっくり	slowly	ゆっくりで大丈夫ですよ。 It's okay to go slowly.
安全（あんぜん）	safety, safe	安全を確認してから移乗しましょう。 Let's check safety before transferring.

GRAMMAR: 動作の指示「〜ましょう／〜てください」と「ゆっくり・しっかり」

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：では、ベッドの端に座りましょう。ゆっくりで大丈夫ですよ。 利用者：はい。 介護職員：足をしっかり床につけてください。私が支えますから、安心してください。 利用者：わかりました。 介護職員：せーの、で立ちましょう。ゆっくり立ってくださいね。

What do you notice? Look at the underlined parts: 座りましょう, つけてください, 立ちましょう, 立ってください. Who is doing the action in each? What is the difference between 〜ましょう and 〜てください?

The pattern: 〜ましょう = 'let's do ~' (includes the speaker and the listener, or a gentle suggestion). 〜てください = 'please do ~' (asks the listener to do something). Both are used for instructions; 〜ましょう sounds softer and more cooperative.

Pattern: V-stem + ましょう (let's ~) / V-te + ください (please ~). Use ましょう to suggest doing something together or to guide gently. Use てください to ask the person to do a specific action. Add adverbs like ゆっくり (slowly) and しっかり (firmly, properly) before the verb to make the instruction clearer and safer. #1 mistake: using plain imperative (立て！) — it sounds rude and scary for 利用者.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English often uses direct imperatives like 'Stand up' or 'Sit down'. In Japanese care, direct commands sound harsh. Use 〜ましょう or 〜てください to keep a respectful, reassuring tone.

ゆっくり立ちましょう。	Let's stand up slowly.
足をしっかり床につけてください。	Please put your feet firmly on the floor.
私が支えますから、安心してください。	I will support you, so please don't worry.

座ってください。	Please sit down.
座りましょう。	Let's sit down.
ゆっくりで大丈夫ですよ。	It's okay to go slowly.
もう少し前に座ってください。	Please sit a little more forward.
一緒に立ちましょう。	Let's stand up together.

USEFUL PHRASES

では、ベッドの端に座りましょう。	To start the transfer by asking the person to sit on the edge of the bed.
足をしっかり床につけてください。	To make sure the feet are firmly on the floor before standing.
私が支えますから、安心してください。	To reassure the person that you are supporting them.
せーの、で立ちましょう。	To coordinate the timing of standing together.
ゆっくりで大丈夫ですよ。	To tell the person it's okay to take their time.
車いすのブレーキをしっかりかけてください。	To remind to apply the wheelchair brakes firmly.
ボディメカニクスを意識して、腰を守りましょう。	To remind colleagues to use good body mechanics.

PRACTICE

1. 介護職員が利用者に指示するとき、一番適切な言い方はどれですか。

A. 立つか？

B. 立つ。

C. 立て！

D. 立ってください。

√ Answer: 立ってください。

～てください is the polite way to ask someone to do something. Plain imperative (立て) is rude.

2. 足をしっかり床に___ください。

√ Answer: つけて

The verb つける (to put/attach) in て-form + ください = 'please put/attach'.

3. Put in order to make a correct instruction:

ゆっくり | 立ちましょう | 。

√ Answer: ゆっくり立ちましょう。

Adverb ゆっくり comes before the verb 立ちましょう.

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

移乗	transfer
車いす	wheelchair
支える	to support
ボディメカニクス	body mechanics

These are key vocabulary for safe transfer.

5. 「私が支えますから、安心してください。」の意味はどれですか。

A. I am worried.

B. Please sit down.

C. Please support me.

D. I will support you, so please don't worry.

√ Answer: I will support you, so please don't worry.

支えます = I will support; 安心してください = please don't worry.

6. 車いすのブレーキをしっかり___ください。

√ Answer: かけて

ブレーキをかける = to apply the brakes. て-form + ください = please apply.

SPEAKING TASK

With a partner, role-play a transfer from bed to wheelchair. One person is the caregiver, the other is the 利用者. Use at least three phrases from the Redemittel. Then switch roles.

Situation: 利用者：ベッドに座っている。介護職員：移乗を始める。

では、ベッドの端に座りましょう。 | 足をしっかり床につけてください。

私が支えますから、安心してください。 | せーの、で立ちましょう。

ゆっくりで大丈夫ですよ。

WRAP-UP

You can now safely explain and guide a bed-to-wheelchair transfer using ～ましょう／～てください and adverbs like ゆっくり・しっかり.

Next time: Next time, we'll practice walking assistance and moving around the facility safely.

UNIT 8 · 第8課 — 移動・移乗の介助

歩行と移動の介助

By the end of this lesson you can: You can help a resident walk or move safely, and prevent falls by giving clear warnings and staying close to support them.

WARM-UP

Think of a time you helped an older person walk. What did you say to them? What did you do with your body?

Model answer: 「ゆっくり行きましょう。手すりを持ってください。後ろで支えますから、安心してください。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
歩行（ほこう）	walking; gait	歩行の介助では、利用者のペースに合わせることが大切です。 When assisting with walking, it is important to match the resident's pace.
杖（つえ）	cane; walking stick	杖を使っている方は、杖を忘れないように声をかけましょう。 For people who use a cane, let's remind them not to forget it.
手すり（てすり）	handrail; grab bar	廊下の手すりを持って、ゆっくり歩いてください。 Please hold the handrail in the corridor and walk slowly.
歩行器（ほこうき）	walker; walking frame	歩行器は、体の前に置いて一歩ずつ進みます。 With a walker, you place it in front of your body and move one step at a time.
転倒（てんとう）	fall; falling down	転倒を防ぐために、床に物を置かないようにしましょう。 To prevent falls, let's not leave things on the floor.
ふらつく	to feel dizzy; to stagger; to be unsteady	「ふらつきますか。少し休みましょうか。」 "Do you feel unsteady? Shall we rest a little?"
支える（ささえる）	to support; to hold up	利用者の体を後ろから支えて、歩行を助けます。 Support the resident's body from behind to help them walk.

見守る（みまもる）	to watch over; to keep an eye on	歩ける方でも、少し離れて見守ることが必要です。 Even for those who can walk, it is necessary to watch over them from a short distance.
気をつける（きをつける）	to be careful; to pay attention	「足元に気をつけてくださいね。」 "Please be careful of your feet."
ゆっくり	slowly; at ease	「ゆっくりで大丈夫ですよ。急がなくていいですから。」 "It's okay to go slowly. You don't need to hurry."

GRAMMAR: 注意喚起「〜てください／〜ないように」

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：Aさん、トイレまで歩きましょうか。 利用者A：はい、お願いします。 介護職員：じゃあ、手すりを持ってください。ゆっくり歩いてくださいね。 利用者A：足が少しふらつきます。 介護職員：大丈夫ですよ。後ろで支えますから、転ばないように気をつけてください。 利用者A：ありがとうございます。 介護職員：あそこに段差があります。つまずかないように、足元を見てくださいね。

What do you notice? Look at the underlined parts: 持ってください, 歩いてください, 転ばないように, つまずかないように. What is the caregiver trying to do with these forms?

The pattern: The caregiver is giving instructions and warnings: 'please do X' (〜てください) and 'so that you don't do Y / be careful not to Y' (〜ないように).

Pattern: 〜てください = please do ~. 〜ないように（気をつけて）ください = please be careful not to ~ / so that ~ doesn't happen. Use 〜てください for a direct, polite instruction (hold the handrail, walk slowly). Use 〜ないように for a warning about something bad (fall, trip, slip). You can add 気をつけてください to make it softer. #1 mistake: using 〜ないでください for a general warning. 転ばないでください sounds like 'please don't fall (right now)' and can sound blaming. 転ばないように気をつけてください is the natural caregiving warning.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English often uses 'Be careful!' alone. Japanese warnings usually name the action: 足元に気をつけてください, 転ばないように気をつけてください. The 〜ように part means 'so that ~ doesn't happen'.

手すりをしっかり持ってください。	Please hold the handrail firmly.
ゆっくり歩いてください。	Please walk slowly.
転ばないように気をつけてください。	Please be careful not to fall.

段差でつまずかないように、足元を見てください。	Please look at your feet so you don't trip on the step.
無理に一人で歩かないようにしてください。	Please try not to walk alone if it's too hard.
ふらついたら、すぐに教えてください。	If you feel unsteady, please tell me right away.
杖を忘れないように気をつけてください。	Please be careful not to forget your cane.

USEFUL PHRASES

手すりを持って、ゆっくり歩いてください。	When starting a walk with a resident who can use a handrail.
後ろで支えますから、安心してください。	To reassure the resident that you are supporting them from behind.
転ばないように気をつけてくださいね。	A gentle fall-prevention warning before or during walking.
足元に気をつけてください。段差があります。	Warning about a step or uneven floor.
ふらつきますか。少し休みましょうか。	Checking if the resident feels unsteady and offering a rest.
見守っていますから、自分のペースで歩いてください。	When the resident can walk but needs supervision.
歩行器を前に置いて、一歩ずつ進みましょう。	Guiding a resident who uses a walker.
無理をしないようにしてくださいね。	General polite warning not to overdo it.

PRACTICE

1. 利用者が廊下を歩きます。介護職員として、最も自然な注意喚起はどれですか。

A. 転ばないでください。

B. 転ぶように気をつけてください。

C. 転ばないように気をつけてください。

D. 転ばないようにしてください。

√ Answer: 転ばないように気をつけてください。

〜ないように気をつけてください is the natural warning 'be careful not to fall'. 〜ないでください sounds like a direct command not to fall right now.

2. 「足元が暗いですから、つまずかない_____気をつけてください。」

√ Answer: ように

The pattern is ～ないように気をつけてください: 'be careful so that you don't trip'.

3. Put the words in order to make a polite walking instruction:

手すりを | 持って | ゆっくり | 歩いて | ください

√ Answer: 手すりを持ってゆっくり歩いてください

手すりを持って (hold the handrail) + ゆっくり歩いてください (please walk slowly).

4. Match the word with its meaning:

歩行器	walker
ふらつく	to feel unsteady
見守る	to watch over
転倒	fall

These are key words for safe walking assistance.

5. 利用者が「少しふらつきます」と言いました。介護職員の返事として適切なものはどれですか。

A. 「ふらついても、そのまま歩いてください。」

B. 「少し休みましょうか。私が支えますから、大丈夫ですよ。」

C. 「じゃあ、走りましょう。」

D. 「一人で歩いてください。」

√ Answer: 「少し休みましょうか。私が支えますから、大丈夫ですよ。」

When a resident feels unsteady, offer a rest and support. 支えます means 'I will support you'.

6. 「杖を忘れない_____、気をつけてくださいね。」

√ Answer: ように

Again the warning pattern ～ないように: 'be careful not to forget your cane'.

SPEAKING TASK

Roleplay with a partner. One person is the caregiver, the other is a resident who uses a walker and feels a little unsteady. The caregiver must: 1) greet and explain the plan, 2) give two ～てください instructions, 3) give one ～ないように warning, 4) offer a rest when the resident says ふらつきます. Then switch roles.

Situation: 利用者Bさんは歩行器を使ってトイレまで行きます。途中に段差があり、少しふらついています。介護職員として声をかけてください。

歩行器を前に置いて、一歩ずつ進みましょう。 | ゆっくり歩いてください。 | 段差でつまずかないように気をつけてください。 | ふらつきますか。少し休みましょうか。 | 後ろで支えますから、安心してください。

WRAP-UP

You can now guide a resident's walking and movement with clear ～てください instructions and ～ないように warnings, and respond safely when they feel unsteady. **Next time:** Next time: 着替えと整容 — helping residents change clothes and keep themselves tidy, with polite phrases for privacy and consent.

Unit 9 · 第9課 — 着替え・整容と褥瘡予防

UNIT 9 · 第9課 — 着替え・整容と褥瘡予防

着替えと整容

By the end of this lesson you can: You can explain and carry out help with dressing and grooming (着替え・整容) for older adults, using polite requests and clear step-by-step instructions.

WARM-UP

Think of a time you helped someone get dressed or tidy up. What did you say first? How did you make the person feel comfortable?

Model answer: 「では、上着から着替えましょう。袖に手を通していただけますか。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
着替え（きがえ）	changing clothes; a change of clothes	朝の着替えは、食事の前に済ませましょう。 Let's finish the morning change of clothes before breakfast.
整容（せいよう）	grooming; tidying one's appearance (hair, face, nails)	整容の時間に、髪をとかしてひげをそります。 During grooming time, we comb hair and shave beards.
服（ふく）	clothes; garment	この服はボタンが大きいので、自分で着やすいです。 These clothes have big buttons, so they are easy to put on by yourself.
ボタン	button	上から順番にボタンをとめましょう。 Let's fasten the buttons in order from the top.
ひげそり	shaving; a razor (electric or manual)	ひげそりの前に、タオルで顔を温めます。 Before shaving, we warm the face with a towel.
爪切り（つめきり）	nail clippers; cutting nails	爪切りは、入浴のあとで行うと切りやすいです。 Cutting nails is easier after a bath.
髪（かみ）	hair	髪が長い方は、後ろで結びましょう。 For people with long hair, let's tie it at the back.
鏡（かがみ）	mirror	整容のあと、鏡で顔を見ていただきます。 After grooming, we have the person look at their face in the mirror.

身だしなみ	personal appearance; being neat and tidy	身だしなみを整えると、気持ちも明るくなります。 When you tidy your appearance, your mood also brightens.
手伝う（てつだう）	to help; to assist	できるところは自分でやっていただき、難しいところを手伝います。 We have them do what they can themselves, and we help with the difficult parts.

GRAMMAR: 順序と依頼「〜しましょう／〜ていただけますか」

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：では、上着から着替えましょう。 利用者：はい。 介護職員：まず、右の袖に手を通していただけますか。 利用者：ああ、はい。 介護職員：ありがとうございます。次に、左の袖を通していただけますか。 利用者：ちょっと難しいです。 介護職員：では、私が持ちますね。ボタンは上から順番にとめましょう。 利用者：はい、できました。 介護職員：最後に、鏡で確認していただけますか。

What do you notice? Look at the underlined parts: 「着替えましょう」「とめましょう」 and 「通していただけますか」「確認していただけますか」. Who is doing the action in each? What is the difference in tone?

The pattern: 「〜ましょう」 invites the person to do something together or suggests the next step (we/let's). 「〜ていただけますか」 is a polite request asking the person to do something for you (could you please...?). Together they show the order of care: suggest the step, then ask politely for the person's action.

Pattern: V-stem + ましょう (let's / we'll...) vs. V-て + いただけますか (could you please...?). Use ましょう to guide the next step together: 「袖を通しましょう」. Use ていただけますか to ask the person politely to do something: 「手を上げていただけますか」. It is softer and more respectful than 「〜てください」. #1 mistake: using 「〜てください」 for everything. With 利用者, 「〜ていただけますか」 sounds more respectful and less like an order.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English 'let's' and 'could you' are similar, but Japanese ましょう often means 'I will guide this step with you', not only 'let's do it together'. ていただけますか is a request to the person, not a question about ability.

では、ズボンから着替えましょう。	Now, let's change the trousers first.
右手を上げていただけますか。	Could you raise your right hand, please?
ボタンは上から順番にとめましょう。	Let's fasten the buttons in order from the top.

ひげそりの前に、顔をぬらしていただけますか。	Before shaving, could you wet your face, please?
鏡で見ていただけますか。	Could you look in the mirror, please?
今日は袖を通さないで、ゆっくりしましょう。	Today let's not put your arms through the sleeves; let's take it slowly.
爪切りは、あとで一緒にしましょう。	Let's do the nail clipping together later.
髪を後ろで結んでいただけますか。	Could you tie your hair at the back, please?

USEFUL PHRASES

では、〜から着替えましょう。	To start the dressing step and show the order (e.g. from the jacket).
〜に手を通していただけますか。	Politely asking the person to put an arm through a sleeve.
手を上げていただけますか。	Asking the person to raise a hand or arm during dressing.
ボタンは上から順番にとめましょう。	Guiding the order of fastening buttons.
ひげそりの前に、顔をぬらしていただけますか。	Before shaving, asking the person to wet their face.
鏡で確認していただけますか。	Asking the person to check their appearance in the mirror.
できるところは自分でやっていただき、難しいところを手伝います。	Explaining how you will help: the person does what they can, you help with the rest.
身だしなみを整えましょう。	Inviting the person to tidy their appearance together.

PRACTICE

1. Which sentence is the most polite way to ask a 利用者 to raise their hand?

A. 手を上げていただけますか。

B. 手を上げてください。

C. 手を上げてもいいですか。

D. 手を上げましょう。

√ Answer: 手を上げていただけますか。

「〜ていただけますか」 is the polite request form. 「〜てください」 is a direct instruction, 「〜ましょう」 is 'let's', and 「〜てもいいですか」 asks for permission.

2. では、上着から着替え_____。（suggest the next step together）

√ Answer: ましょう

Use V-stem + ましょう to suggest the next step together: 「着替えましょう」.

3. Put the words in order to make a polite request:

袖に | 手を | 通して | いただけますか

√ Answer: 袖に手を通していただけますか

「袖に手を通していただけますか」 = Could you put your hand through the sleeve?

4. Match the Japanese word with its English meaning:

整容	grooming
爪切り	nail clippers / cutting nails
身だしなみ	personal appearance
ひげそり	shaving / razor

These are key grooming words used in daily care.

5. You want to guide the order of fastening buttons. Which is best?

A. ボタンはどこですか。

B. ボタンは上から順番にとめましょう。

C. ボタンをとめていただけますか。

D. ボタンをとめましょうか。

√ Answer: ボタンは上から順番にとめましょう。

「～ましょう」 guides the step and shows the order: fasten from the top.

6. 整容のあと、鏡で顔を見て_____。（polite request）

√ Answer: いただけますか

「見ていただけますか」 = Could you look (in the mirror)? Polite request form.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is the 介護職員, the other is a 利用者 who needs help with dressing and grooming. Explain each step in order using ましょう and ask politely with ていただけますか. Then switch roles.

Situation: 朝の着替えと整容の時間です。利用者は上着の着替えとひげそり、爪切りが必要です。声をかけながら、順番に介助してください。

では、上着から着替えましょう。 | 右の袖に手を通していただけますか。

ボタンは上から順番にとめましょう。 | ひげそりの前に、顔をぬらしていただけますか。

最後に、鏡で確認していただけますか。

WRAP-UP

You can now explain and carry out help with dressing and grooming, using ましょう for steps and ていただけますか for polite requests.

Next time: Next lesson: 体位変換と褥瘡予防 — how to change a person's position safely and prevent pressure ulcers (褥瘡).

UNIT 9 · 第9課 — 着替え・整容と褥瘡予防

体位変換と褥瘡予防

By the end of this lesson you can: You can explain and carry out 体位変換 (repositioning) and describe the care that prevents 褥瘡 (pressure injuries), using ～ために and ～おきに／定期的に.

WARM-UP

Think of a resident who stays in bed most of the day. Why is it important to change their position regularly, and how often do care workers usually do it?

Model answer: 同じ姿勢が長いと、皮膚に圧がかかって褥瘡になります。だから、2時間おきに体位変換をします。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
体位変換（たいいへんかん）	repositioning; changing a resident's body position (e.g. from back to side)	褥瘡を予防するために、2時間おきに体位変換を行います。 To prevent pressure injuries, we reposition every two hours.
褥瘡（じょくそう）	pressure injury / pressure ulcer (the medical term)	仙骨（せんこつ）に褥瘡ができていないか、毎日観察します。 We check every day whether a pressure injury has formed on the sacrum.
床ずれ（とこずれ）	bed sore (the everyday word for 褥瘡; families often use it)	ご家族には「床ずれ」と言うと、わかりやすいです。 It is easier for family members to understand if you say 'tokozure'.
クッション	cushion / positioning pad used to keep pressure off bony areas	膝（ひざ）の間にクッションを入れて、圧をやわらげます。 We put a cushion between the knees to reduce pressure.
圧（あつ）	pressure (physical pressure on the skin)	骨（ほね）が出ているところは、圧が強くなります。 Pressure is stronger where bone sticks out.
同じ姿勢（おなじしせい）	the same posture / staying in one position	同じ姿勢が長く続くと、皮膚が赤くなります。 If the same posture continues for a long time, the skin turns red.

皮膚（ひふ）	skin	お風呂のあとは、皮膚が乾燥しやすいので、保湿（ほしつ）します。 After a bath the skin dries easily, so we moisturise it.
赤み（あかみ）	redness (a red patch on the skin)	赤みが消えないときは、看護師に報告します。 When the redness does not go away, we report it to the nurse.
観察（かんさつ）	observation; carefully checking the resident's condition	体位変換のたびに、皮膚の状態を観察します。 We observe the skin condition each time we reposition.
予防（よぼう）	prevention	褥瘡の予防には、体位変換と保湿（ほしつ）が大切です。 For pressure injury prevention, repositioning and moisturising are important.

GRAMMAR: 目的の「〜ために」と頻度「〜おきに／定期的に」

> **READ AND NOTICE**
> 先輩：田中さん、今日の入浴（にゅうよく）のあと、何をしますか。 田中：褥瘡を予防するために、皮膚をよく観察します。それから、乾燥（かんそう）を防ぐ（ふせぐ）ために、保湿（ほしつ）クリームを塗ります（ぬります）。 先輩：そうですね。体位変換はどうしますか。 田中：2時間おきに体位変換をします。同じ姿勢が長くならないために、クッションも使います。 先輩：夜間（やかん）も、定期的に体位変換をお願いしますね。

What do you notice? Look at the underlined parts: 予防するために, 防ぐために, 2時間おきに, 定期的に. What do the 〜ために phrases explain? And what do 〜おきに and 定期的に tell us?

The pattern: 〜ために explains the PURPOSE ('in order to / for the sake of'). 〜おきに and 定期的に explain FREQUENCY ('every ~ / at regular intervals').

PATTERN: [Purpose] ために、[Action]。 / [Number] + 時間/日 + おきに、[Action]。 / 定期的に、[Action]。 〜ために = 'in order to'. Put the purpose (a verb in dictionary form or a noun + の) before ために. Example: 褥瘡を予防するために = 'in order to prevent pressure injuries'. 〜おきに = 'every ~ (interval)'. Put a number + counter before おきに. Example: 2時間おきに = 'every two hours'. 定期的に = 'regularly / at fixed intervals'. It is an adverb, so it goes before the verb. #1 mistake: do not use 〜ために for a cause ('because'). For 'because', use 〜から／〜ので. Also, 〜おきに needs a number: 2時間おきに, not 2時間におき.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English 'every two hours' puts 'every' first; Japanese puts the number first: 2時間おきに. And English 'for' can mean purpose or benefit, but Japanese ために is mainly purpose here — for a person's benefit we often use 〜のために with a noun (利用者のために).

褥瘡を予防するために、2時間おきに体位変換をします。	In order to prevent pressure injuries, we reposition every two hours.
皮膚を清潔（せいけつ）に保つ（たもつ）ために、入浴のあとで保湿します。	In order to keep the skin clean, we moisturise after bathing.
同じ姿勢が長くならないために、クッションを使います。	So that the same posture does not continue too long, we use cushions.
夜間も定期的に体位変換をします。	We also reposition regularly during the night.
赤みが消えないために、すぐ看護師に報告しました。	Because the redness did not go away, I reported it to the nurse right away. (Here ために is not purpose — use から／ので for cause.)
30分おきに、水分（すいぶん）を飲んでいただきます。	We ask the resident to drink water every 30 minutes.
体位変換のたびに、皮膚の赤みを観察しますか。	Do you check the skin redness every time you reposition?
褥瘡を予防するために、体位変換をしないでください。	Please do not skip repositioning if you want to prevent pressure injuries. (Negative request with purpose.)

USEFUL PHRASES

褥瘡を予防するために、2時間おきに体位変換をします。	Explaining the purpose and frequency of repositioning to a colleague or family.
同じ姿勢が長くならないために、クッションを使います。	Explaining why you use a cushion.
皮膚の赤みが消えないときは、看護師に報告します。	Telling a colleague what to do when redness does not fade.
体位変換のたびに、皮膚の状態を観察します。	Describing your observation routine.

夜間も定期的に体位変換をお願いします。	Politely asking a colleague to reposition during the night.
ご家族に「床ずれ」と説明すると、わかりやすいです。	Advice on how to explain 褥瘡 to family members in plain words.
保湿（ほしつ）のために、クリームを塗ります。	Explaining skin care after bathing.

PRACTICE

1. 褥瘡を（　　）ために、2時間おきに体位変換をします。

A. 予防します
B. 予防して
C. 予防する
D. 予防した

√ Answer: 予防する

Before ために for purpose, use the dictionary form of the verb: 予防するために.

2. 同じ姿勢が長くならない（　　）、クッションを使います。

√ Answer: ために

〜ために expresses purpose: 'so that the same posture does not continue'.

3. Put the words in order to make a correct sentence:

皮膚 | を | 観察 | する | ために | 、 | 体位変換 | の | たび | に | 行います

√ Answer: 皮膚を観察するために、体位変換のたびに行います

Correct order: 皮膚を観察するために、体位変換のたびに行います。 ('In order to observe the skin, we do it each time we reposition.')

4. Match the Japanese term with its English meaning:

褥瘡	pressure injury
体位変換	repositioning
赤み	redness
予防	prevention

These are core terms for skin care and pressure injury prevention.

5. 「2時間おきに」の意味はどれですか。

A. Two hours ago

B. After two hours only once

C. For two hours

D. Every two hours

√ Answer: Every two hours

Number + counter + おきに means 'every ~ interval'.

6. 夜間も（　　）に体位変換をします。

√ Answer: 定期

定期的に = 'regularly / at fixed intervals'. It is an adverb before the verb.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is a new care worker, the other is a senior. Explain your repositioning and skin-care plan for a resident who cannot move easily. Use ～ために and ～おきに／定期的に at least three times.

Situation: You are handing over to a senior colleague about a resident who stays in bed most of the day. Explain: why you reposition, how often, what you use (cushions), and what you do if you see redness.

褥瘡を予防するために、2時間おきに体位変換をします。

同じ姿勢が長くならないために、クッションを使います。

皮膚の赤みが消えないときは、看護師に報告します。

夜間も定期的に体位変換をお願いします。

WRAP-UP

You can now explain and carry out repositioning and pressure injury prevention using ～ために (purpose) and ～おきに／定期的に (frequency).

Next time: Next lesson: 睡眠と安楽 — we will talk about helping residents sleep well and stay comfortable, using polite phrases for rest and relaxation.

Unit 10 · 第10課 — 睡眠・安楽とレクリエーション

UNIT 10 · 第10課 — 睡眠・安楽とレクリエーション

睡眠と安楽

By the end of this lesson you can: You can support a resident's sleep and comfort, and adjust the environment using soft suggestions like ～ましょうか and ～はいかがですか.

WARM-UP

Think of a time you helped someone rest better. What did you say or do?

Model answer: 「電気を消しましょうか。」「室温はこれでいいですか。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
睡眠（すいみん）	sleep (noun)	利用者さんの睡眠をしっかり見守ります。 I carefully watch over the resident's sleep.
休む（やすむ）	to rest; to take a break	少し休みましょうか。 Shall we rest a little?
安楽（あんらく）	comfort; ease (physical and mental)	安楽な姿勢になるように、クッションを入れます。 I put a cushion so the resident can be in a comfortable position.
環境（かんきょう）	environment; surroundings	部屋の環境を整えて、静かにします。 I adjust the room environment and make it quiet.
明かり（あかり）	light; lamp	明かりを少し暗くしましょうか。 Shall we dim the light a little?
室温（しつおん）	room temperature	室温は暑くないですか。 Isn't the room temperature hot?
静か（しずか）	quiet; calm	夜は静かにして、眠りやすくします。 At night we keep it quiet so it's easier to sleep.
安心（あんしん）	relief; peace of mind	「大丈夫ですよ」と声をかけて、安心してもらいます。 I say 'It's okay' and help them feel at ease.
見守り（みまもり）	watching over; monitoring (without interfering)	眠っている間は、見守りを続けます。 While they sleep, I keep watching over them.

声かけ（こえかけ）	calling out; speaking to someone	優しい声かけをしてから、カーテンを閉めます。 I speak gently first, then close the curtains.

GRAMMAR: SOFT SUGGESTIONS: 〜ましょうか / 〜はいかがですか

READ AND NOTICE

介護職員：電気を消しましょうか。 利用者：はい、お願いします。 介護職員：室温はこれでいいですか。もう少し暖かくしましょうか。 利用者：そうですね。お願いします。 介護職員：クッションはいかがですか。 利用者：はい、楽になります。 介護職員：何かあったら、呼んでくださいね。見守りに来ますから。

What do you notice? Look at the underlined parts: 消しましょうか, 暖かくしましょうか, いかがですか. Who is doing the action? Is the caregiver forcing or offering?

The pattern: The caregiver offers to do something for the resident (ましょうか) or asks if the resident wants something (いかがですか). It is a polite offer, not an order.

Pattern: [verb stem] + ましょうか = 'Shall I ...?' / [noun] + は + いかがですか = 'How about ...?' Use 〜ましょうか when you offer to do an action for the resident. Use 〜はいかがですか when you offer a thing or ask if something is okay. Both are soft and polite. #1 mistake: using 〜ましょう (without か) sounds like you decided for the resident. Always add か to ask.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'Do you want me to...?' or 'Would you like...?'. Japanese uses ましょうか for actions you will do, and いかがですか for things you offer. Do not translate 'Do you want to...?' directly with たいですか to residents; it can sound blunt.

カーテンを閉めましょうか。	Shall I close the curtains?
明かりを暗くしましょうか。	Shall I dim the light?
室温を上げましょうか。	Shall I raise the room temperature?
お水はいかがですか。	How about some water?
追加のクッションはいかがですか。	How about an extra cushion?
今は声をかけないで、見守りだけにしましょうか。	Shall we just watch over them now without calling out?
静かにしましょうか。	Shall we keep it quiet?
少し休みましょうか。	Shall we rest a little?

USEFUL PHRASES

電気を消しましょうか。	Offering to turn off the light before sleep.
明かりを少し暗くしましょうか。	Offering to dim the light.
室温はこれでいいですか。	Checking if the room temperature is okay.
もう少し暖かくしましょうか。	Offering to make the room warmer.
クッションはいかがですか。	Offering a cushion for comfort.
静かにしましょうか。	Suggesting to keep the room quiet.
何かあったら、呼んでくださいね。	Telling the resident to call if anything happens.
見守りに来ますから、安心してください。	Reassuring the resident that you will check on them.

PRACTICE

1. You want to offer to turn off the TV so the resident can sleep. What do you say?

A. テレビを消しましょうか。
B. テレビを消してください。
C. テレビを消してもいいですか。
D. テレビを消します。

√ Answer: テレビを消しましょうか。

ましょうか is a soft offer to do something for the resident. 消します is a plain statement; 消してください is an order; 消してもいいですか asks permission for yourself.

2. 室温が暑いですね。少し___か。 (offer to lower it)

√ Answer: 下げましょう

Use verb stem + ましょうか to offer an action: 下げましょうか = 'Shall I lower it?'

3. Put in order to make a polite offer:

クッション | は | いかが | ですか

√ Answer: クッションはいかがですか

Noun + は + いかがですか = 'How about [noun]?'

4. Match the Japanese phrase with its meaning:

明かりを暗くしましょうか。	Shall I dim the light?
静かにしましょうか。	Shall we keep it quiet?
お水はいかがですか。	How about some water?
見守りに来ますから。	I will come to check on you, so...

These are common soft offers and reassurances in nightly care.

5. Which is the #1 mistake when making a soft suggestion?

A. Using ましょうか with か.
B. Using ましょう without か.
C. Using くださいね for reassurance.
D. Using いかがですか for things.

✓ Answer: Using ましょう without か.

ましょう without か sounds like you have decided for the resident. Add か to ask.

6. 夜は静かにして、利用者さんが___やすくします。 (sleep well)

✓ Answer: 眠り

眠りやすい = 'easy to sleep'. 睡眠 is the noun 'sleep'; here we use the verb stem 眠り + やすい.

SPEAKING TASK

Roleplay: It is 21:00. You are helping a resident get ready for sleep. Offer two soft suggestions using ～ましょうか and one using ～はいかがですか. Then reassure them with 見守り and 安心.

Situation: Resident: 「ちょっと明るいですね。それに、少し寒いです。」 You are the caregiver.

明かりを暗くしましょうか。 | 室温を上げましょうか。 | 追加の毛布はいかがですか。 | 見守りに来ますから、安心してください。

WRAP-UP

You can now support sleep and comfort by adjusting light, temperature, and noise, and by making soft offers with ～ましょうか and ～はいかがですか.

Next time: Next time: レクリエーションと自立支援 — we will look at how to invite residents to activities and support their independence.

UNIT 10 · 第10課 — 睡眠・安楽とレクリエーション

レクリエーションと自立支援

By the end of this lesson you can: You can support a resident's independence during recreation by encouraging them to try things themselves or together with you, using phrases like 「ご自分で〜てみましょう」 and 「一緒に〜ましょう」.

WARM-UP

Think of a time you helped someone do something without doing it for them. How did you encourage them?

Model answer: 「ご自分でやってみましょう。ゆっくりで大丈夫ですよ。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
レクリエーション	recreation; planned fun activity (often group activity in care)	午後はレクリエーションで折り紙をします。 In the afternoon, we will do origami as a recreation activity.
自立支援	support for independence; helping someone do what they can themselves	自立支援では、できることはご自分でやっていただきます。 In independence support, residents do what they can by themselves.
できること	what one can do; abilities	その方のできることを見つけて、一緒にやりましょう。 Let's find what the person can do and do it together.
一緒に	together	一緒に歌いましょうか。 Shall we sing together?
楽しむ	to enjoy	レクリエーションを楽しむことが大切です。 It is important to enjoy the recreation.
参加	participation; to participate	レクリエーションに参加してみませんか。 Would you like to participate in the recreation?

見守る	to watch over; to keep an eye on without interfering	危なくないように、後ろから見守りましょう。 Let's watch from behind so it's not dangerous.
ほめる	to praise	できたら、たくさんほめましょう。 When they can do it, let's praise them a lot.
励ます	to encourage	「大丈夫ですよ」と励ましてください。 Please encourage them by saying 'It's okay.'
やってみる	to try doing	まずはご自分でやってみましょう。 First, let's try doing it yourself.

GRAMMAR: 励ましと自立支援「ご自分で〜てみましょう／一緒に〜ましょう」

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：山田さん、今日のレクリエーションは塗り絵ですよ。 利用者：私、絵は苦手で…。 介護職員：大丈夫ですよ。ご自分で好きな色を選んでみましょう。 利用者：この色でいいですか。 介護職員：いいですね。じゃあ、一緒に塗りましょうか。 利用者：はい、やってみます。 介護職員：ゆっくりで大丈夫ですよ。見守っていますね。

What do you notice? Look at the underlined phrases 「選んでみましょう」 and 「一緒に塗りましょうか」. Who is doing the action? What is the caregiver suggesting?

The pattern: The caregiver suggests that the resident try something themselves (〜てみましょう) or that they do it together (一緒に〜ましょう). These are encouraging suggestions, not commands.

Pattern: [ご自分で] + Verb-て form + みましょう = 'Let's try doing it yourself.' / 一緒に + Verb-masu stem + ましょう = 'Let's do it together.' Use these to encourage independence without forcing. Add か for a polite question (〜ましょうか). The #1 mistake: using 〜てください (command) instead of 〜てみましょう (gentle suggestion).

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English, we often say 'Try it yourself' as a direct command. In Japanese care, 〜てみましょう softens it into a shared suggestion, which respects the resident's pace and choice.

ご自分でスプーンを持ってみましょう。	Let's try holding the spoon yourself.
一緒に体操しましょう。	Let's do exercises together.

ご自分で着替えてみましょうか。	Shall we try changing clothes by yourself?
無理にしなくてもいいですよ。一緒にゆっくりやりましょう。	You don't have to force yourself. Let's do it slowly together.
できたら、一緒に喜びましょう。	When they can do it, let's be happy together.
ご自分でやってみましょう。見守っていますから。	Let's try it yourself. I'll be watching over you.

USEFUL PHRASES

ご自分で〜てみましょう。	Encourage a resident to try something on their own.
一緒に〜ましょうか。	Offer to do something together, politely.
ゆっくりで大丈夫ですよ。	Reassure the resident that they can take their time.
見守っていますね。	Let them know you are watching over them safely.
できたら、すごいですね。	Praise them when they succeed.
やってみますか。	Ask if they want to try.
無理しなくてもいいですよ。	Tell them it's okay not to push themselves.

PRACTICE

1. あなたは利用者に「自分でやってみてください」と伝えたい。やさしい言い方はどれですか。

A. ご自分でやってもいいです。
B. ご自分でやってみましょう。
C. ご自分でやれ。
D. ご自分でやってください。

√ Answer: ご自分でやってみましょう。

「〜てみましょう」 is a gentle suggestion that encourages independence. 「〜てください」 is more direct.

2. 一緒に歌い___か。

√ Answer: ましょう

「一緒に〜ましょうか」 is a polite offer to do something together.

3. Put in order to make a sentence: 'Let's try choosing the color yourself.'

ご自分で | 色を | 選んで | みましょう

√ Answer: ご自分で色を選んでみましょう

The pattern is ご自分で + object + Verb-て + みましょう.

4. Match the Japanese phrase with its meaning.

見守る	to watch over
ほめる	to praise
励ます	to encourage
参加	participation

These are key vocabulary for supporting independence.

5. 利用者が「私、できない」と言いました。介護職員として一番いい声かけはどれですか。

A. 無理しなくてもいいですよ。一緒にゆっくりやりましょう。

B. できないなら、やらなくていいです。

C. 早くやってください。

D. じゃあ、私がやりますね。

√ Answer: 無理しなくてもいいですよ。一緒にゆっくりやりましょう。

This response respects the resident's feelings and offers gentle support without forcing.

6. できたら、たくさん___ましょう。

√ Answer: ほめ

「ほめる」 means to praise. Use it to encourage residents.

SPEAKING TASK

You are a care worker at a day service. A resident is hesitant to join the afternoon recreation (folding origami). Encourage them to try, using the phrases you learned. Speak for about 1 minute.

Situation: 利用者：今日のレクリエーション、私はいいです…。 あなた：…（声かけをしてください）

ご自分で〜てみましょう　一緒に〜ましょうか　ゆっくりで大丈夫ですよ　見守っていますね

WRAP-UP

You can now encourage residents to try things themselves or together, using 「ご自分で〜てみましょう」 and 「一緒に〜ましょう」.

Next time: Next time: 認知症の理解と対応 — understanding dementia and how to respond calmly and safely.

Unit 11 · 第11課 — 認知症のケア

UNIT 11 · 第11課 — 認知症のケア

認知症の理解と対応

By the end of this lesson you can: You can respond calmly and kindly to a person with dementia, using short, simple Japanese and phrases that accept their feelings without denying them.

WARM-UP

Think of a time when someone was confused or upset. What did you say to help them feel safe? How might you say that in Japanese?

Model answer: 「大丈夫ですよ。一緒にゆっくりしましょう。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
認知症	dementia	認知症の利用者さんは、時々、時間や場所がわからなくなります。 A resident with dementia sometimes becomes confused about time or place.
物忘れ	forgetfulness, memory loss	年をとると、誰でも物忘れが多くなることがあります。 As people age, everyone can become more forgetful.
混乱	confusion	環境が変わると、利用者さんは混乱しやすいです。 When the environment changes, residents easily become confused.
不安	anxiety, unease	「ここはどこ？」と不安そうに聞くことがあります。 They sometimes ask anxiously, 'Where am I?'
見当識	orientation (awareness of time, place, person)	見当識が低下すると、今日が何日かわからなくなります。 When orientation declines, they may not know what day it is.
落ち着く	to calm down, to settle	声をかけたら、利用者さんは落ち着きました。 After I spoke to them, the resident calmed down.
安心	relief, peace of mind	「私がそばにいますから、安心してくださいね。」 'I'm right here, so please don't worry.'

繰り返す	to repeat	同じ質問を何度も繰り返すことがあります。 They may repeat the same question many times.
否定しない	not to deny, not to contradict	利用者さんの話を否定しないで、まず聞きましょう。 Let's not deny what the resident says; listen first.
寄り添う	to stay close to someone emotionally, to support	利用者さんの気持ちに寄り添うことが大切です。 It's important to stay close to the resident's feelings.

GRAMMAR: 否定せず受けとめる表現「そうですね／大丈夫ですよ」と短く簡単な文

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：利用者さん、こんにちは。今日はいい天気ですね。 利用者さん：ここはどこ？家に帰りたい。 介護職員：そうですね。家が恋しいですね。でも、大丈夫ですよ。一緒にここでゆっくりしましょう。 利用者さん：本当に？ 介護職員：はい、大丈夫ですよ。私がそばにいますから、安心してくださいね。 利用者さん：...そう。 介護職員：そうですね。少し休みましょうか。

What do you notice? Look at the caregiver's replies. What do they say first when the resident expresses worry? Do they say 'No, that's wrong'? What short phrases do they use?

The pattern: The caregiver does not deny the resident's feelings. They first accept with 「そうですね」, then reassure with 「大丈夫ですよ」 and give a short, simple instruction like 「一緒にゆっくりしましょう」. They use short sentences and a calm tone.

Pattern: [Accept] そうですね。 + [Reassure] 大丈夫ですよ。 + [Short action] ～しましょう。
When someone with dementia is confused or anxious, do not say 「違います」 or 「そんなことないです」. Instead, accept their feeling with 「そうですね」, then reassure with 「大丈夫ですよ」 or 「安心してください」. Keep sentences short and simple. Use a gentle voice. #1 mistake: Arguing with the person or correcting them directly. This increases anxiety. Accept first, then guide gently.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English, we often say 'No, you're wrong' or 'That's not true' to correct someone. In Japanese dementia care, direct denial is avoided. 「そうですね」 can mean 'I hear you' rather than 'You are right', so it is safe and kind.

「そうですね。心配ですね。でも、大丈夫ですよ。」	'I understand. You're worried. But it's okay.'
「大丈夫ですよ。私が一緒にいますから。」	'It's okay. I'm with you.'

「安心してくださいね。ここは安全ですよ。」	'Please don't worry. This place is safe.'
「そうですね。少し疲れましたね。休みましょうか。」	'I see. You're a bit tired. Shall we rest?'
「違いますよ」とは言わないで、まず「そうですね」と受けとめます。	Don't say 'That's wrong'; first accept with 'I see'.
「家に帰りたいんですね。そうですね。でも、今日はここでゆっくりしましょう。」	'You want to go home, don't you? I understand. But let's take it easy here today.'
「何度も聞いても、大丈夫ですよ。いつでも教えてくださいね。」	'It's okay to ask many times. Please tell me anytime.'

USEFUL PHRASES

そうですね。	To accept the person's feeling without denying it.
大丈夫ですよ。	To reassure someone who is anxious or confused.
安心してくださいね。	To give peace of mind.
一緒に〜しましょう。	To guide gently to an action.
ゆっくりでいいですよ。	To tell them they don't need to hurry.
私がそばにいますから。	To show you are there for them.
お気持ち、わかりますよ。	To show empathy with their feelings.

PRACTICE

1. 利用者さんが「家に帰りたい」と言っています。介護職員として、最初に言うことばはどれですか。

A. 「違いますよ。ここがあなたの家です。」
B. 「そうですね。家が恋しいですね。」
C. 「帰れませんよ。」
D. 「そんなこと言わないでください。」

√ Answer: 「そうですね。家が恋しいですね。」
First accept the feeling with 「そうですね」. Denying or correcting increases anxiety.

2. 利用者さんが不安そうにしています。介護職員：「_____ですよ。私がそばにいますから。」
√ Answer: 大丈夫
「大丈夫ですよ」 is a standard reassuring phrase.

3. Put the caregiver's reply in a natural order:

そうですね | 。 | 大丈夫ですよ | 。 | 一緒に | ゆっくり | しましょう | 。

√ Answer: そうですね。大丈夫ですよ。一緒にゆっくりしましょう。

Accept → reassure → suggest a short action. This order calms the person.

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

そうですね	I see / I understand
大丈夫ですよ	It's okay / Don't worry
安心してください	Please be at ease
寄り添う	to stay close to someone's feelings

These are key phrases for accepting and reassuring.

5. 認知症の利用者さんが同じ質問を何度も繰り返しています。適切な対応はどれですか。

A. 「そうですね。大丈夫ですよ。もう一度説明しますね。」とやさしく答える。

B. 「何度も聞かないでください」と言う。

C. 「さっきも言いましたよ」と注意する。

D. 無視する。

√ Answer: 「そうですね。大丈夫ですよ。もう一度説明しますね。」とやさしく答える。

Repeating is part of dementia. Answer gently each time; don't scold or ignore.

6. 利用者さんの気持ちに_____ことが大切です。

√ Answer: 寄り添う

「寄り添う」 means to support emotionally, staying close to their feelings.

SPEAKING TASK

Role-play: A resident with dementia is anxious and says 'I want to go home.' Respond calmly using acceptance and reassurance phrases. Keep sentences short and gentle.
Situation: You are a care worker in a special nursing home (特養). A resident with dementia is standing and looking anxious. They say: 「ここはどこ？家に帰りたい。」

そうですね。 | 大丈夫ですよ。 | 安心してくださいね。 | 一緒にゆっくりしましょう。 | 私がそばにいますから。

WRAP-UP

You can now respond calmly and kindly to a person with dementia by accepting their feelings with 「そうですね」 and reassuring them with 「大丈夫ですよ」 using short, simple Japanese.
Next time: Next lesson: '行動の背景と対応' — we'll look at what might be behind behaviors like wandering or refusal, and how to respond effectively.

UNIT 11 · 第11課 — 認知症のケア

行動の背景と対応

By the end of this lesson you can: You can think about the reasons behind a resident's behaviour and respond and report appropriately.

WARM-UP

Think of a time when an older adult in your care seemed upset or restless. What do you think was behind that behaviour?

Model answer: もしかすると、トイレに行きたいのかもしれません。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
行動	behaviour, action	利用者の行動の背景を考えましょう。 Let's think about the background of the resident's behaviour.
背景	background, underlying circumstances	この行動には何か背景があるはずです。 There must be some background to this behaviour.
理由	reason	興奮している理由を探ります。 We look for the reason why they are agitated.
興奮	agitation, excitement (here: emotional agitation)	夕方になると興奮することがあります。 They sometimes become agitated in the evening.
徘徊	wandering (walking around aimlessly)	夜間に徘徊が見られます。 Wandering is observed at night.
帰宅願望	desire to go home	帰宅願望が強く、玄関に向かうことがあります。 They have a strong desire to go home and sometimes head for the entrance.
見守る	to watch over, keep an eye on	安全に配慮して見守りましょう。 Let's watch over them with safety in mind.
気をそらす	to distract, divert attention	話しかけて気をそらすと落ち着くことがあります。 Sometimes they calm down if you talk to them and distract them.
記録	record, documentation	対応した内容を記録に残します。 We record what we did in response.

報告	report (to a superior)	気になる行動があったら、すぐに報告してください。 If there is any concerning behaviour, please report it immediately.

GRAMMAR: 推測の表現「〜のかもしれません／〜から〜のでしょう」

READ AND NOTICE

A: 田中さん、さっきから落ち着かないですね。 B: そうですね。もしかすると、トイレに行きたいのかもしれません。 A: ああ、そうかもしれません。朝から行っていないですからね。 B: それに、家族に会いたいのかもしれません。昨日、面会の話をしていましたから。 A: なるほど。じゃあ、声をかけてみましょう。

What do you notice? Look at the underlined parts (のかもしれません, から...のでしょう). What are the speakers doing with these forms?

The pattern: They are guessing possible reasons for the resident's behaviour, using 'maybe...' (のかもしれません) and 'probably because...' (から...のでしょう).

Pattern: [reason] + のかもしれません (maybe) / [reason] + から + [result] + のでしょう (probably because). Use these to guess why someone is behaving a certain way, without stating it as a fact. Example: 痛いのかもしれません (maybe they are in pain). トイレに行きたいから、落ち着かないのでしょう (they are probably restless because they want to go to the toilet). #1 mistake: using かもしれません directly after a noun or na-adjective without の (correct: 不安なのかもしれません, not 不安かもしれません).

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English we say 'maybe' or 'probably because' with a modal; in Japanese the guess is often softened with の and でしょう/かもしれません at the end, and the reason comes before から.

もしかすると、痛いのかもしれません。	Maybe they are in pain.
トイレに行きたいのかもしれません。	Maybe they want to go to the toilet.
家族に会いたいから、帰宅願望が強いのでしょう。	They probably have a strong desire to go home because they want to see their family.
疲れているから、興奮しているのでしょう。	They are probably agitated because they are tired.

もしかすると、不安なのかもしれません。	Maybe they are anxious.
お腹が空いているから、落ち着かないのでしょう。	They are probably restless because they are hungry.
何か言いたいのかもしれませんね。	Maybe they want to say something.
音がうるさいから、興奮しているのでしょう。	They are probably agitated because it is noisy.

USEFUL PHRASES

もしかすると、〜のかもしれません。	To gently guess a possible reason for a resident's behaviour.
〜から、〜のでしょう。	To suggest a probable cause for a behaviour.
〜の背景には、〜があると考えられます。	To state a considered background factor in a report.
興奮しているときは、まず落ち着いて声をかけましょう。	To remind colleagues how to respond when a resident is agitated.
徘徊が見られたら、安全を確認して見守ります。	To explain the response to wandering.
帰宅願望があるときは、気をそらす声かけを試みます。	To describe trying distraction when the resident wants to go home.
対応した内容を記録し、リーダーに報告します。	To state that you will document and report your response.

PRACTICE

1. 利用者が急に興奮しています。背景を推測する言い方として最も適切なのはどれですか。

A. 痛いかもしれません。

B. 痛いのかもしれません。

C. 痛いから、興奮しているのでしょう。

D. 痛いので、興奮しています。

√ Answer: 痛いから、興奮しているのでしょう。

Using から…のでしょう shows a probable cause for the agitation, which fits guessing the background.

2. もしかすると、トイレに行きたい_____。

√ Answer: のかもしれません

After a verb (行きたい), use のかもしれません to mean 'maybe'.

3. Put in order to make a sentence guessing a reason:

家族に | 会いたい | から | 帰宅願望が | 強いのでしょう。

√ Answer: 家族に会いたいから帰宅願望が強いのでしょう。

The reason comes first with から, then the probable result with のでしょう.

4. Match the Japanese term with its English meaning:

徘徊	wandering
帰宅願望	desire to go home
見守る	watch over
気をそらす	distract

These are key terms for understanding and responding to behaviour.

5. 「音がうるさい_____、興奮しているのでしょう。」に入る最も適切なことばはどれですか。

A. けど

B. のに

C. ので

D. から

√ Answer: から

The pattern is [reason] + から + [result] + のでしょう.

6. 不安な_____かもしれません。

√ Answer: の

Before かもしれません, a na-adjective (不安な) needs の: 不安なのかもしれません.

SPEAKING TASK

With a partner, role-play a handover. One of you is a care worker who observed a resident wandering and appearing agitated; the other is the team leader. Report what happened, guess the background using のかもしれません/から...のでしょう, and suggest a response.

Situation: 夕方、田中さんが廊下を何度も行き来し、落ち着かない様子でした。声をかけると「家に帰りたい」と言いました。

田中さんが廊下を徘徊していました。 | もしかすると、家族に会いたいのかもしれません。

昨日、家族が来たから、帰宅願望が強くなったのでしょう。

声をかけて気をそらしてみました。 | 対応を記録して報告します。

WRAP-UP

You can now guess the reasons behind a resident's behaviour and respond and report appropriately using のかもしれません and から...のでしょう.

Next time: Next time: 服薬介助と見守り — supporting medication and monitoring safely.

Unit 12 · 第12課 — 薬と服薬介助

UNIT 12 · 第12課 — 薬と服薬介助

服薬介助と見守り

By the end of this lesson you can: You can assist with medication and monitor the resident safely, within the scope of what care staff may do.

WARM-UP

Think about a time you helped someone take medicine. What did you check before handing over the medicine?

Model answer: はい、食後の薬を確認してから、利用者さんに渡して、飲むまで見守ります。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
薬（くすり）	medicine, medication	この薬は食後に飲んでください。 Please take this medicine after meals.
服薬（ふくやく）	taking medication	服薬の時間になったら、声をかけましょう。 When it is time to take medication, let's call out to the resident.
服薬介助（ふくやくかいじょ）	medication assistance (helping someone take prescribed medicine)	介護職員ができる服薬介助は、声かけと見守りです。 Medication assistance that care staff can do is calling out and monitoring.
食後（しょくご）	after a meal	食後の薬は、食事が終わってから渡します。 Medicine for after meals is handed over after the meal is finished.
食前（しょくぜん）	before a meal	食前の薬は、食事の前に飲んでもらいます。 Medicine for before meals is taken before the meal.
飲む（のむ）	to take (medicine), to drink	利用者さんが薬を飲むまで、そばで見守ります。 I watch nearby until the resident takes the medicine.
見守る（みまもる）	to watch over, to monitor	飲み込むまで見守ることが大切です。 It is important to watch until they swallow.

確認する（かくにんする）	to confirm, to check	名前と薬の種類を確認してください。 Please confirm the name and the type of medicine.
看護師（かんごし）	nurse	薬のことで心配なときは、看護師に報告します。 When you are worried about medication, report to the nurse.
報告（ほうこく）	report (to a superior)	飲まなかったときは、すぐに報告してください。 If they did not take it, please report immediately.

GRAMMAR: 時の言い方（食後・就寝前）と「〜ないでください」の注意

> READ AND NOTICE
> 介護職員：Aさん、食後の薬の時間ですよ。 利用者A：はい、わかりました。 介護職員：この白い薬を飲んでください。水も飲んでくださいね。 利用者A：ちょっと待ってください。 介護職員：ゆっくりでいいですよ。飲み込むまで見守りますね。 （別の場面） 介護職員：Bさん、この薬は食前に飲んでください。食後ではありませんよ。 利用者B：食後じゃないんですね。 介護職員：そうですか。でも、自分で判断しないでくださいね。看護師に確認しますから。

What do you notice? Look at the words 食後, 食前, and the phrase 〜ないでください. What do they tell you about timing and about what NOT to do?

The pattern: They show when to take medicine (食後 = after meal, 食前 = before meal) and give a negative instruction: 〜ないでください = please do not do X.

Pattern: 食後／食前／就寝前 + の + 薬. Also: 〜ないでください = please do not do X. Use 食後 for after a meal, 食前 for before a meal, and 就寝前 for before bed. These words come before の when they describe medicine (食後の薬). To tell someone not to do something, use the ない-form + でください (e.g., 自分で判断しないでください). #1 mistake: Do not say 食後で薬 or 食後の飲む. Use 食後の薬 and 食後に飲む.

> COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE
> English uses prepositions like 'after meals' or 'before bed'. Japanese uses set time nouns (食後, 就寝前) that can directly modify nouns with の: 食後の薬. Also, 'please don't' is not a separate word; it is the negative verb form + でください.

食後の薬を飲んでください。	Please take the after-meal medicine.
食前の薬は、食事の前に飲みます。	The before-meal medicine is taken before the meal.

就寝前の薬は、寝る前に飲んでください。	Please take the before-bed medicine before sleeping.
自分で判断しないでください。	Please do not decide by yourself.
薬を飲まないでください。	Please do not take the medicine.
食後に飲みましたか。	Did you take it after the meal?
飲み込むまで見守ってください。	Please watch until they swallow.

USEFUL PHRASES

食後の薬の時間ですよ。	Calling a resident for after-meal medication.
この薬を飲んでください。	Handing over the medicine and asking them to take it.
名前と薬を確認しますね。	Confirming the resident's name and the medicine before assisting.
飲み込むまで見守りますね。	Telling the resident you will watch until they swallow.
自分で判断しないでくださいね。	Gently telling the resident not to decide on their own.
飲まなかったときは、すぐ報告します。	Reporting to the nurse if the resident did not take the medicine.
看護師に確認してから、お伝えします。	Saying you will check with the nurse before telling them.

PRACTICE

1. 食後の薬は、いつ飲みますか。

A. 寝る前
B. 食事の前と後
C. 食事の後
D. 食事の前

√ Answer: 食事の後

食後 means after a meal, so the medicine is taken after eating.

2. この薬は食前に飲んでください。食後では___。

√ Answer: ありません

The contrast is 食前 vs 食後; here you say 'it is not after meals' with ではありません／ではない.

3. Put in order to make a correct instruction:

薬を | 飲まないで | ください

✓ Answer: 薬を飲まないでください

The negative request is ～ないでください: 薬を飲まないでください (Please do not take the medicine).

4. Match the time word with its meaning:

食後	after a meal
食前	before a meal
就寝前	before bed

These time words tell you when to take the medicine.

5. Which sentence correctly tells a resident NOT to decide by themselves?

A. 自分で判断してください。

B. 自分で判断します。

C. 自分で判断しました。

D. 自分で判断しないでください。

✓ Answer: 自分で判断しないでください。

～ないでください is the negative request form: 判断しないでください.

6. 薬を飲んだかどうか、看護師に___してください。

✓ Answer: 報告

報告する means to report. You report to the nurse about medication.

SPEAKING TASK

Role-play: You are a care worker helping a resident take after-meal medicine. Greet the resident, confirm the name and medicine, hand it over, watch until they swallow, and say what you would do if they refuse.

Situation: Resident: 田中さん (85). Time: after lunch. Medicine: 食後の薬. You have the medicine cup. The resident says, 'I don't want to take it today.'

田中さん、食後の薬の時間ですよ。 | お名前とお薬を確認しますね。

この薬を飲んでください。 | 飲み込むまで見守りますね。

飲みたくないときは、無理に飲まないでください。看護師に報告します。

WRAP-UP

You can now assist with medication and monitor a resident using time words (食後・食前・就寝前) and negative requests (～ないでください), while staying within the care worker's scope.

Next time: Next lesson: '医療行為の範囲と連携' — what care staff may and may not do medically, and how to cooperate with nurses and doctors.

UNIT 12 · 第12課 — 薬と服薬介助

医療行為の範囲と連携

By the end of this lesson you can: Understand what care staff may and may not do in medical procedures, and be able to coordinate with nurses using ～ことができます／～ことはできません.

WARM-UP

You are a care worker on a 特養 floor. A resident asks you to help with eye drops. What can you do, and what must you ask a nurse to do?

Model answer: 目薬は介護職員がさすことができますか。施設のルールを確認して、看護師に相談します。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
医療行為（いりょうこうい）	medical act / medical procedure	医療行為は、介護職員が一人で行うことはできません。 Care staff cannot perform medical procedures alone.
範囲（はんい）	scope / range	介護職員の仕事の範囲を、もう一度確認しましょう。 Let's check the scope of care staff work once more.
看護師（かんごし）	nurse	看護師に連携して、服薬の方法を確認します。 I coordinate with the nurse and confirm the medication method.
連携（れんけい）	coordination / working together	看護師との連携が、安全な服薬介助に大切です。 Coordination with nurses is important for safe medication assistance.
報告（ほうこく）	report	利用者の様子が変わったら、すぐ看護師に報告します。 If the resident's condition changes, report to the nurse immediately.
相談（そうだん）	consultation / to consult	判断に迷ったら、一人で決めないで看護師に相談してください。 If you are unsure of the judgment, don't decide alone; consult the nurse.
判断（はんだん）	judgment / decision	服薬の判断は、看護師が行います。 The nurse makes the judgment about medication.

任せる（まかせる）	to leave (a task) to someone	医療行為は看護師に任せて、介護職員は見守りをします。 Leave medical procedures to the nurse; care staff do the monitoring.
確認（かくにん）	confirmation / to confirm	薬を渡す前に、名前と薬の名前を確認します。 Before handing over the medicine, confirm the name and the medicine name.
安全（あんぜん）	safety / safe	安全のために、できることとできないことをはっきり伝えます。 For safety, clearly communicate what you can and cannot do.

GRAMMAR: 可能・不可能「〜ことができます／〜ことはできません」と連携の依頼

> **READ AND NOTICE**
> 介護職員：すみません、山田さんの目薬のことですが、介護職員がさすことができますか。 看護師：いいえ、目薬は医療行為ですから、介護職員が一人でさすことはできません。看護師が行います。 介護職員：わかりました。では、私は何をすることができますか。 看護師：薬を渡す前に、名前を確認することはできます。それから、飲んだあとで、様子を見ることができます。 介護職員：はい。変な様子があったら、すぐ報告します。 看護師：お願いします。判断に迷ったら、相談してくださいね。

What do you notice? Look at the forms 〜ことができます and 〜ことはできません. What comes before them? What is the difference between できる and できない?

The pattern: Before こと, the verb is in dictionary form (さす, する, 確認する, 見る). 〜ことができます = can do; 〜ことはできません = cannot do. こと turns the verb into a noun phrase.

PATTERN: [verb dictionary form] + ことができます／ことはできません. Use 〜ことができます to say what is possible or allowed. Use 〜ことはできません to say what is not possible or not allowed. For a question, say 〜ことができますか。 #1 mistake: using ます before こと (✗ さすことができます → √ さすことができます; ✗ さしますことができます).

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English uses 'can/cannot' before the verb; Japanese puts the verb first and adds ことができます at the end. Also, できません is more polite and softer than できない.

介護職員は、利用者の名前を確認することができます。	Care staff can confirm the resident's name.
医療行為は、介護職員が一人で行うことはできません。	Care staff cannot perform medical procedures alone.

目薬は看護師に任せることができますか。	Can we leave eye drops to the nurse?
服薬の判断は、看護師が行うことができます。	The nurse can make the medication judgment.
安全のために、できることとできないことを伝えることができます。	For safety, we can communicate what we can and cannot do.
変な様子があったら、すぐ報告することができますか。	If something unusual happens, can you report it immediately?
相談することはできますが、判断することはできません。	We can consult, but we cannot make the judgment.

USEFUL PHRASES

すみません、〜のことですが、介護職員が〜ことができますか。	To ask a nurse whether care staff may do something.
〜は医療行為ですから、介護職員が一人で行うことはできません。	To explain clearly that something is out of scope.
では、私は何をすることができますか。	To ask what you are allowed to do instead.
〜は看護師に任せて、私は〜をします。	To state who does what.
判断に迷ったら、看護師に相談します。	To say you will consult when unsure.
利用者の様子が変わったら、すぐ報告します。	To promise to report changes.
安全のために、できることとできないことを確認しましょう。	To confirm scope for safety.

PRACTICE

1. 介護職員が一人で行う（　　）はできません。

A. 見守り

B. 声かけ

C. 医療行為

D. 記録

√ Answer: 医療行為

医療行為 is the category care staff cannot perform alone.

2. 目薬は看護師に（　　）ことができます。

√ Answer: 任せる

任せる = to leave a task to someone. Dictionary form before こと.

3. Put in order:

介護職員は | 医療行為を | 行う | ことはできません

√ Answer: 介護職員は医療行為を行うことはできません

Pattern: [topic] は [object] を [verb dictionary form] ことはできません.

4. Match the word with its meaning:

連携	coordination
報告	report
判断	judgment
確認	confirmation

These are key terms for working with nurses.

5. Which sentence asks a nurse for coordination correctly?

A. 看護師に相談のことができますか。

B. 看護師に相談するはできますか。

C. 看護師に相談しますことができますか。

D. 看護師に相談することができますか。

√ Answer: 看護師に相談することができますか。

Use dictionary form + ことができますか. ます cannot come before こと.

6. 判断に迷ったら、一人で決めないで、看護師に（　　）してください。

√ Answer: 相談

相談する = to consult. 看護師に相談してください is the natural request.

SPEAKING TASK

Roleplay with a partner: you are a care worker, your partner is the nurse. Ask whether you can help with a resident's eye drops, state what you cannot do, and ask what you can do instead. Then promise to report changes.

Situation: 特養のフロア。利用者の山田さんに目薬の指示が出ています。介護職員のあなたは、看護師に確認します。

目薬のことで相談したいことがあります。 | 介護職員が一人でさすことはできませんね。

では、私は何をすることができますか。 | 変な様子があったら、すぐ報告します。

WRAP-UP

You can now say what care staff can and cannot do using ～ことができます／～ことはできません, and coordinate safely with nurses.

Next time: Next lesson: 申し送り（報連相）— how to give a clear handover using 報告・連絡・相談.

Unit 13 · 第13課 — 記録・報告・連絡・相談

UNIT 13 · 第13課 — 記録・報告・連絡・相談

申し送り（報連相）

By the end of this lesson you can: You can give a handover (申し送り) to the next shift worker, following the 報連相 (report–contact–consult) order and using phrases like ～について申し送ります and ～に注意してください.

WARM-UP

Think about a time you had to pass on important information about a resident to a colleague at the end of your shift. What did you say first?

Model answer: Aさんのことについて申し送ります。今日は食欲がなくて、昼食を半分しか食べませんでした。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
申し送り	handover; passing on information to the next shift	毎朝、申し送りをしてから業務を始めます。 Every morning, we start work after the handover.
報告	report (to a superior)	利用者の変化があったら、すぐにリーダーに報告してください。 If there is a change in a resident, please report it to the leader immediately.
連絡	contact; inform (colleagues, family, etc.)	ご家族に連絡して、面会の時間を伝えました。 I contacted the family and told them the visiting time.
相談	consultation; discussing a problem with someone	対応に困ったときは、一人で決めないで相談しましょう。 When you are unsure how to handle something, don't decide alone—let's consult.
報連相	report–contact–consult (ほうれんそう); the three basic communication actions at work	報連相を徹底して、チームで安全なケアをしましょう。 Let's practice horenso thoroughly and provide safe care as a team.

要点	key point; main point	申し送りでは、要点を短くまとめて伝えます。 In handovers, we summarize the key points briefly and convey them.
変化	change (in condition, behavior, etc.)	昨日から表情に変化が見られます。 Since yesterday, there has been a change in facial expression.
様子	state; condition; how someone is doing	夜間の様子を記録に書いておきました。 I wrote down how the resident was during the night in the record.
引き継ぐ	to take over; to hand over (work, information)	次の勤務者にケアを引き継いでから帰ります。 I will hand over the care to the next shift worker before going home.
確認	confirmation; checking	申し送りの内容は、必ずメモで確認してください。 Please always confirm the handover content with your notes.

GRAMMAR: 要点を伝える順序と「〜について申し送ります／〜に注意してください」

> **READ AND NOTICE**
> A: じゃあ、Bさんのことについて申し送ります。昨日の夜から少し熱っぽくて、水分をあまり取っていません。 B: わかりました。何か注意することはありますか。 A: はい、Bさんに注意してください。起き上がるときにふらつくことがあります。それから、ご家族に連絡して、明日の面会の時間を確認しておいてください。 B: 了解しました。ほかにありますか。 A: あと、Cさんのことについても申し送ります。Cさんは今日、食欲がなくて、昼食を半分しか食べませんでした。様子を見て、必要なら相談してください。 B: はい、Cさんの様子に注意します。

What do you notice? Look at the phrases 「〜について申し送ります」 and 「〜に注意してください」. What do you notice about how the speaker organizes the handover? What comes first: the person/topic or the details?

The pattern: The speaker first announces the topic with 「〜について申し送ります」 (about person X, I will hand over), then gives the key points (change, condition), then says what to pay attention to with 「〜に注意してください」, and finally what to confirm or consult about. This is the 報連相 order: report the facts, contact/confirm, and consult if needed.

Pattern: [Topic] + について申し送ります → [Key point/change] → [Action] + に注意してください／を確認してください／に相談してください。 Use 〜について申し送ります to start a handover

about a specific person or topic. Then give the most important change or state (要点). Finally, tell the next person what to watch out for (〜に注意してください) or what to do (〜を確認してください, 〜に相談してください). #1 mistake: giving details before saying who or what you are talking about. Always announce the topic first.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English, you might say 'Watch out for Mrs. B because she gets dizzy.' In Japanese handovers, the topic often comes first: 「Bさんについて申し送ります。起き上がるときにふらつくことがあります。Bさんに注意してください。」 The particle に in 〜に注意してください marks the person or thing you pay attention to.

Dさんのことについて申し送ります。今日は午後から少し元気がありませんでした。	I'll hand over about Mr. D. Today he was a little low on energy from the afternoon.
Eさんに注意してください。歩くときに杖が必要です。	Please pay attention to Ms. E. She needs a cane when walking.
Fさんのご家族に連絡して、面会の希望を確認してください。	Please contact Mr. F's family and confirm their visiting wishes.
Gさんの様子がいつもと違うときは、リーダーに相談してください。	When Mr. G's condition is different from usual, please consult the leader.
Hさんの食欲の変化について、明日の申し送りで伝えます。	I will report about the change in Mr. H's appetite at tomorrow's handover.
この情報は要点だけをメモして、次の勤務者に引き継いでください。	Please note only the key points of this information and hand it over to the next shift worker.

USEFUL PHRASES

〜について申し送ります。	To start a handover about a specific person or topic.
要点は三つあります。第一に、〜。第二に、〜。第三に、〜。	To organize your handover into key points.
〜に注意してください。	To tell the next person what to watch out for.
〜を確認してください。	To ask the next person to check something.
〜の変化がありましたら、すぐに報告してください。	To ask for immediate reporting if there is a change.
ご家族に連絡して、〜を伝えてください。	To ask the next person to contact the family and convey something.

対応に迷ったら、リーダーに相談してください。	To encourage consultation when unsure.
この内容を次の勤務者に引き継いでください。	To ask that the information be passed on to the next shift.

PRACTICE

1. 申し送りを始めるとき、最初に言うのはどれですか。

A. Aさんは今日、食欲がありませんでした。

B. Aさんについて申し送ります。

C. Aさんに注意してください。

D. Aさんのご家族に連絡しました。

√ Answer: Aさんについて申し送ります。

Start by announcing the topic with ～について申し送ります, then give details.

2. Bさんの様子がいつもと違うときは、リーダーに____ください。

√ Answer: 相談して

Use 相談してください to tell someone to consult.

3. Put the handover in a natural order:

Cさんについて申し送ります。 | 夜中にトイレに起きたとき、ふらついていました。

Cさんに注意してください。 | 変化があったら、すぐに報告してください。

√ Answer: Cさんについて申し送ります。夜中にトイレに起きたとき、ふらついていました。Cさんに注意してください。変化があったら、すぐに報告してください。

Topic → key point (change) → attention → report request.

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

要点	key point
変化	change
引き継ぐ	hand over / take over
確認	confirmation / checking

These are core words for handovers.

5. 「報連相」の「相」は何を意味しますか。

A. 連絡
B. 相談
C. 報告
D. 確認

√ Answer: 相談

報連相 stands for 報告・連絡・相談; 相 is from 相談.

6. Dさんのご家族に____して、面会の時間を伝えてください。

√ Answer: 連絡

Use 連絡して to tell someone to contact the family.

SPEAKING TASK

You are at the end of your shift. Give a handover to the next care worker about two residents, following the 報連相 order. Use the target phrases. Speak for about 1–2 minutes.
Situation: You are a care worker at a special nursing home (特養). The next shift worker has just arrived. Resident A (80s, female) had a slight fever last night and did not eat much breakfast. Resident B (70s, male) has been restless since this morning and tried to stand up without his cane. You need to hand over this information, including what to watch out for and what to confirm with the family.

Aさんのことについて申し送ります。

昨夜から少し熱っぽくて、朝食をあまり食べませんでした。

Aさんに注意してください。水分をこまめに取るように声をかけてください。

ご家族に連絡して、熱のことを伝えてください。

Bさんのことについても申し送ります。

Bさんは杖なしで立とうとすることがあります。

Bさんの様子に注意して、危ないときはすぐに報告してください。

何か変化があったら、リーダーに相談してください。

WRAP-UP

You can now give a structured handover using ～について申し送ります and ～に注意してください, following the 報連相 order.
Next time: Next lesson: '介護記録を書く' — you will learn how to write clear, professional care records (介護記録) using the same key points and changes you practiced today.

UNIT 13 · 第13課 — 記録・報告・連絡・相談

介護記録を書く

By the end of this lesson you can: I can write objective, clear care records in Japanese, using noun-ending style, ～あり／～なし, and past-tense facts.

WARM-UP

Look at this care record. What is good about it? What is missing?

Model answer: 14:00 昼食終了。食事量7割。むせなし。口腔ケア実施。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
介護記録	care record / nursing record	介護記録は、利用者の様子を正確に書くことが大切です。 It is important to write the user's condition accurately in the care record.
事実	fact	記録には、事実だけを書きます。 Write only facts in the record.
客観的	objective	客観的な表現で書いてください。 Please write in objective expressions.
観察	observation	食事前に、利用者の顔色を観察します。 Before meals, observe the user's complexion.
時刻	time (clock time)	対応した時刻を記録に書きます。 Write the time you responded in the record.
様子	condition / appearance / state	利用者の様子をよく見てください。 Please watch the user's condition carefully.
対応	response / handling / action taken	転倒したときの対応を書きます。 Write the response when the user fell.
記入	filling in / writing in (a form)	記録用紙に記入してください。 Please fill in the record sheet.
正確	accurate / precise	正確な情報を申し送りします。 I will hand over accurate information.
わかりやすい	easy to understand / clear	わかりやすい言葉で記録を書きます。 Write the record in easy-to-understand words.

GRAMMAR: 記録の文体（名詞止め・「〜あり／〜なし」・過去の事実）

READ AND NOTICE

14:00 昼食終了。食事量7割。むせなし。口腔ケア実施。 15:30 トイレ介助。尿あり。便なし。 16:00 ベッド上で安静。表情穏やか。発熱なし。 16:30 家族に面会。笑顔あり。

What do you notice? Look at the endings of the sentences. What do you notice about the verb forms and the words あり／なし?

The pattern: The sentences end with nouns or noun-like forms (名詞止め), not with です／ます. Facts are written in the past tense (〜した, 〜あった) or with 〜あり／〜なし for presence/absence.

Pattern: [Time] + [Fact in noun-ending] + 。 Use noun-ending style (名詞止め): 食事終了。、転倒あり。 Do not use です／ます in records. Use 〜あり for 'there was / present' and 〜なし for 'there was not / absent'. Write past facts with past tense: 〜した、〜があった。 Keep it short and clear.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English, records often use full sentences with 'was/were' or 'the patient had...'. In Japanese care records, noun-ending style is standard and more concise.

10:00 体温測定。37.0度。発熱あり。	10:00 Temperature taken. 37.0°C. Fever present.
11:00 水分摂取。むせなし。	11:00 Fluid intake. No choking.
13:00 昼食。食事量半分。食欲なし。	13:00 Lunch. Ate half. No appetite.
14:30 散歩。転倒なし。	14:30 Walk. No falls.
15:00 排泄介助。尿あり。便なし。	15:00 Toileting assistance. Urine present. No stool.
16:00 家族面会。面会者：長女。笑顔あり。	16:00 Family visit. Visitor: eldest daughter. Smile present.

USEFUL PHRASES

〜時〜分、〜を実施した。	To record a care action with time (e.g., 10:00 口腔ケア実施。)
〜あり／〜なし	To state presence or absence of a symptom or condition (e.g., 発熱なし。)
〜の様子を観察した。	To record that you observed the user's condition.
〜に対応した。	To record the action you took in response to something.

～と申し送りを受けた。	To record information received in handover.
～を記入した。	To record that you filled in a form or chart.
～は正確に記録する。	To remind about accurate recording.

PRACTICE

1. Which sentence is written in the correct care-record style?

A. 12:00 昼食終了。食事量8割。むせなし。

B. 利用者は食事をしました。むせがありませんでした。

C. 利用者は食事をしました。

D. 12:00 昼食を食べました。むせはありません。

√ Answer: 12:00 昼食終了。食事量8割。むせなし。

Care records use noun-ending style (名詞止め) and ～あり／～なし, not です／ます.

2. 15:00 トイレ介助。尿___。便なし。

√ Answer: あり

Use ～あり for 'present' (urine was present).

3. Put the record in the correct order:

10:00 | 体温測定 | 37.0度 | 発熱あり

√ Answer: 10:00 体温測定 37.0度 発熱あり

Record format: time → action → result → assessment (あり／なし).

4. Match the term with its meaning:

客観的	objective
観察	observation
対応	response / action taken
記入	filling in

These are key terms for writing care records.

5. Which is the most objective expression for a care record?

A. 利用者は表情が硬く、返答が少なかった。

B. 利用者は怒っていた。

C. 利用者は不機嫌そうだった。

D. 利用者は機嫌が悪かった。

√ Answer: 利用者は表情が硬く、返答が少なかった。

Objective records describe observable facts, not interpretations like 'angry'.

6. 16:30 家族面会。笑顔___。

√ Answer: あり

Use ～あり for 'present' (smile was present).

SPEAKING TASK

Compose your own care record out loud, sentence by sentence. Use the record style: time + fact in noun-ending, ～あり／～なし, past tense. The tutor will help you.

Situation: You are a care worker at a special nursing home (特養). It is 15:00. You helped Mr. Tanaka (85) to the toilet. He had urine, no stool. After that, he drank tea and did not choke. He is now resting in bed and looks calm. Write this in the care record.

15:00 トイレ介助。尿あり。便なし。

15:10 水分摂取。むせなし。

15:30 ベッド上で安静。表情穏やか。

WRAP-UP

You can now write objective, clear care records using noun-ending style, ～あり／～なし, and past-tense facts.

Next time: Next lesson: '手洗いと標準予防策' — you will learn hand hygiene and standard precautions in Japanese.

Unit 14 · 第14課 — 感染予防

UNIT 14 · 第14課 — 感染予防

手洗いと標準予防策

By the end of this lesson you can: You can correctly explain hand hygiene and standard precautions in Japanese, using the pattern ～なければなりません and sequence words まず／つぎに.

WARM-UP

Think about a care facility in Japan. Before you touch a resident, what do you do first? What do you put on?

Model answer: まず手洗いをします。それから、手袋とマスクをつけます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
手洗い（てあらい）	handwashing (washing hands with soap and water)	外から帰ったら、まず手洗いをします。 When you come back from outside, first wash your hands.
消毒（しょうどく）	disinfection / disinfecting (using a disinfectant)	テーブルを消毒してください。 Please disinfect the table.
手指消毒（しゅしょうどく）	hand disinfection (using alcohol rub on hands)	部屋に入る前に、手指消毒をします。 Before entering the room, I do hand disinfection.
手袋（てぶくろ）	gloves (disposable gloves)	おむつ交換のときは、手袋をつけます。 When changing diapers, I wear gloves.
マスク	mask (surgical mask)	マスクは鼻と口をおおいます。 A mask covers the nose and mouth.
エプロン	apron (disposable plastic apron)	食事の介助のとき、エプロンをかけます。 When helping with meals, I put on an apron.

標準予防策（ひょうじゅんよぼうさく）	standard precautions (basic infection control measures for all residents)	標準予防策は、すべての利用者に必要です。 Standard precautions are necessary for all residents.
清潔（せいけつ）	clean / cleanliness	清潔なタオルを使います。 I use a clean towel.
予防（よぼう）	prevention	感染の予防のために、手洗いをします。 For infection prevention, I wash my hands.
感染（かんせん）	infection	感染を広げないように、気をつけます。 I am careful not to spread infection.

GRAMMAR: 義務・手順「〜なければなりません／まず〜、つぎに〜」

READ AND NOTICE

先輩：田中さん、これから利用者さんの部屋に行きますね。 田中：はい。何をすればいいですか。 先輩：まず、手指消毒をしなければなりません。それから、手袋とマスクをつけます。 田中：わかりました。部屋に入る前に、手洗いもしなければなりませんか。 先輩：いいえ、手指消毒でいいです。でも、手袋をはずしたら、すぐに手洗いをしなければなりません。 田中：はい。つぎに、何をしますか。 先輩：つぎに、利用者さんに声をかけて、清潔なタオルを用意します。

What do you notice? Look at the forms しなければなりません and the words まず／それから／つぎに. What do you think they express?

The pattern: しなければなりません expresses obligation ('must do'). まず、それから、つぎに are sequence words that show the order of steps.

Pattern: [verb stem] + なければなりません = 'must do'. Example: 手洗いをしなければなりません (must wash hands). For the negative 'must not', use [verb stem] + てはいけません. For steps, use まず (first), つぎに (next), それから (then), さいごに (finally). #1 mistake: using なければなりません for a simple 'please do' – that is 〜てください.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English 'must' is one word, but Japanese attaches なければなりません to the verb stem. Also, English often uses 'first, then' without particles; Japanese uses まず…、つぎに… as set sequence markers.

手洗いをしなければなりません。	You must wash your hands.
手袋をしなければなりませんか。	Do I have to wear gloves?
ここでたばこを吸ってはいけません。	You must not smoke here.
まず手指消毒をして、つぎに手袋をつけます。	First do hand disinfection, then put on gloves.
エプロンは食事の前にしなければなりません。	You must put on an apron before meals.
感染を予防するために、マスクをしなければなりません。	To prevent infection, you must wear a mask.
清潔な手で利用者にさわらなければなりません。	You must touch residents with clean hands.

USEFUL PHRASES

まず手洗いをします。	To state the first step in a procedure.
つぎに手指消毒をします。	To state the next step.
～しなければなりません。	To say that something is obligatory.
手袋をはずしたら、すぐに手洗いをしてください。	To instruct someone to wash hands after removing gloves.
標準予防策はすべての利用者に必要です。	To explain that standard precautions apply to everyone.
感染を広げないように気をつけてください。	To remind someone to be careful not to spread infection.
清潔なタオルを使います。	To mention using clean towels.

PRACTICE

1. 「手洗いを_____。」Which is correct to mean 'You must wash your hands'?

A. してはいけません

B. してください

C. しなければなりません

D. してもいいです

√ Answer: しなければなりません

しなければなりません means 'must do'. してください is 'please do', してもいいです is 'may do', してはいけません is 'must not'.

2. まず手洗いをして、_____手指消毒をします。

√ Answer: つぎに

つぎに means 'next' and shows the second step.

3. Put the steps in order:

まず	手洗いを	します	つぎに	手袋を	つけます

√ Answer: まず手洗いをしますつぎに手袋をつけます

The correct order is: まず手洗いをします。つぎに手袋をつけます。

4. Match the Japanese term with its English meaning:

手指消毒	hand disinfection
標準予防策	standard precautions
エプロン	apron
清潔	clean

These are key vocabulary items for infection control.

5. Which sentence means 'You must not enter without a mask'?

A. マスクをしてはいけません。

B. マスクをしなければなりません。

C. マスクをしないで入ってはいけません。

D. マスクをしてもいいです。

√ Answer: マスクをしないで入ってはいけません。

〜てはいけません expresses prohibition. 'Without a mask' is マスクをしないで.

6. 感染を_____ために、手洗いをします。

√ Answer: 予防する

予防する means 'to prevent'. 感染を予防する = prevent infection.

SPEAKING TASK

Explain to a new colleague the steps for entering a resident's room, using まず／つぎに and 〜なければなりません. Then answer their question about when to wash hands.

Situation: You are a senior care worker. A new staff member asks you what to do before entering a resident's room.

まず、手指消毒をしなければなりません。	つぎに、手袋とマスクをつけます。
部屋に入る前に、声をかけてください。	
手袋をはずしたら、すぐに手洗いをしなければなりません。	

WRAP-UP

You can now explain hand hygiene and standard precautions using ～なければなりません and sequence words まず／つぎに.

Next time: Next time, in '感染対策と報告', you will learn how to report infection control issues and write a simple report.

UNIT 14 · 第14課 — 感染予防

感染対策と報告

By the end of this lesson you can: You can notice signs of possible infection, take basic precautions, and report them promptly using ために and ～てください.

WARM-UP

Imagine you are working at a care facility and a resident has a fever and diarrhea. What is the first thing you would do?

Model answer: まず、感染の疑いがあることをリーダーに報告します。それから、手洗いと消毒をします。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
感染	infection	感染を防ぐために、手洗いをしっかりします。 To prevent infection, I wash my hands thoroughly.
発熱	fever	利用者に発熱があるときは、すぐに報告してください。 When a resident has a fever, please report it immediately.
下痢	diarrhea	下痢が続く場合は、脱水に注意してください。 If diarrhea continues, please watch out for dehydration.
嘔吐	vomiting	嘔吐があったら、感染拡大を防ぐために隔離します。 If there is vomiting, we isolate to prevent the spread of infection.
隔離	isolation	感染の疑いがある利用者は、個室で隔離します。 Residents suspected of infection are isolated in a private room.
換気	ventilation	換気のために、窓を開けてください。 Please open the window for ventilation.
消毒	disinfection	手すりやドアノブを消毒してください。 Please disinfect handrails and doorknobs.
報告	report	異常を発見したら、すぐに報告してください。 If you find something unusual, please report it immediately.
注意	caution, attention	感染拡大に注意してください。 Please be careful about the spread of infection.
拡大を防ぐ	prevent the spread	感染拡大を防ぐために、標準予防策を守ります。 To prevent the spread of infection, we follow standard precautions.

GRAMMAR: 目的と注意「拡大を防ぐために〜／すぐに報告してください」

READ AND NOTICE

A: 田中さん、山田さんの様子がおかしいです。発熱と下痢があります。 B: そうですか。感染の疑いがありますね。感染拡大を防ぐために、すぐに個室に隔離してください。 A: わかりました。それから、何をすればいいですか。 B: 換気のために窓を開けて、手すりを消毒してください。それと、リーダーにすぐに報告してください。 A: はい。注意して見守ります。

What do you notice? Look at the phrases 〜ために and 〜てください. What do you think they mean here?

The pattern: ために means 'in order to' or 'for the purpose of' (e.g., 感染拡大を防ぐために = to prevent the spread of infection). 〜てください is a polite request ('please do ~').

Pattern: 目的: [verb dictionary form] + ために、〜 (in order to ~). Request: [verb て-form] + ください (please do ~). Use ために to explain the purpose of an action. Use 〜てください to give a polite instruction or request to a colleague. #1 mistake: Do not use ために with a verb stem (ます stem); use the dictionary form (e.g., 防ぐために, not 防ぎために).

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English, 'in order to' and 'please' are separate; in Japanese, ために attaches to the dictionary form of a verb, and ください attaches to the て-form. Also, ために can sound formal; in casual speech, 〜ように is sometimes used, but in work instructions ために is standard.

感染を防ぐために、手洗いをします。	I wash my hands to prevent infection.
換気のために、窓を開けてください。	Please open the window for ventilation.
すぐに報告してください。	Please report immediately.
消毒を忘れないでください。	Please don't forget to disinfect.
発熱があるときは、隔離してください。	When there is a fever, please isolate.
下痢が続く場合は、脱水に注意してください。	If diarrhea continues, please watch out for dehydration.
嘔吐があったら、感染拡大を防ぐために、すぐに清掃してください。	If there is vomiting, please clean immediately to prevent the spread of infection.
手洗いをしましたか。	Did you wash your hands?

USEFUL PHRASES

感染の疑いがあります。	When you suspect an infection.

感染拡大を防ぐために、〜してください。	To instruct someone to do something to prevent spread.
すぐにリーダーに報告してください。	To tell someone to report to the leader immediately.
換気のために、窓を開けましょう。	To suggest opening a window for ventilation.
消毒をお願いします。	To request disinfection.
発熱と下痢があります。	To report symptoms of fever and diarrhea.
注意して様子を見てください。	To ask someone to watch carefully.

PRACTICE

1. 感染拡大を防ぐ___、手洗いをしてください。

A. ために
B. ために
C. ように
D. そうに

√ Answer: ために

ために means 'in order to'. The phrase '感染拡大を防ぐために' means 'to prevent the spread of infection'.

2. 発熱があるときは、すぐにリーダーに___ください。

√ Answer: 報告して

The te-form of 報告する is 報告して. 〜てください means 'please do ~'.

3. Put in order to make a sentence:

ために | 換気の | 窓を | 開けてください

√ Answer: 換気のために窓を開けてください

The correct order is: 換気のために窓を開けてください。 (Please open the window for ventilation.)

4. Match the Japanese word with its English meaning:

発熱	fever
下痢	diarrhea
嘔吐	vomiting
隔離	isolation

These are common symptoms and measures in infection control.

5. Which sentence correctly uses ために?

A. 消毒のために、手袋をします。

B. 消毒するために、手袋をします。

C. 消毒しために、手袋をします。

D. 消毒してために、手袋をします。

√ Answer: 消毒するために、手袋をします。

ために attaches to the dictionary form of a verb: 消毒するために (in order to disinfect).

6. 嘔吐があったら、感染拡大を___ために、すぐに清掃してください。

√ Answer: 防ぐ

防ぐ is the dictionary form of 'to prevent'. ために requires the dictionary form.

SPEAKING TASK

Work in pairs. One person is a care worker who notices a resident with fever and diarrhea. The other is the team leader. Report the situation and ask for instructions using ために and ～てください.

Situation: You are on the floor and notice that resident Mr. Yamada has a fever and diarrhea. You suspect infection. Report to your leader and suggest precautions.

感染の疑いがあります。 | 感染拡大を防ぐために、隔離してください。 | すぐに報告してください。 | 換気のために、窓を開けましょう。

WRAP-UP

You can now notice signs of infection, take precautions, and report using ために and ～てください.

Next time: Next time, we will learn how to notice and respond to sudden changes in a resident's condition (急変に気づく).

Unit 15 · 第15課 — 緊急時の対応

UNIT 15 · 第15課 — 緊急時の対応

急変に気づく

By the end of this lesson you can: I can notice when a care user suddenly changes or has an abnormality, and I can say what is wrong and give short, clear instructions in an emergency.

WARM-UP

Imagine you are on the floor and a resident suddenly looks different. What is the first thing you would say to a colleague?

Model answer: 田中さんの様子がおかしいです。すぐに来てください。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
急変	sudden change (in condition), sudden turn for the worse	夜勤中に利用者の急変がありました。 There was a sudden change in a resident's condition during the night shift.
意識	consciousness, level of awareness	意識はありますか。 Is the person conscious?
呼吸	breathing, respiration	呼吸が苦しそうに見えます。 Breathing looks difficult.
反応	response, reaction	呼びかけに反応がありません。 There is no response to calling out.
顔色	complexion, color of the face	顔色が悪いですね。 Your complexion looks bad.
転倒	fall (accident), falling down	廊下で転倒されました。 He/she fell in the hallway.
けが	injury, wound	けがはありませんか。 Are you injured?
誤嚥	aspiration (food or liquid going into the airway)	食事中に誤嚥をしたかもしれません。 He/she may have aspirated during the meal.
様子がおかしい	looks strange, something is wrong (with someone's condition)	さっきから様子がおかしいです。 Something has been wrong since a while ago.
すぐに	immediately, right away	すぐに看護師を呼んでください。 Please call the nurse immediately.

GRAMMAR: 緊急の短い指示「すぐに〜てください／〜を呼んでください」

READ AND NOTICE

A: 田中さんの様子がおかしいです。顔色が悪いです。 B: すぐに看護師を呼んでください。 A: はい。意識はありますか。 B: 呼びかけに反応がありません。すぐに救急車を呼んでください。 A: わかりました。呼吸も見てください。 B: すぐに呼吸を確認してください。

What do you notice? Look at the underlined phrases: すぐに看護師を呼んでください and すぐに呼吸を確認してください. What do you notice about how urgent instructions are formed?

The pattern: They use すぐに + verb in て-form + ください. The verb is a request for immediate action. The object comes before the verb with を.

Pattern: すぐに + [noun]を + [verb]て + ください. Use this to tell someone to do something right away in an emergency. For example, すぐに看護師を呼んでください = 'Please call the nurse immediately.' You can also say すぐに来てください = 'Please come immediately.' #1 mistake: forgetting を before the noun, or using the plain form instead of てください.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

In English we often say 'Call the nurse!' without a subject. In Japanese, the request is made with 〜てください, which is polite but still urgent when combined with すぐに. Do not use 〜ますか for instructions.

すぐに看護師を呼んでください。	Please call the nurse immediately.
すぐに来てください。	Please come immediately.
すぐに救急車を呼んでください。	Please call an ambulance immediately.
すぐに呼吸を確認してください。	Please check breathing immediately.
すぐに意識を確認してください。	Please check consciousness immediately.
すぐに先輩を呼んでください。	Please call a senior staff member immediately.
すぐに報告してください。	Please report immediately.
すぐに手を止めてください。	Please stop what you are doing immediately.

USEFUL PHRASES

様子がおかしいです。	When you notice something is wrong with a resident.
すぐに看護師を呼んでください。	To ask a colleague to call the nurse immediately.
意識はありますか。	To check if the resident is conscious.

呼吸が苦しそうです。	To describe that breathing looks difficult.
転倒されました。	To report that a resident has fallen.
けがはありませんか。	To ask if there is any injury.
誤嚥したかもしれません。	To say that aspiration may have occurred.
すぐに来てください。	To call someone to come immediately.

PRACTICE

1. 利用者の顔色が悪いです。あなたは同僚に何と言いますか。

A. 看護師を呼びません。
B. 看護師を呼びました。
C. すぐに看護師を呼んでください。
D. 看護師を呼びますか。

√ Answer: すぐに看護師を呼んでください。
To give an urgent instruction, use すぐに + noun + を + verbて + ください.

2. 意識がありません。すぐに救急車を___。
√ Answer: 呼んでください
The urgent request form is 呼んでください (te-form + ください).

3. Put in order to make an urgent instruction:
すぐに | 呼吸を | 確認して | ください
√ Answer: すぐに呼吸を確認してください
The order is すぐに + object + を + verbて + ください.

4. Match the Japanese term with its English meaning:

急変	sudden change
誤嚥	aspiration
転倒	fall
意識	consciousness

These are key terms for describing emergencies.

5. Which sentence correctly asks a colleague to come immediately?

A. すぐに来ますか。

B. すぐに来てください。

C. すぐに来ました。

D. すぐに来ません。

√ Answer: すぐに来てください。

The request form is 来てください, not 来ますか or 来ました.

6. 食事中にむせました。誤嚥をしたかもしれません。すぐに___を呼んでください。

√ Answer: 看護師

In an emergency, call the nurse: 看護師を呼んでください.

SPEAKING TASK

Roleplay with a partner: You are a care worker. You notice a resident suddenly looks strange. Tell your colleague what you see and give two urgent instructions using すぐに〜てください.

Situation: You are in the day service room. Mr. Tanaka suddenly slumps in his chair and his face is pale. You call your senior colleague.

田中さんの様子がおかしいです。 | 顔色が悪いです。 | すぐに看護師を呼んでください。 | すぐに来てください。

WRAP-UP

You can now notice a sudden change in a resident and give short, clear instructions using すぐに〜てください.

Next time: Next time, we will learn how to report and respond: 通報・応急と報告 — calling for help and giving a handover.

UNIT 15 · 第15課 — 緊急時の対応

通報・応急と報告

By the end of this lesson you can: I can respond to a sudden change in a care user's condition, give first aid, and report accurately to a nurse or emergency services using when, where, who, and what happened.

WARM-UP

Imagine you are on the floor and a care user suddenly collapses. What are the first three things you would do, and what would you say to a colleague?

Model answer: まず、意識と呼吸を確認します。それから、近くの職員に「〇〇さんが倒れました。看護師を呼んでください」と伝えます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
通報	emergency call / notification (to emergency services or a doctor)	意識がない場合は、すぐに救急車を呼ぶ通報をしてください。 If the person is unconscious, call an ambulance (make the emergency call) immediately.
救急車	ambulance	救急車が来るまで、呼吸と意識を確認し続けてください。 Keep checking breathing and consciousness until the ambulance arrives.
看護師	nurse	看護師に状況を正確に伝えてください。 Please report the situation accurately to the nurse.
応急手当	first aid	転倒した利用者に応急手当をしました。 I gave first aid to the care user who fell.
意識	consciousness	意識はありますか。呼びかけに答えられますか。 Is the person conscious? Can they respond when you call out?
呼吸	breathing	呼吸が苦しそうなので、看護師を呼びました。 The person seems to be having trouble breathing, so I called the nurse.
状況	situation	今の状況を詳しく教えてください。 Please tell me the situation in detail.

時刻	time (of day) / the exact time	転倒した時刻は何時ですか。 What time did the fall happen?
正確	accurate / precise	正確な情報を看護師に伝えてください。 Please give the nurse accurate information.
落ち着いて	calmly	落ち着いて、ゆっくり話してください。 Please stay calm and speak slowly.

GRAMMAR: 正確な報告（いつ・どこで・だれが・どうした）と「〜ています／〜ました」

> READ AND NOTICE
> 職員A：もしもし、〇〇ホームです。利用者の田中さんが倒れました。 職員B：いつですか。 職員A：10分前です。2階の食堂で倒れています。意識はありますが、呼吸が少し苦しそうです。 職員B：わかりました。看護師を呼んでいます。救急車もお願いします。 職員A：はい、今、救急車を呼んでいます。

What do you notice? Look at the underlined parts: 倒れました, 倒れています, 呼んでいます, 苦しそうです. What is the difference between 〜ました and 〜ています in these reports?

The pattern: 〜ました reports a completed past event (what happened). 〜ています describes the current state or an action in progress (what is happening now). A good report uses both: past for the event, 〜ています for the present situation.

Pattern: [いつ] + [どこで] + [だれが] + [どうした（〜ました）] + [今の状況（〜ています）]. Use 〜ました for the event that already happened (e.g., 転びました, 倒れました). Use 〜ています for what is true now or in progress (e.g., 倒れています, 呼んでいます, 痛がっています). #1 mistake: reporting only the past event and forgetting the present state, so the nurse does not know what is happening now.

> COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE
> English often uses one past tense for both the event and the current state ('He fell and he is on the floor'). Japanese clearly separates the finished event (〜ました) from the ongoing state (〜ています).

田中さんが食堂で倒れました。	Mr. Tanaka collapsed in the dining room.
今、田中さんは食堂で倒れています。	Right now, Mr. Tanaka is lying on the floor in the dining room.
意識はありますが、呼吸が苦しそうです。	He is conscious, but his breathing seems difficult.
10分前から、看護師を呼んでいます。	I have been calling the nurse since 10 minutes ago.

救急車はまだ来ていません。	The ambulance has not arrived yet.
転倒した時刻は何時ですか。	What time did the fall happen?
落ち着いて、状況を正確に伝えてください。	Please stay calm and report the situation accurately.

USEFUL PHRASES

○○さんが倒れました。	To report the main event quickly and clearly.
今、○○さんは食堂で倒れています。	To describe the current state and location.
意識はあります。呼吸は苦しそうです。	To report consciousness and breathing.
転倒した時刻は10分前です。	To give the exact time of the event.
看護師を呼んでください。	To ask a colleague to call the nurse.
救急車をお願いします。	To request an ambulance.
落ち着いて、ゆっくり話してください。	To calm the person or a colleague.
状況を正確に伝えます。	To promise an accurate report.

PRACTICE

1. Which sentence correctly reports that a user is currently lying on the floor after a fall?

A. 利用者が転びません。

B. 利用者が転びます。

C. 利用者が転びました。

D. 利用者が転んでいます。

√ Answer: 利用者が転んでいます。

～ています describes the current state: the user is on the floor now.

2. 意識はありますが、呼吸が苦し___。

√ Answer: そうです

～そうです means 'seems / looks like'. Here: breathing seems difficult.

3. Put the report in the correct order:

田中さんが | 食堂で | 倒れました | 10分前です

√ Answer: 10分前です田中さんが食堂で倒れました

Time first, then who, where, and what happened: 10分前です。田中さんが食堂で倒れました。

4. Match the Japanese term with its English meaning:

通報	emergency call
応急手当	first aid
意識	consciousness
時刻	time
正確	accurate

These are key words for emergency reporting.

5. You need to ask a colleague to call an ambulance. What do you say?

A. 救急車を呼びましたか。

B. 救急車を呼んでください。

C. 救急車はどこですか。

D. 救急車が来ました。

√ Answer: 救急車を呼んでください。

〜てください is a polite request: please call an ambulance.

6. 落ち着いて、状況を___に伝えてください。

√ Answer: 正確

正確に means 'accurately'. This is a key phrase for reporting.

SPEAKING TASK

You are on the floor and a care user has fallen. Call the nurse on the phone and report the situation accurately using when, where, who, and what happened, plus the current state.

Situation: 利用者の佐藤さん（80代）が食堂で転倒しました。意識はありますが、足が痛いと言っています。あなたは看護師に電話で報告します。

- 佐藤さんが食堂で転倒しました。
- 時刻は10分前です。
- 意識はありますが、足が痛いと言っています。
- 今、佐藤さんは食堂で座っています。
- 看護師さん、すぐに来てください。

WRAP-UP

You can now give first aid and report a sudden change accurately to a nurse or emergency services using when, where, who, and what happened, and the current state.

Next time: Next lesson: '家族への説明と対応' — explaining the situation to family members and responding to their concerns.

Unit 16 · 第16課 — 家族とのコミュニケーション

UNIT 16 · 第16課 — 家族とのコミュニケーション

家族への説明と対応

By the end of this lesson you can: You can politely explain a resident's condition to their family using humble and empathetic Japanese.

WARM-UP

Imagine a family member asks you, 'How is my mother today?' What is the first sentence you would say?

Model answer: お母様のご様子ですが、今日は朝からよくお話をされています。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
家族 (かぞく)	family	ご家族が面会に来られました。 The family came to visit.
ご家族 (ごかぞく)	family (polite)	ご家族にご説明いたします。 I will explain to the family.
様子 (ようす)	condition, state, appearance	利用者の様子をお伝えします。 I will tell you about the resident's condition.
お伝えする (おつたえする)	to convey, to tell (humble)	担当者にお伝えします。 I will tell the person in charge.
ご心配 (ごしんぱい)	worry, concern (polite)	ご心配をおかけして申し訳ありません。 I am sorry for causing you worry.
安心 (あんしん)	relief, peace of mind	ご家族に安心していただけるように説明します。 I will explain so that the family feels relieved.
面会 (めんかい)	visit, meeting (with a resident)	面会の時間は午後2時からです。 Visiting hours are from 2 p.m.
説明 (せつめい)	explanation	医師から説明があります。 There will be an explanation from the doctor.
配慮 (はいりょ)	consideration, care	ご家族の気持ちに配慮します。 We consider the family's feelings.
相談 (そうだん)	consultation, discussion	いつでもご相談ください。 Please consult us anytime.

GRAMMAR: 謙譲・丁寧「お伝えします／ご説明いたします」と共感「ご心配ですね」

READ AND NOTICE

介護職員：お母様のご様子ですが、今日は朝からよくお話をされています。 家族：そうですか。でも、昨日はあまり食べなかったと聞きました。 介護職員：ご心配ですね。実は、昨日は少し食欲がなかったのですが、今日は昼食を半分ほど召し上がりました。 家族：それはよかったです。 介護職員：詳しいことは、後ほど看護師からご説明いたします。何かご不明な点がありましたら、いつでもご相談ください。

What do you notice? Look at the underlined phrases: お伝えします, ご説明いたします, ご心配ですね. Who is doing the action? Is it the caregiver or the family?

The pattern: The caregiver uses humble forms (お/ご + verb stem + します/いたします) to lower themselves and raise the family. ご心配ですね shows empathy by acknowledging the family's worry.

Pattern: お/ご + verb stem + します (humble) for your own actions; ご + noun + ですね for empathy. Use お伝えします when you tell something to the family, and ご説明いたします for a formal explanation. Use ご心配ですね to show you understand their worry. #1 mistake: using ご説明します to the family about their own action—use it only for your action.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses 'I will explain' directly; Japanese humble forms lower the speaker, so they sound more polite and respectful to the family.

ご家族に利用者の様子をお伝えします。	I will tell the family about the resident's condition.
私からご説明いたします。	I will explain (humble).
ご心配ですね。	You must be worried.
ご心配をおかけして申し訳ありません。	I am sorry for causing you worry.
看護師がご説明いたしますので、少々お待ちください。	The nurse will explain, so please wait a moment.
何かご不明な点はございませんか。	Do you have any questions?

USEFUL PHRASES

お母様のご様子ですが、...	To start explaining a resident's condition to a family member.
ご心配ですね。	To show empathy when the family expresses worry.

私からご説明いたします。	To offer to explain something yourself in a humble way.
詳しいことは、後ほど看護師からご説明いたします。	To defer detailed medical explanation to the nurse.
何かご不明な点がありましたら、いつでもご相談ください。	To invite questions and consultation.
ご安心ください。	To reassure the family.
ご面会の時間は…	To inform about visiting hours.

PRACTICE

1. 家族に利用者の様子を伝えるとき、最も適切な表現はどれですか。

A. お母様の様子を話します。
B. お母様のご様子をお伝えします。
C. お母さんの様子を言います。
D. お母さんの様子を伝えます。

√ Answer: お母様のご様子をお伝えします。

Use ご様子 and お伝えします for polite humble speech to family.

2. ご家族に安心していただけるように、詳しいことを_____。

√ Answer: ご説明いたします

Use humble ご説明いたします for your own action of explaining.

3. Put in order to make a polite sentence:

ご心配 | です | ね | 。

√ Answer: ご心配ですね。

The empathetic phrase is ご心配ですね。

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

ご心配ですね	You must be worried.
お伝えします	I will tell (humble).
ご説明いたします	I will explain (humble).
ご相談ください	Please consult us.

These are key phrases for family communication.

5. 家族が「昨日は食べなかったそうですね」と心配しています。共感を示す最初の一言はどれですか。

A. ご心配ですね。

B. わかりました。

C. いいえ、食べました。

D. そうですか。

√ Answer: ご心配ですね。

Show empathy first with ご心配ですね before explaining.

6. 何かご不明な点がありましたら、いつでも_____ください。

√ Answer: ご相談

The phrase is ご相談ください (please consult).

SPEAKING TASK

Role-play: A family member asks you about their mother's condition. Explain politely using humble forms and show empathy. Then offer further consultation.

Situation: あなたは介護職員です。利用者（山田花子さん、85歳）の娘さんが面会に来ました。娘さんは「母は最近どうですか？昨日はあまり食べなかったと聞いて心配です」と話しています。山田さんの今日の様子（朝からよく話している、昼食を半分食べた）を伝え、詳しいことは看護師から説明があることを伝え、最後に相談を促してください。

お母様のご様子ですが、... | ご心配ですね。 | 私からご説明いたします。

詳しいことは、後ほど看護師からご説明いたします。

何かご不明な点がありましたら、いつでもご相談ください。

WRAP-UP

You can now politely explain a resident's condition to family using humble forms and empathy.

Next time: Next lesson: '苦情と配慮ある対応' — handling complaints and responding with consideration.

UNIT 16 · 第16課 — 家族とのコミュニケーション

苦情と配慮ある対応

By the end of this lesson you can: You can respond calmly and considerately to complaints and worries from residents' families, using apology and cushion phrases appropriately.

WARM-UP

Think of a time when a family member or customer was upset. What did you say first — an explanation, or an apology? In Japanese care settings, which comes first, do you think?

Model answer: まず「申し訳ございません」と謝って、それから話を聞きます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
苦情（くじょう）	complaint (a formal expression of dissatisfaction, often from a family member)	ご家族から苦情がありました。 There was a complaint from a family member.
不満（ふまん）	dissatisfaction, discontent (a feeling that something is not good enough)	利用者さまの不満をよく聞きます。 We listen carefully to residents' dissatisfaction.
不安（ふあん）	anxiety, worry	ご家族は転倒の不安を持っています。 The family is worried about falls.
申し訳ございません（もうしわけございません）	I am very sorry (formal apology used with families and visitors)	ご心配をおかけして、申し訳ございません。 I am very sorry for causing you worry.
傾聴（けいちょう）	active listening (listening carefully and showing you understand)	まず傾聴が大切です。 First of all, active listening is important.
謝る（あやまる）	to apologize	すぐに謝ることが大切です。 It is important to apologize right away.

確認（かくにん）	confirmation, checking	事実を確認してから説明します。 I will confirm the facts before explaining.
上司（じょうし）	supervisor, boss	上司に相談してから、お返事します。 I will talk to my supervisor and then reply.
相談（そうだん）	consultation, talking something over	一人で決めないで、相談してください。 Please don't decide alone; consult someone.
対応（たいおう）	handling, response (how you deal with a person or situation)	苦情への対応は、落ち着いて行います。 We handle complaints calmly.

GRAMMAR: 謝罪とクッション言葉「申し訳ございません／恐れ入りますが」

> **READ AND NOTICE**
> 家族：「先週、母が転んだと聞きました。どうしてすぐに連絡してくれなかったんですか。」 職員：「ご心配をおかけして、申し訳ございません。恐れ入りますが、少し状況を確認させていただけますか。」 家族：「...はい。」 職員：「お待たせして申し訳ございません。転倒のあと、すぐに看護師が確認しました。ご連絡が遅くなり、申し訳ございませんでした。」 家族：「そうだったんですね。」 職員：「恐れ入りますが、今後はすぐにご連絡するようにいたします。」

What do you notice? Look at the phrases 申し訳ございません and 恐れ入りますが. When do they appear — before or after the explanation? What comes right after 恐れ入りますが?

The pattern: Apology (申し訳ございません) comes FIRST, before any explanation. 恐れ入りますが is a cushion phrase: it softens a request or a difficult topic, and the request follows it (確認させていただけますか / 今後は...いたします).

PATTERN: 申し訳ございません（apology）→ 恐れ入りますが + request/soft statement. 1) Start with an apology, not an excuse. 申し訳ございません is the polite form for families and visitors. 2) 恐れ入りますが is a 'cushion' — a soft phrase before asking or saying something difficult. It means 'I'm sorry to trouble you, but...'. 3) After the cushion, say the request or the action clearly (確認させていただけますか / お時間をいただけますか). #1 mistake: explaining first and apologizing later. In Japanese care settings, apologize first, then confirm and explain.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often starts with the reason ('The reason we didn't call was...'). Japanese service language starts with the apology and uses 恐れ入りますが to protect the listener's feelings before a request.

ご心配をおかけして、申し訳ございません。	I am very sorry for causing you worry.
恐れ入りますが、少しお時間をいただけますか。	I'm sorry to trouble you, but could I have a little of your time?
申し訳ございません。すぐに上司に確認いたします。	I am very sorry. I will check with my supervisor right away.
恐れ入りますが、こちらにお名前をお願いできますか。	I'm sorry to trouble you, but could you write your name here?
ご連絡が遅くなり、申し訳ございませんでした。	I am very sorry that I contacted you late.
恐れ入りますが、もう一度お話しいただけますか。	I'm sorry to trouble you, but could you tell me once more?
申し訳ございません。確認してから、お返事いたします。	I am very sorry. I will reply after confirming.

USEFUL PHRASES

ご心配をおかけして、申し訳ございません。	Opening apology when a family member is worried or upset.
恐れ入りますが、少し状況を確認させていただけますか。	Cushion phrase + request to check the facts before explaining.
お待たせして申し訳ございません。	Apology for making someone wait.
ご連絡が遅くなり、申し訳ございませんでした。	Apologizing for a late call or late information.
まず、お話をゆっくり伺います。	Showing active listening (傾聴) at the start.
上司に相談してから、お返事いたします。	When you cannot decide alone and need to consult your supervisor.
今後はすぐにご連絡するようにいたします。	Promising a concrete improvement after the apology.

ご不明な点がありましたら、いつでもお知らせください。	Closing phrase inviting further questions.

PRACTICE

1. 家族：「母が転んだと聞きました。どうして連絡してくれなかったんですか。」— What is the BEST first line?

A. ご連絡が遅くなり、申し訳ございません。

B. 転んだのは、母さまが自分で歩いたからです。

C. あとで、上司に聞いてください。

D. それは、私たちのせいではありません。

√ Answer: ご連絡が遅くなり、申し訳ございません。

Apologize first (申し訳ございません), before explaining or defending.

2. ___が、少しお時間をいただけますか。

√ Answer: 恐れ入ります

恐れ入りますが is the cushion phrase before a request.

3. Put the response in the best order:

申し訳ございません。	少し状況を	確認させて	いただけますか。

√ Answer: 申し訳ございません。少し状況を確認させていただけますか。

Apology first, then a polite request to confirm the facts.

4. Match the word with its meaning:

苦情	complaint
傾聴	active listening
上司	supervisor
対応	handling / response

These are key words for handling family complaints.

5. You are not sure whether you can promise a change. What do you say?

A. はい、必ずそうします。

B. あとで電話します。

C. 知りません。

D. 上司に相談してから、お返事いたします。

√ Answer: 上司に相談してから、お返事いたします。

Do not promise alone; consult your supervisor (上司に相談) first.

6. ご家族の不安をよく聞くことを、___といいます。

√ Answer: 傾聴

傾聴 = active listening, the first step in handling complaints.

SPEAKING TASK

Roleplay with a partner. One person is a worried family member; the other is the care worker. Use an apology first, a cushion phrase, active listening, and a promise to consult your supervisor. Then switch roles.

Situation: A daughter says: 「先週、母が転んだと聞きました。どうしてすぐに連絡してくれなかったんですか。」 You must respond calmly and considerately.

ご心配をおかけして、申し訳ございません。

恐れ入りますが、少し状況を確認させていただけますか。

まず、お話をゆっくり伺います。

上司に相談してから、お返事いたします。

今後はすぐにご連絡するようにいたします。

WRAP-UP

You can now respond to complaints and worries with a first apology, a cushion phrase, active listening, and a clear next step.

Next time: Next lesson: 看取りと寄り添い — how to support a resident and their family at the end of life, with calm, respectful language.

Unit 17 · 第17課 — 看取りとターミナルケア

UNIT 17 · 第17課 — 看取りとターミナルケア

看取りと寄り添い

By the end of this lesson you can: You can accompany a terminally ill resident and their family with dignity, using gentle, indirect Japanese suitable for sensitive topics.

WARM-UP

Think of a time you had to talk about something very sensitive (like death or serious illness) with someone you care for. How did you start the conversation? What words did you choose?

Model answer: 「少しだけ、これからのことをお話ししてもいいですか。無理なさらないでくださいね。」

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
看取り (みとり)	end-of-life care; being present at the final moments (lit. 'seeing off')	特養では、ご家族と一緒に看取りを行うことが増えています。 In special nursing homes, end-of-life care together with the family is increasing.
終末期 (しゅうまつき)	terminal phase; end-of-life period	終末期になると、食事や水分の量が自然に減ることがあります。 In the terminal phase, the amount of food and fluids may naturally decrease.
ターミナルケア	terminal care; care focused on comfort and quality of life at the end of life	ターミナルケアでは、苦痛を和らげることを第一に考えます。 In terminal care, relieving suffering is the first priority.
尊厳 (そんげん)	dignity	最期までその人の尊厳を守ることが、私たちの大切な役割です。 Protecting the person's dignity until the end is our important role.
苦痛 (くつう)	pain; suffering (physical or mental)	苦痛があるときは、すぐに看護師に報告してください。 When there is pain, please report to the nurse immediately.
安楽 (あんらく)	comfort; ease (often in 安楽に過ごす = to spend time comfortably)	利用者が安楽に過ごせるように、体位を工夫します。 We adjust the person's position so they can spend time comfortably.

寄り添う (よりそう)	to be close to someone emotionally; to accompany and support	言葉が少なくても、そばにいて寄り添うことが大切です。 Even if there are few words, being close and accompanying them is important.
静か (しずか)	quiet; calm	終末期の部屋は、静かな環境を整えましょう。 For a terminal-phase room, let's create a quiet environment.
穏やか (おだやか)	gentle; calm; peaceful (atmosphere or expression)	利用者の表情が穏やかで、こちらも安心しました。 The resident's expression was peaceful, and we felt relieved too.
見守る (みまもる)	to watch over; to keep an eye on without interfering	ご家族が到着するまで、そっと見守りましょう。 Until the family arrives, let's quietly watch over them.

GRAMMAR: INDIRECT, POLITE EXPRESSIONS FOR SENSITIVE TOPICS AND GENTLE, QUIET SPEECH

> **READ AND NOTICE**
> A: 田中さんのご家族から、これからのことについて相談がありました。 B: そうですか。少しだけ、お話ししてもいいですか。 A: はい、どうぞ。無理なさらないでくださいね。 B: 終末期のことを、どのようにお伝えしたらよいでしょうか。 A:「これからのことを一緒に考えましょう」と、やわらかくお伝えするといいと思います。 B: わかりました。静かな場所で、ゆっくりお話しします。

What do you notice? Look at the underlined parts:「少しだけ、お話ししてもいいですか」「無理なさらないでくださいね」「やわらかくお伝えする」. What do you notice about how the speaker asks and gives advice? Are they direct or indirect?

The pattern: The speaker uses softeners like 少しだけ, ～してもいいですか, ～ないでくださいね, and やわらかく to make requests and advice less direct and more gentle. This is typical for sensitive topics.

Pattern: 少しだけ + [verb]てもいいですか / 無理なさらないでくださいね / やわらかく + [verb] / ～かもしれません. For sensitive topics, avoid direct words like 死 or 亡くなる. Use indirect phrases:「これからのこと」「そのときが来たら」「お見送り」. Use a quiet voice and add ね or か to soften. #1 mistake: using direct words like「死にますか」 or「もう治りません」 — this can hurt the person and family.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often uses direct words like 'death' or 'dying' in medical settings, but Japanese care settings prefer indirect expressions like 「看取り」「終末期」「お見送り」 to show respect and protect feelings.

少しだけ、これからのことをお話ししてもいいですか。	May I talk a little about the future?
無理なさらないでくださいね。	Please don't push yourself too hard.
ご家族には、やわらかくお伝えしましょう。	Let's tell the family gently.
そのときが来たら、私たちがそばにいます。	When that time comes, we will be by your side.
静かな場所で、ゆっくりお話ししませんか。	Shall we talk slowly in a quiet place?
不安なことがあったら、いつでもおっしゃってくださいね。	If you have any worries, please tell us anytime.

USEFUL PHRASES

少しだけ、お話ししてもいいですか。	To gently ask permission to discuss a sensitive topic.
無理なさらないでくださいね。	To tell someone not to overdo it, with care.
やわらかくお伝えしますね。	To promise to convey information gently.
そのときが来たら、私たちがそばにいます。	To reassure that you will be present at the end.
静かな場所で、ゆっくりお話ししましょう。	To suggest moving to a quiet place for a serious talk.
ご家族の気持ちも、大切にしたいと思います。	To show respect for the family's feelings.
何かあったら、いつでもお知らせください。	To offer ongoing support.

PRACTICE

1. Which phrase is most appropriate to ask a family about end-of-life care?

A. 「お母さんの看取りはいつですか。」
B. 「お母さんは治りませんよ。」
C. 「お母さんはもう死にますか。」
D. 「お母さんの終末期について、少しお話ししてもいいですか。」

✓ Answer: 「お母さんの終末期について、少しお話ししてもいいですか。」

Option 1 is too direct and insensitive. Option 3 is blunt. Option 4 is too direct about timing. Option 2 uses 終末期 and 少しお話ししてもいいですか to be gentle.

2. ご家族には、___お伝えしましょう。 (gently)

✓ Answer: やわらかく

やわらかく means 'gently' and is used with お伝えする for sensitive information.

3. Put in order to make a gentle request:

少しだけ	お話し	しても	いいですか

✓ Answer: 少しだけお話ししてもいいですか

少しだけ + お話ししてもいいですか = 'May I talk a little?' This softens the request.

4. Match the word with its meaning:

看取り	end-of-life care
尊厳	dignity
苦痛	pain/suffering
寄り添う	to be close emotionally

These are key terms for terminal care.

5. Choose the best phrase to reassure a resident who is anxious about the end.

A. 「心配しないでください。もう長くありません。」
B. 「死ぬのは怖いですか。」
C. 「そのときが来たら、私たちがそばにいます。」
D. 「大丈夫ですよ、死にませんよ。」

✓ Answer: 「そのときが来たら、私たちがそばにいます。」

Option 2 is indirect and reassuring. Others are either false reassurance or too direct.

6. 利用者の表情が___で、安心しました。 (peaceful)

✓ Answer: 穏やか

穏やか describes a peaceful expression or atmosphere.

SPEAKING TASK

In pairs, role-play a conversation between a care worker and a family member. The family member is worried about the resident's terminal phase. Use at least three redemittel phrases to speak gently and indirectly.

Situation: 場所：特別養護老人ホームの相談室。家族：「母の様子が変わってきた気がします。これからどうなりますか。」あなたは介護職員として、やわらかく説明し、寄り添う。

- 少しだけ、お話ししてもいいですか。
- 無理なさらないでくださいね。
- やわらかくお伝えしますね。
- そのときが来たら、私たちがそばにいます。

WRAP-UP

You can now use gentle, indirect Japanese to accompany a terminally ill resident and their family with dignity.

Next time: Next time, we will learn about grief care after a resident passes away, including how to support bereaved families and colleagues.

UNIT 17 · 第17課 — 看取りとターミナルケア

お別れとグリーフケア

By the end of this lesson you can: You can offer considerate, appropriate words of condolence and support to a resident's family at the time of death, using set phrases and indirect, respectful Japanese.

WARM-UP

Imagine a resident you have cared for has just passed away, and their daughter arrives at the facility. What would you say first? What should you avoid saying?

Model answer: このたびは、ご逝去（ごせいきょ）の報（しら）せをいただき、心（こころ）よりお悔（く）やみ申（もう）し上（あ）げます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
お別れ（おわかれ）	farewell, the final goodbye (to a resident who has died)	ご家族（かぞく）と一緒（いっしょ）に、利用者（りようしゃ）さんとの最後（さいご）のお別れの時間（じかん）をつくりました。 We made time for the family to have a final farewell with the resident.
ご逝去（ごせいきょ）	death, passing (formal, respectful word for someone's death)	昨夜（ゆうべ）、山田（やまだ）さんがご逝去されました。 Mr./Ms. Yamada passed away last night.
お悔やみ（おくやみ）	condolences, words of sympathy	ご家族にお悔やみを申（もう）し上（あ）げました。 I offered my condolences to the family.
ご冥福（ごめいふく）をお祈りいたします	I pray for the repose of the soul (set condolence phrase)	心（こころ）よりご冥福をお祈りいたします。 I sincerely pray for the repose of their soul.
エンゼルケア	post-mortem care, 'angel care' (care of the body after death)	エンゼルケアの前（まえ）に、ご家族に声（こえ）をかけました。 Before post-mortem care, I spoke to the family.
家族（かぞく）	family	ご家族が到着（とうちゃく）するまで、そばにいました。 I stayed by the resident's side until the family arrived.

悲しみ（かなしみ）	sadness, grief	ご家族の悲しみに寄（よ）り添（そ）うことが大切（たいせつ）です。 It is important to be close to the family's grief.
配慮（はいりょ）	consideration, thoughtfulness	ご家族への配慮を忘（わす）れないでください。 Please don't forget consideration for the family.
言葉（ことば）	words, language	お別れのとき、どんな言葉をかければいいか迷（まよ）います。 At a farewell, I hesitate about what words to say.
支（ささ）える	to support, to hold up	ご家族を支（ささ）えるような声（こえ）かけを心（こころ）がけています。 I try to speak in a way that supports the family.

GRAMMAR: お悔やみの定型表現と配慮のある間接的な言い方

> **READ AND NOTICE**
> （夜勤（やきん）のあと、スタッフルームで） 田中：佐藤（さとう）さん、昨夜（ゆうべ）、山田（やまだ）さんがご逝去されました。 佐藤：そうですか……。ご家族には、もうお伝（つた）えしましたか。 田中：はい。ご家族が到着（とうちゃく）されるまで、お部屋（へや）でお待（ま）ちいただくようにお伝（つた）えしました。 佐藤：わかりました。では、ご家族にお悔やみを申（もう）し上（あ）げてから、エンゼルケアの準備（じゅんび）をしましょう。 田中：はい。心（こころ）よりご冥福をお祈りいたします、とお伝（つた）えしてもいいですか。 佐藤：もちろんです。でも、ご家族の悲（かな）しみに配慮（はいりょ）して、強（つよ）く言いすぎないようにしましょう。

What do you notice? Look at the underlined phrases: ご逝去されました, お悔やみを申し上げます, ご冥福をお祈りいたします, お待ちいただく. What do they have in common? How direct are they?

The pattern: They are all fixed, polite set phrases (定型表現) using ご/お + a formal verb (申し上げる, お祈りする, いただく). They avoid direct words like 死ぬ and soften the message. This is 配慮のある間接的な言い方 — considerate, indirect Japanese.

PATTERN: ご/お + noun + する/いたす (formal set phrases), and indirect softening. 1) For death and condolences, Japanese uses fixed polite phrases: ご逝去されました (passed away), お悔やみを申し上げます (I offer condolences), ご冥福をお祈りいたします (I pray for their soul). 2) These are more indirect than 死にました (died) — they show 配慮 (consideration) to the family. 3) To soften requests/actions, use 〜ていただく (have someone do) instead of a direct command: お待ちいただく (please wait → we ask you to wait). #1 mistake: don't use plain 死ぬ/死んだ with a family; and don't say お悔やみをします — the set phrase is お悔やみを申し上げます.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English often says 'I'm sorry for your loss' directly. Japanese condolences rely on fixed formal phrases (ご冥福をお祈りいたします) and avoid the word 'death' — directness can feel cold or rude.

このたびは、ご逝去の報せをいただき、心よりお悔やみ申し上げます。	I was saddened to hear of the passing, and I offer my sincere condolences.
ご冥福をお祈りいたします。	I pray for the repose of their soul.
ご家族が到着されるまで、こちらでお待ちいただけますか。	Could you wait here until your family arrives? (indirect, considerate)
ご家族の悲しみに配慮して、ゆっくりお話ししましょう。	Let's speak slowly, with consideration for the family's grief.
お悔やみを申し上げます。どうぞお力（ちから）を落（お）とさないでください。	Please accept my condolences. Please don't lose your strength.
エンゼルケアの前に、ご家族に一言（ひとこと）お声（こえ）がけいただけますか。	Could you say a word to the family before post-mortem care? (indirect request)
お別れの時間を、ご家族と一緒に過（す）ごしていただけますか。	Could you spend the farewell time together with your family?

USEFUL PHRASES

このたびは、ご逝去の報せをいただき、心よりお悔やみ申し上げます。	First words to the family when you meet them after a death.
心よりご冥福をお祈りいたします。	Closing condolence phrase, e.g. at the end of the conversation.
ご家族が到着されるまで、こちらでお待ちいただけますか。	Indirectly asking the family to wait in a room.
お別れの時間を、ゆっくりお取（と）りください。	Inviting the family to take their time saying goodbye.
ご家族の悲しみに配慮して、そばに寄り添（よりそ）わせていただきます。	Showing you will stay close and support the family.
何（なに）かお手伝（てつだ）いできることがあれば、お声がけください。	Offering practical support in a gentle way.
エンゼルケアの前に、ご家族に一言お声がけいただけますか。	Indirectly asking a colleague to speak to the family before post-mortem care.

PRACTICE

1. ご家族に、利用者さんの死を伝えるとき、一番配慮のある言い方はどれですか。

A. 山田さんはもういません。

B. 山田さんがご逝去されました。

C. 山田さんが亡（な）くなりました。

D. 山田さんは死にました。

√ Answer: 山田さんがご逝去されました。

ご逝去されました is the most respectful, indirect set phrase for a family.

2. このたびは、心よりお悔やみ_____。

√ Answer: 申し上げます

The set phrase is お悔やみを申し上げます (not します).

3. Put in order to make a considerate condolence:

ご逝去の報せを	いただき	心より	お悔やみ申し上げます

√ Answer: ご逝去の報せをいただき心よりお悔やみ申し上げます

このたびは、ご逝去の報せをいただき、心よりお悔やみ申し上げます。

4. Match the Japanese phrase with its meaning:

ご冥福をお祈りいたします	I pray for the repose of their soul
エンゼルケア	post-mortem care of the body
お悔やみ	condolences
配慮	consideration

These are key terminal-care phrases and terms.

5. ご家族に、待ってもらうときの間接的な言い方はどれですか。

A. ここで待ってください。

B. こちらでお待ちいただけますか。

C. ここで待ちなさい。

D. 待てますか。

√ Answer: こちらでお待ちいただけますか。

お待ちいただけますか is the polite, indirect request (〜ていただく).

6. ご家族の悲しみに_____て、ゆっくりお話ししましょう。

√ Answer: 配慮

配慮して = with consideration for. 悲しみに配慮する is a natural collocation.

SPEAKING TASK

Roleplay: a resident has just passed away and the daughter arrives. Greet her, offer condolences using a set phrase, invite her to take time for the farewell, and offer support — all with 配慮 (consideration).

Situation: 夜勤明けの朝、山田さんの娘さんが施設に到着しました。あなたは介護職員として、ご家族に声をかけます。

- このたびは、ご逝去の報せをいただき、心よりお悔やみ申し上げます。
- お別れの時間を、ゆっくりお取りください。
- 何かお手伝いできることがあれば、お声がけください。
- 心よりご冥福をお祈りいたします。

WRAP-UP

You can now offer considerate, indirect condolences and support to a family at a farewell, using set phrases like お悔やみ申し上げます and ご冥福をお祈りいたします.

Next time: Next lesson: 特定技能・EPA の制度 — the Specified Skilled Worker and EPA systems, and what they mean for your work in Japan.

Unit 18 · 第18課 — 制度と資格

UNIT 18 · 第18課 — 制度と資格

特定技能・EPA の制度

By the end of this lesson you can: You can understand the residence status and working conditions of the Specified Skilled Worker (特定技能) and EPA programs, and explain them using ～場合 and ～なければなりません.

WARM-UP

Have you ever seen the words 特定技能 or EPA on a job posting or in a visa document? What do you already know about them?

Model answer: はい。「特定技能」は在留資格の一つで、介護の仕事ができます。EPAは経済連携協定で、インドネシアなどから来ます。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
特定技能（とくていぎのう）	Specified Skilled Worker: a residence status for workers with specific skills, including care work	特定技能の在留資格で、介護施設で働いています。 I work at a care facility with the Specified Skilled Worker residence status.
EPA（経済連携協定）	Economic Partnership Agreement: a program that brings care workers from Indonesia, the Philippines, and Vietnam	EPAの介護福祉士候補者は、日本語の勉強もしなければなりません。 EPA care worker candidates must also study Japanese.
在留資格（ざいりゅうしかく）	residence status (visa status) in Japan	在留資格を更新する場合、書類を準備してください。 If you renew your residence status, please prepare the documents.
介護（かいご）	caregiving; long-term care work	介護の仕事は、利用者の生活を支える仕事です。 Care work is work that supports the daily lives of residents.
技能実習（ぎのうじっしゅう）	Technical Intern Training program	技能実習から特定技能に変わる人も多いです。 Many people change from Technical Intern Training to Specified Skilled Worker.

受け入れ（うけいれ）	accepting / receiving (foreign workers)	施設は外国人スタッフの受け入れを進めています。 The facility is promoting the acceptance of foreign staff.
支援（しえん）	support; assistance	登録支援機関が生活の支援をしてくれます。 A registered support organization provides daily-life support.
登録支援機関（とうろくしえんきかん）	registered support organization (for Specified Skilled Workers)	登録支援機関に相談する場合は、早めに連絡しましょう。 If you consult a registered support organization, contact them early.
更新（こうしん）	renewal (of a visa or contract)	在留資格の更新は、期限の前にしなければなりません。 You must renew your residence status before the deadline.
条件（じょうけん）	condition; requirement	特定技能の条件は、試験に合格することです。 The condition for Specified Skilled Worker is passing the exam.

GRAMMAR: 制度を説明する書き言葉と条件「〜場合／〜なければなりません」

> **READ AND NOTICE**
> A: 特定技能で働く場合、何が必要ですか。 B: 介護日本語評価試験と介護技能評価試験に合格しなければなりません。 A: 在留資格を更新する場合も、試験が必要ですか。 B: いいえ、更新の場合は、試験は必要ありません。でも、期限までに更新しなければなりません。 A: 登録支援機関に相談する場合はどうですか。 B: 無料で相談できます。でも、自分で連絡しなければなりません。

What do you notice? Look at the parts with 〜場合 and 〜なければなりません. When do we use 〜場合? What does 〜なければなりません add to the sentence?

The pattern: 〜場合 means 'in the case of / when' and comes after a noun or verb (e.g., 更新する場合, 更新の場合). 〜なければなりません means 'must / have to' and expresses an obligation or condition.

Pattern: [noun] の場合 / [verb-dictionary] 場合 → 'in the case of / when'. Pattern: [verb-ない stem] なければなりません → 'must / have to'. Use 〜場合 to explain rules and conditions in

written or formal spoken Japanese. Use ～なければなりません to state an obligation. #1 mistake: using ～場合は with a verb in the ます form (×更新します場合). Use the dictionary form: 更新する場合.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English uses 'if' for both real conditions and rules. Japanese ～場合 is more formal and common in rules and documents; for everyday 'if', ～たら is more natural.

特定技能で働く場合、試験に合格しなければなりません。	If you work as a Specified Skilled Worker, you must pass the exam.
在留資格を更新する場合は、書類を準備してください。	If you renew your residence status, please prepare the documents.
EPAの場合は、日本語の勉強もしなければなりません。	In the case of EPA, you must also study Japanese.
登録支援機関に相談する場合、早めに連絡したほうがいいです。	If you consult a registered support organization, it's better to contact them early.
技能実習から特定技能に変わる場合、新しい試験が必要ですか。	If you change from Technical Intern Training to Specified Skilled Worker, is a new exam necessary?
いいえ、更新の場合は、試験を受けなくてもいいです。	No, in the case of renewal, you don't have to take the exam.
条件を守らなければなりませんか。	Do I have to follow the conditions?
はい、条件を守らなければなりません。	Yes, you must follow the conditions.

USEFUL PHRASES

～の場合、～なければなりません。	To explain a rule or obligation in a formal situation, e.g., at orientation or when talking to a support organization.
在留資格を更新する場合、何が必要ですか。	To ask what documents or steps are needed for visa renewal.
登録支援機関に相談したほうがいいです。	To recommend consulting a registered support organization.
特定技能の条件は、試験に合格することです。	To explain the requirements for the Specified Skilled Worker status.

技能実習から特定技能に変わる場合、試験が必要ですか。	To ask about changing from Technical Intern Training to Specified Skilled Worker.
期限までに更新しなければなりません。	To remind someone that renewal must be done before the deadline.
受け入れの条件を確認してください。	To tell someone to check the conditions of acceptance.

PRACTICE

1. 特定技能で働く（　）、介護日本語評価試験に合格しなければなりません。

A. たら
B. 場合
C. ときに
D. ので

√ Answer: 場合

～場合 is used to state a condition or rule in formal Japanese. '特定技能で働く場合' means 'if/when working as a Specified Skilled Worker'.

2. 在留資格を更新する_____、書類を準備しなければなりません。

√ Answer: 場合

The noun 場合 follows a verb in the dictionary form (更新する) to mean 'in the case of renewing'.

3. Put in order to make a correct sentence:

登録支援機関 | に | 相談する | 場合 | は | 無料です

√ Answer: 登録支援機関に相談する場合は無料です

The pattern is [noun] に相談する場合, meaning 'if you consult [noun]'. は marks the topic.

4. Match the term with its meaning:

特定技能	a residence status for skilled workers including care
EPA	Economic Partnership Agreement program
登録支援機関	registered support organization
更新	renewal of a visa or contract
条件	condition or requirement

These are key terms for understanding the system. Review them in context.

5. Which sentence correctly uses ～なければなりません?

A. 在留資格を更新するなければなりません。

B. 在留資格を更新しなければなります。

C. 在留資格を更新しなければなりません。

D. 在留資格を更新になければなりません。

√ Answer: 在留資格を更新しなければなりません。

The correct form is [verb-ない stem] + なければなりません: 更新し + なければなりません.

6. EPAの候補者は、日本語を勉強し_____。

√ Answer: なければなりません

～なければなりません expresses obligation: 'must study Japanese'.

SPEAKING TASK

In pairs, one person is a new care worker from EPA, and the other is a senior staff member. Ask and explain the conditions for working and renewing your status. Use ～場合 and ～なければなりません.

Situation: 新人スタッフ：すみません、特定技能の在留資格について教えてください。 先輩：はい。特定技能で働く場合、まず試験に合格しなければなりません。 新人：更新する場合はどうですか。 先輩：更新の場合は、試験は必要ありませんが、期限までに更新しなければなりません。

～の場合、～なければなりません。 | 更新する場合、何が必要ですか。 | 登録支援機関に相談したほうがいいです。

WRAP-UP

You can now understand and explain the residence status and working conditions of the Specified Skilled Worker and EPA programs using ～場合 and ～なければなりません.

Next time: Next, we will look at the 介護福祉士 qualification and the evaluation exams (介護日本語評価試験 and 介護技能評価試験) in more detail.

UNIT 18 · 第18課 — 制度と資格

介護福祉士と評価試験

By the end of this lesson you can: You can understand the 介護福祉士 *qualification and the* 介護日本語評価試験 / 介護技能評価試験*, and talk about your own study goals using* ～を目指します *and* ～に合格するために*.*

WARM-UP

Think about your own career in Japan. Do you want to become a 介護福祉士 one day? What exam(s) do you need to pass, and what are you doing now to prepare?

Model answer: はい、将来は介護福祉士を目指しています。そのために、まず介護日本語評価試験に合格したいです。毎日、漢字と専門用語を勉強しています。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
介護福祉士（かいごふくし）	certified care worker (the Japanese national care qualification)	介護福祉士は、介護の国家資格です。 A 介護福祉士 is a national care qualification.
国家試験（こっかしけん）	national examination	介護福祉士になるために、国家試験を受けます。 To become a certified care worker, you take the national exam.
介護日本語評価試験（かいごにほんごひょうかしけん）	Care Japanese Evaluation Test (assesses care-related Japanese)	介護日本語評価試験は、介護の日本語をはかる試験です。 The Care Japanese Evaluation Test measures your care-related Japanese.
介護技能評価試験（かいごぎのうひょうかしけん）	Care Skills Evaluation Test (assesses practical care skills)	介護技能評価試験では、実際の介護の技術が試されます。 In the Care Skills Evaluation Test, your actual care skills are tested.
合格（ごうかく）	passing (an exam)	試験に合格したら、次のステップに進めます。 Once you pass the exam, you can move to the next step.
受験（じゅけん）	taking an exam	来年、介護福祉士の国家試験を受験する予定です。 I plan to take the national care worker exam next year.

資格（しかく）	qualification / license	この資格を取ると、仕事の幅が広がります。 Getting this qualification broadens your work options.
勉強（べんきょう）	study	休みの日に、専門用語を勉強しています。 On my days off, I study technical terms.
申込（もうしこみ）	application (for an exam, etc.)	試験の申込は、インターネットでできます。 You can apply for the exam online.
対策（たいさく）	preparation / measures (for an exam)	試験対策として、過去問を解いています。 As exam preparation, I do past questions.

GRAMMAR: ～を目指します／～に合格するために

> **READ AND NOTICE**
> A：田中さんは、将来どうしたいですか。 B：はい、介護福祉士を目指しています。そのために、まず介護日本語評価試験に合格したいです。 A：いいですね。合格するために、どんな勉強をしていますか。 B：毎日、専門用語を勉強しています。それから、先輩に質問しています。 A：試験の申込はもうしましたか。 B：いいえ、まだです。申込の締め切りを確認してから、申し込みます。

What do you notice? Look at the phrases ～を目指しています, ～に合格したいです, and ～するために. What do they have in common? What comes before 目指します and ために?

The pattern: They all express a goal or purpose. 目指します takes を + a noun (a person/thing you aim to become). ために follows a verb dictionary form (合格するために) or a noun + の (試験のために) and means 'in order to / for the purpose of'. 合格する is paired with に (～に合格する).

Pattern: [goal] を目指します = 'aim to become/achieve [goal]'. [verb-dictionary] ために = 'in order to [verb]'. [noun] の ために = 'for [noun]'. ～に合格する = 'pass (an exam)'. #1 mistake: saying 介護福祉士に目指します — use を, not に, with 目指します.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English 'aim to become' uses 'to', but Japanese 目指します takes を: 介護福祉士を目指します. Also, ために needs a dictionary-form verb (合格するために), not a ます-form (×合格しますために).

私は将来、介護福祉士を目指しています。	I aim to become a certified care worker in the future.
試験に合格するために、毎日勉強しています。	I study every day in order to pass the exam.
介護技能評価試験に合格するために、実技の練習をしています。	I practice practical skills in order to pass the Care Skills Evaluation Test.
資格を取るために、専門学校に通っています。	I attend a vocational school in order to get the qualification.
まだ国家試験を目指していませんが、まず日本語を勉強しています。	I'm not aiming for the national exam yet, but first I'm studying Japanese.
どの試験を目指しますか。	Which exam are you aiming for?
合格するために、何が必要ですか。	What is necessary in order to pass?
申込の締め切りを確認するために、ホームページを見ました。	I looked at the website in order to check the application deadline.

USEFUL PHRASES

将来は介護福祉士を目指しています。	Telling a colleague or supervisor your long-term goal.
～に合格するために、～しています。	Explaining what you are doing to prepare for an exam.
試験の申込はもうしましたか。	Asking a colleague whether they have applied for an exam.
まだ申し込んでいません。締め切りを確認してから、申し込みます。	Saying you haven't applied yet and will check the deadline first.
試験対策として、過去問を解いています。	Describing your exam preparation method.
資格を取ったら、仕事の幅が広がります。	Explaining the benefit of getting a qualification.
介護日本語評価試験と介護技能評価試験の両方に合格したいです。	Stating that you want to pass both evaluation tests.

PRACTICE

1. Choose the correct particle: 私は将来、介護福祉士（　）目指しています。

A. が
B. で
C. を
D. に

✓ Answer: を
目指します takes を: 介護福祉士を目指しています。

2. 試験に合格する_____、毎日勉強しています。

✓ Answer: ために
ために after a dictionary-form verb means 'in order to'. 合格するために = in order to pass.

3. Put the words in order to make a sentence: 'I practice in order to pass the Care Skills Evaluation Test.'

介護技能評価試験 | に | 合格する | ために | 練習しています

✓ Answer: 介護技能評価試験に合格するために練習しています
Pattern: [exam] に合格するために、[action]. So: 介護技能評価試験に合格するために、練習しています。

4. Match the term with its meaning.

国家試験	national examination
受験	taking an exam
申込	application
対策	preparation / measures

These are key exam-related terms: 国家試験 (national exam), 受験 (taking an exam), 申込 (application), 対策 (preparation).

5. Which sentence is correct?

A. 介護福祉士で目指しています。
B. 介護福祉士に目指しています。
C. 介護福祉士が目指しています。
D. 介護福祉士を目指しています。

✓ Answer: 介護福祉士を目指しています。
目指します takes を, not に/が/で. Correct: 介護福祉士を目指しています。

6. A：試験の申込はもうしましたか。 B：いいえ、まだです。締め切りを確認して_____、申し込みます。

✓ Answer: から
～てから means 'after doing ~'. 確認してから = after checking.

SPEAKING TASK

With a partner, role-play a short conversation at work. A asks B about their goals and exam plans. B explains which qualification they aim for, what they are doing to pass, and whether they have applied yet. Then switch roles.

Situation: You are in the staff room. A senior colleague asks about your plans for qualifications and exams.

- 将来は介護福祉士を目指しています。
- ～に合格するために、毎日勉強しています。
- 試験の申込はもうしましたか。
- まだです。締め切りを確認してから、申し込みます。
- 資格を取ったら、仕事の幅が広がります。

WRAP-UP

You can now talk about the 介護福祉士 qualification and the 介護日本語評価試験 / 介護技能評価試験, and express goals and purposes with ～を目指します and ～に合格するために.

Next time: In the next lesson, '応募と面接' (Application and Interview), you will learn how to apply for a care job and handle a job interview in Japanese.

Unit 19 · 第19課 — 仕事を探す・面接

UNIT 19 · 第19課 — 仕事を探す・面接

応募と面接

By the end of this lesson you can: You can apply for a care work position and introduce yourself in a job interview.

WARM-UP

Have you ever had a job interview in Japanese? What do you think is the most important thing to say when applying for a care job?

Model answer: はい、一度あります。介護の仕事は初めてなので、経験を話すのが難しいと思います。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
応募	application (for a job)	介護施設の求人に応募しました。 I applied for a job at a care facility.
履歴書	resume, CV	履歴書に写真を貼ってください。 Please attach a photo to your resume.
面接	job interview	明日の午後、面接があります。 I have an interview tomorrow afternoon.
志望動機	reason for applying, motivation	志望動機は「人の役に立ちたい」からです。 My motivation is that I want to be helpful to people.
経験	experience	介護の経験は三年あります。 I have three years of caregiving experience.
長所	strong point, strength	私の長所は、明るくて耐心強いところです。 My strong point is that I am cheerful and patient.
自己紹介	self-introduction	面接の最初に自己紹介をします。 I will give a self-introduction at the beginning of the interview.
よろしくお願いします	nice to meet you / please treat me well (polite set phrase)	本日はよろしくお願いします。 Thank you for your time today (lit. please treat me well).

資格	qualification, license	介護福祉士の資格を取るために勉強しています。 I am studying to get the care worker qualification.
勤務	work, duty (formal)	勤務時間は朝八時から夕方五時までです。 Working hours are from 8 a.m. to 5 p.m.

GRAMMAR: 面接の丁寧な話し方と「〜たいと思っています／〜た経験があります」

> **READ AND NOTICE**
> 面接官：では、自己紹介をお願いします。 応募者：はい。李と申します。中国から来ました。介護の仕事がしたいと思っています。 面接官：介護の経験はありますか。 応募者：はい。老人ホームで二年間働いた経験があります。 面接官：この施設でどんな仕事をしたいですか。 応募者：利用者さんの生活を支えたいと思っています。 面接官：資格は持っていますか。 応募者：いいえ、まだ持っていません。でも、来年、介護福祉士の資格を取りたいと思っています。

What do you notice? Look at the phrases in bold: 〜たいと思っています and 〜た経験があります. What do you notice about the verb forms before these phrases?

The pattern: Before 〜たいと思っています, the verb is in the stem form + たい (e.g., したい, 取りたい). Before 〜た経験があります, the verb is in the ta-form (past plain form, e.g., 働いた, した).

Pattern: [verb stem] + たいと思っています = 'I want to do ~ (and am thinking about it)'. This is a polite, slightly softer way to state your wish, common in interviews. Pattern: [verb ta-form] + 経験があります = 'I have the experience of doing ~'. Use the plain past form (e.g., 働いた, した, 介護した) before 経験があります. #1 mistake: using the dictionary form before 経験があります (× 働く経験があります → ○ 働いた経験があります). Also, 〜たいと思っています is more polite than just 〜たいです in an interview.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English often says 'I want to ~' directly, but Japanese interviews prefer the softer 〜たいと思っています ('I am thinking I want to ~'). Also, English uses the present perfect for experience ('I have worked'), but Japanese uses the past plain form + 経験があります.

介護の仕事がしたいと思っています。	I want to do care work.
利用者さんと話すことが好きなので、介護の仕事をしたいと思っています。	I like talking with residents, so I want to do care work.
来年、介護福祉士の資格を取りたいと思っています。	I want to get the care worker qualification next year.

老人ホームで二年間働いた経験があります。	I have two years of experience working at a nursing home.
介護の仕事をした経験がありません。	I have no experience doing care work.
夜勤をした経験がありますか。	Do you have experience doing night shifts?
どんな仕事をしたいと思っていますか。	What kind of work do you want to do?

USEFUL PHRASES

本日はよろしくお願いします。	Greeting at the start of the interview.
李と申します。中国から来ました。	Self-introduction: name and where you are from.
介護の仕事がしたいと思っています。	Stating your wish to do care work.
老人ホームで二年間働いた経験があります。	Talking about your experience.
私の長所は、明るくて耐心強いところです。	Describing your strong point.
志望動機は、人の役に立ちたいからです。	Giving your reason for applying.
はい、介護福祉士の資格を持っています。	Answering about qualifications (affirmative).
いいえ、まだ持っていません。でも、取りたいと思っています。	Answering about qualifications (negative, with future plan).

PRACTICE

1. 面接で「私は介護の仕事が_____と思っています」と言いたいです。正しいことばを選んでください。

A. する
B. します
C. したい
D. した

√ Answer: したい

To say 'I want to do', use the stem + たい: したいと思っています.

2. 私は老人ホームで二年間_____経験があります。 (働く)

√ Answer: 働いた

Before 経験があります, use the plain past form: 働いた.

3. Put the words in the correct order to make a polite interview sentence:

介護 | の | 仕事 | を | したい | と | 思って | います

✓ Answer: 介護の仕事をしたいと思っています

The correct order is: 介護の仕事をしたいと思っています。

4. Match the Japanese words with their English meanings:

履歴書	resume
面接	interview
志望動機	reason for applying
長所	strong point
資格	qualification

These are key words for job applications.

5. 面接で「私は夜勤を_____経験があります」と言いたいです。正しい形を選んでください。

A. します
B. して
C. する
D. した

✓ Answer: した

Experience is expressed with the plain past form: した経験があります.

6. 面接の最初に「本日は_____お願いします」と言います。

✓ Answer: よろしく

The set phrase is よろしくお願いします.

SPEAKING TASK

You are in a job interview for a care worker position at a special nursing home (特養). Introduce yourself, state your motivation, talk about your experience and qualifications, and say what you want to do in the future. Use the phrases from the lesson.

Situation: 面接官：では、自己紹介をお願いします。あなた：... (自己紹介、志望動機、経験、資格、将来の希望を話してください)

本日はよろしくお願いします。 | 李と申します。中国から来ました。
介護の仕事がしたいと思っています。 | 老人ホームで二年間働いた経験があります。
介護福祉士の資格を取りたいと思っています。

WRAP-UP

You can now apply for a care job and introduce yourself in an interview, using 〜たいと思っています and 〜た経験があります.

Next time: Next time, we will learn about workplace manners and teamwork: greetings, reporting, and cooperating with colleagues.

UNIT 19 · 第19課 — 仕事を探す・面接

職場のマナーとチームワーク

By the end of this lesson you can: I can follow workplace manners and cooperate with my team using polite requests, consultation phrases, and expressions of thanks.

WARM-UP

Think about a time you asked a colleague for help at work. How did you ask politely in Japanese? What words did you use?

Model answer: すみません、ちょっと手伝っていただけますか。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
マナー	manners, etiquette	職場のマナーを守ることは大切です。 It is important to follow workplace manners.
時間を守る	to be on time, to keep time	時間を守るのは社会人として基本です。 Being on time is a basic rule for working adults.
報連相	reporting, communicating, and consulting (ほうれんそう)	報連相をしっかりしましょう。 Let's make sure to report, communicate, and consult.
協力	cooperation	チームで協力して仕事をします。 We work together as a team with cooperation.
チームワーク	teamwork	チームワークがいい職場は働きやすいです。 A workplace with good teamwork is easy to work in.
挨拶	greeting	朝は元気に挨拶をしましょう。 Let's greet cheerfully in the morning.
身だしなみ	personal appearance, grooming	介護の仕事では身だしなみが大切です。 In caregiving work, personal appearance is important.

ルール	rule	施設のルールを守ってください。 Please follow the facility rules.
相談	consultation, discussion	困ったときは先輩に相談してください。 When you are in trouble, please consult your senior.
感謝	gratitude, thanks	利用者さんに感謝の気持ちを伝えましょう。 Let's express our gratitude to the residents.

GRAMMAR: 依頼・相談と感謝の表現「〜ていただけますか／ありがとうございます」

> **READ AND NOTICE**
> 先輩：田中さん、ちょっといいですか。 田中：はい、何でしょうか。 先輩：この書類、コピーしていただけますか。 田中：はい、わかりました。すぐにやります。 先輩：ありがとうございます。あと、明日の申し送りで使うので、時間を守ってくださいね。 田中：はい、気をつけます。 先輩：何か困ったことがあったら、いつでも相談してください。 田中：はい、ありがとうございます。よろしくお願いします。

What do you notice? Look at the underlined phrases: 'コピーしていただけますか', 'ありがとうございます', '相談してください'. What do you notice about how the senior asks for help and thanks Tanaka?

The pattern: The senior uses '〜ていただけますか' to make a polite request, 'ありがとうございます' to express thanks, and '〜てください' for a softer instruction. These are common in workplace interactions.

Pattern: 〜ていただけますか (polite request) / ありがとうございます (thanks). Use '〜ていただけますか' when you ask someone to do something for you politely. It is more polite than '〜てください'. Use 'ありがとうございます' to thank someone. For consultation, use '相談してください' or '相談させてください'.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> In English, we often say 'Can you...?' or 'Could you...?' directly. In Japanese, '〜ていただけますか' is a very polite way to ask a favor, often used with colleagues or superiors. 'ありがとうございます' is the standard polite thank you.

この書類、コピーしていただけますか。	Could you copy this document?
ちょっと手伝っていただけますか。	Could you help me a little?
明日の会議に出席していただけますか。	Could you attend tomorrow's meeting?

ありがとうございます。とても助かりました。	Thank you very much. That helped a lot.
何かあったら、相談してください。	If anything happens, please consult me.
時間を守っていただけますか。	Could you please be on time?
すみません、もう一度言っていただけますか。	Excuse me, could you say that again?

USEFUL PHRASES

おはようございます。今日もよろしくお願いします。	Morning greeting to colleagues.
ちょっといいですか。	To get someone's attention politely before asking something.
〜ていただけますか。	Polite request for a favor.
ありがとうございます。助かります。	To express thanks and appreciation.
申し訳ありませんが、〜	To apologize politely when you cannot do something.
相談したいことがあるのですが。	To say you want to consult about something.
確認していただけますか。	To ask someone to check something.
お疲れさまでした。	To greet colleagues at the end of the day.

PRACTICE

1. 先輩に書類のコピーを頼むとき、一番ていねいな言い方はどれですか。

A. コピーして。
B. コピーしてください。
C. コピーしていただけますか。
D. コピーしなさい。

√ Answer: コピーしていただけますか。
'〜ていただけますか' is the most polite request form among the options.

2. すみません、この書類を確認して___か。
√ Answer: いただけます
Use '〜ていただけますか' for polite requests.

3. Put in order to make a polite request:

この	書類	を	コピー	して	いただけますか

√ Answer: この書類をコピーしていただけますか
The correct order is 'この書類をコピーしていただけますか'.

4. Match the Japanese phrase with its English meaning:

報連相	reporting, communicating, consulting
身だしなみ	personal appearance
挨拶	greeting
感謝	gratitude

These are key workplace vocabulary words.

5. 同僚が手伝ってくれたとき、何と言いますか。

A. 失礼します。

B. お願いします。

C. すみません。

D. ありがとうございます。

√ Answer: ありがとうございます。

'ありがとうございます' is the standard expression of thanks.

6. 何か困ったことがあったら、先輩に___ください。

√ Answer: 相談して

Use '相談してください' to tell someone to consult.

SPEAKING TASK

Role-play with a partner. You are a new care worker. Ask a senior colleague for help with a task, using polite requests and thanking them. Then respond to their request.

Situation: You need to ask a senior to check your work before you submit it. Also, your senior asks you to be on time for the handover meeting.

お忙しいところすみません。 | この書類、確認していただけますか。

ありがとうございます。助かります。 | はい、時間を守ります。

WRAP-UP

You can now follow workplace manners and cooperate with your team using polite requests, consultation phrases, and expressions of thanks.

Next time: In the next lesson, '総合演習：一日の申し送り', you will practice giving a full day's handover report, combining all the skills you have learned.

Unit 20 · 第20課 — 総合演習（キャップストーン）

UNIT 20 · 第20課 — 総合演習（キャップストーン）

総合演習：一日の申し送り

By the end of this lesson you can: I can summarize a full day's events and give a complete, accurate handover (申し送り) using the report, keigo and sequencing expressions from this course.

WARM-UP

Think about the end of a shift. What are the first three things you would want to tell the next team about a resident?

Model answer: まず、今日の様子の変化を伝えます。それから、食事と排泄の対応を話します。最後に、夜の注意点を確認します。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
申し送り（もうしおくり）	handover; the shift-to-shift report	申し送りで、Aさんの夜間の様子を伝えました。 At the handover, I reported how Mr./Ms. A was during the night.
要点（ようてん）	key point; main point	申し送りの要点を三つにまとめます。 I will summarize the key points of the handover into three.
変化（へんか）	change (in condition)	朝から食欲に変化がありました。 There has been a change in appetite since morning.
様子（ようす）	condition; how someone is doing	午後の様子はとても落ち着いていました。 In the afternoon, their condition was very calm.
対応（たいおう）	response; how you handled something	転倒の危険があったので、声かけで対応しました。 Because there was a risk of falling, I responded by speaking to them.
注意（ちゅうい）	caution; attention; watch out for	夜はトイレの回数が多いので、注意してください。 At night they go to the toilet often, so please be careful.

引き継ぐ（ひきつぐ）	to hand over (information, care) to the next person	この情報を次の勤務者に引き継いでください。 Please hand this information over to the next staff member on duty.
報告（ほうこく）	report (to a superior)	事故があったら、すぐにリーダーに報告します。 If there is an accident, report it to the team leader immediately.
確認（かくにん）	confirmation; to check/confirm	申し送りのあとで、記録を確認してください。 After the handover, please check the records.
まとめる	to summarize; to organize into a whole	一日の出来事を短くまとめて話します。 I will summarize the day's events briefly and speak.

GRAMMAR: この課で学んだ報告・敬語・順序の表現の統合 (INTEGRATING REPORT FORMS, KEIGO AND SEQUENCING IN A HANDOVER)

> **READ AND NOTICE**
> A: お疲れさまです。では、Bさんの申し送りをお願いします。 B: はい。まず、今日の様子ですが、朝から少し元気がありませんでした。それから、昼食は半分しか食べられませんでした。そのため、午後は水分をこまめに取っていただきました。最後に、夜はトイレの回数が多いので、注意して見ていただきたいです。 A: わかりました。転倒の危険はありましたか。 B: はい、一度ありました。そのときは、すぐに声をかけて対応しました。リーダーにも報告済みです。 A: 確認しました。では、その情報を次の勤務者に引き継いでください。

What do you notice? Look at how B organizes the handover. What order words and report/keigo forms do you notice? How does B connect the events?

The pattern: B uses sequence markers (まず → それから → そのため → 最後に) to structure the handover, and uses report/keigo forms: ～ていただきました (respectful action by the resident), ～ております/～済みです (status), ～してください (request to the next person), and ～ていただきたいです (polite request). The handover moves from general condition → specific events → response → caution for the next shift.

PATTERN: まず + [様子] → それから + [出来事] → そのため + [対応] → 最後に + [注意/引き継ぎ]. Use ～ていただきました for what the resident received (respectful), ～済みです for 'already done', ～してください for clear requests, and ～ていただきたいです for a softer request. #1 mistake: listing events without sequence markers, so the listener cannot tell what is important.

COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE

English handovers often use past tense throughout ('She ate half her lunch, then we encouraged fluids'). Japanese handovers mix past report forms with present requests and status forms (〜済みです, 〜してください), and the sequence markers carry the logic.

まず、今日の様子をまとめてお話しします。	First, I will summarize today's condition and tell you.
朝から食欲がありませんでした。そのため、昼食は半分だけ召し上がりました。	There was no appetite since morning. Therefore, at lunch they only ate half.
転倒の危険があったので、声かけで対応しました。	Because there was a risk of falling, I responded by speaking to them.
夜はトイレの回数が多いので、注意してください。	At night they go to the toilet often, so please be careful.
この情報を次の勤務者に引き継いでください。	Please hand this information over to the next staff member.
リーダーにはもう報告済みです。	It has already been reported to the team leader.
申し送りのあとで、記録を確認していただけますか。	Could you check the records after the handover?
最後に、夜の注意点を確認していただきたいです。	Finally, I would like you to confirm the caution points for the night.

USEFUL PHRASES

では、○○さんの申し送りを始めます。まず、今日の様子ですが…	Starting a handover for one resident; signals the first point.
朝から〜がありました。そのため、〜で対応しました。	Reporting a change and the response you took.
〜の危険があったので、注意して見ていただきたいです。	Asking the next shift to watch for a specific risk.
リーダーには報告済みです。	Stating that a report has already been made.
この情報を次の勤務者に引き継いでください。	Requesting that information be passed on.
申し送りのあとで、記録を確認していただけますか。	Polite request to check the records after handover.

最後に、夜の注意点をまとめます。	Signaling the final part of the handover.
何か質問はありますか。	Inviting questions at the end of the handover.

PRACTICE

1. Choose the best sequence marker: 「___、今日の様子をまとめます。それから、食事のことを話します。」

A. 最後に
B. しかし
C. そのため
D. まず

√ Answer: まず

まず marks the first point in a handover. 最後に would come at the end; そのため shows a result; しかし contrasts.

2. 夜はトイレの回数が多いので、___してください。 (Please be careful.)

√ Answer: 注意

注意してください = 'please be careful/watch out'. It is the standard phrase for caution points in a handover.

3. Put the handover sentences in a natural order:

まず、今日の様子ですが、朝から元気がありませんでした。

そのため、午後は水分をこまめに取っていただきました。

最後に、夜はトイレの回数が多いので、注意してください。

√ Answer: まず、今日の様子ですが、朝から元気がありませんでした。そのため、午後は水分をこまめに取っていただきました。最後に、夜はトイレの回数が多いので、注意してください。

The handover flows: first the condition (まず), then the response (そのため), and finally the caution for the next shift (最後に).

4. Match the Japanese term with its English meaning:

申し送り	handover
要点	key point
引き継ぐ	to hand over information
報告	report to a superior
確認	to check/confirm

These are core handover terms: 申し送り is the handover itself, 要点 the key points, 引き継ぐ the act of passing information on, 報告 reporting upward, and 確認 checking.

5. Which sentence is the most appropriate polite request to the next shift?

A. 記録を確認しろ。

B. 記録を確認してください。

C. 記録を確認したい。

D. 記録を確認する。

√ Answer: 記録を確認してください。

〜してください is the standard polite request. しろ is too rough; the plain forms do not make a request to a colleague.

6. リーダーにはもう___済みです。 (already reported)

√ Answer: 報告

報告済みです = 'it has already been reported'. 〜済みです shows that an action is complete.

SPEAKING TASK

You are at the end of the day shift. Give a complete handover for one resident to the night-shift colleague. Use sequence markers (まず・それから・そのため・最後に), report/keigo forms, and cover: condition, meals/fluids, toilet, any incident and your response, and cautions for the night. Aim for about 1–2 minutes.

Situation: あなたは日勤の介護職員です。夜勤の同僚に、利用者Cさんの一日の申し送りをします。Cさんは朝から少し元気がなく、昼食は半分でした。午後に一度、転倒の危険がありましたが、声かけで対応しました。夜はトイレの回数が多いです。

- では、Cさんの申し送りを始めます。まず、今日の様子ですが…
- 朝から〜がありました。そのため、〜で対応しました。
- 転倒の危険があったので、注意して見ていただきたいです。
- リーダーには報告済みです。この情報を次の勤務者に引き継いでください。
- 最後に、夜の注意点をまとめます。何か質問はありますか。

WRAP-UP

You can now summarize a full day and give a complete, well-ordered handover using sequence markers, report/keigo forms and clear cautions.

Next time: Next lesson: 総合演習：介護記録を書く — you will practice writing accurate care records (介護記録) from the same kind of daily events.

UNIT 20 · 第20課 — 総合演習（キャップストーン）

総合演習：介護記録を書く

By the end of this lesson you can: I can write an objective, accurate care record of a day's care, using noun-ending style, facts, and times.

WARM-UP

Think about a resident you helped today. What happened, and at what times? How would you write it so a colleague can understand it quickly?

Model answer: 14時、利用者Aさん、食堂でお茶を飲む。むせなし。15時、トイレへ誘導。自力で排尿あり。

VOCABULARY

Word or phrase	Meaning	Example
介護記録	care record / nursing record (the official log of care given)	介護記録は、利用者の一日の様子を正確に書くものです。 The care record accurately describes the resident's day.
事実	fact (what actually happened, not opinion)	記録には、事実だけを書きます。 In records, write only facts.
客観的	objective (seen from outside, not personal feeling)	客観的な表現で書いてください。 Please write in objective expressions.
時刻	time (clock time)	食事の時刻を記録に書きます。 Write the meal time in the record.
観察	observation (watching carefully)	顔色の観察をしました。 I observed the resident's complexion.
対応	response / action taken (how staff handled something)	転倒後の対応を記録します。 Record the response after the fall.
様子	condition / appearance / how someone is doing	利用者の様子を書きます。 Write the resident's condition.
正確	accurate / precise	正確な時間を書いてください。 Please write the accurate time.
わかりやすい	easy to understand / clear	わかりやすい言葉で記録します。 Record in easy-to-understand words.
まとめる	to summarize / put together	一日の介護を記録にまとめます。 Summarize the day's care in the record.

GRAMMAR: 記録の文体（名詞止め・事実・時刻）の統合 — RECORD STYLE: NOUN-ENDING, FACTS, TIMES

> **READ AND NOTICE**
> 14時00分　利用者Aさん、食堂でお茶を飲む。むせなし。 15時00分　トイレへ誘導。自力で排尿あり。 16時00分　居室で休息。顔色良好。 17時00分　夕食、主食半分摂取。

What do you notice? Look at the verbs at the end of each line. What form are they in? Do you see 'です' or 'ます'? What comes at the start of each line?

The pattern: Each line starts with a time (時刻), then a fact (事実), and the verb ends in dictionary form (飲む, あり) — no です/ます. This is noun-ending / plain record style.

Pattern: [時刻] + [だれが] + [事実] + [動詞の辞書形]. In care records, write short lines. Start with the time. Use plain dictionary form at the end (飲む, ある, ない). Do not use です/ます. Write only facts you saw or did — not feelings like「かわいそう」. #1 mistake: writing「〜しました」or「〜と思います」in a record. Records use plain form and no opinions.

> **COMPARE WITH YOUR OWN LANGUAGE**
> English records often use full sentences with 'I helped...' or 'She seemed...'. Japanese care records use short noun-ending lines with times and no subject 'I'.

9時00分　利用者Bさん、食堂で朝食を摂取する。	9:00 Resident B eats breakfast in the dining room.
10時30分　トイレへ誘導する。自力で排尿あり。	10:30 Guide to toilet. Independent urination.
12時00分　昼食、全量摂取。むせなし。	12:00 Lunch, eats all. No choking.
14時00分　居室で休息。顔色良好。	14:00 Resting in room. Good complexion.
16時00分　転倒なし。歩行時、見守りを行う。	16:00 No falls. Staff supervise walking.
18時00分　夕食、主食半分摂取。水分摂取少ない。	18:00 Dinner, eats half of staple. Low fluid intake.
20時00分　就寝準備。表情穏やか。	20:00 Preparation for bed. Calm expression.
21時00分　消灯。睡眠確認。	21:00 Lights out. Sleep confirmed.

USEFUL PHRASES

〜時〜分、利用者〜さん、〜する。	Starting a record line with time and resident name.

～あり。／～なし。	Reporting presence or absence of something (e.g. むせなし, 排尿あり).
～を観察する。	Stating that you observed something (e.g. 顔色を観察する).
～に対応する。	Stating the action you took (e.g. 転倒に対応する).
～の様子、～。	Describing a resident's condition (e.g. 様子、穏やか).
～をまとめる。	Summarizing the day's care at the end of the record.
申し送りでは、～と伝える。	When giving handover, say 'I will report that...'.

PRACTICE

1. Which sentence is correct for a care record?

A. 14時、利用者Aさん、食堂でお茶を飲む。

B. 14時、利用者Aさん、食堂でお茶を飲もう。

C. 14時、利用者Aさんは食堂でお茶を飲みました。

D. 14時、利用者Aさん、食堂でお茶を飲みます。

√ Answer: 14時、利用者Aさん、食堂でお茶を飲む。

Records use plain dictionary form (飲む), not ました/ます/よう.

2. 15時、トイレへ誘導。自力で排尿___。

√ Answer: あり

Use あり to state that something was present (排尿あり).

3. Put the record line in the correct order:

16時 | 居室で | 休息 | する

√ Answer: 16時居室で休息する

Record style: time → place → action → plain verb (する).

4. Match the record word with its meaning:

事実	fact
客観的	objective
観察	observation
対応	response/action taken

These are key words for writing accurate records.

5. Which is NOT suitable for a care record?

A. 顔色良好。

B. かわいそうだった。

C. むせなし。

D. 水分摂取少ない。

√ Answer: かわいそうだった。

Records should be objective facts, not personal feelings like かわいそう.

6. 一日の介護を記録に___。

√ Answer: まとめる

まとめる means to summarize/put together the day's care.

SPEAKING TASK

Compose your own care record out loud, sentence by sentence. Start with a time, then a fact, then a plain verb. Your tutor will help you correct it.

Situation: You cared for 利用者Cさん today. At 10:00 you helped them to the toilet (independent urination). At 12:00 they ate lunch (all of it, no choking). At 14:00 they rested in their room (good complexion). At 16:00 you observed them walking (staff supervision). Say each line as a record.

10時00分、利用者Cさん、トイレへ誘導する。自力で排尿あり。

12時00分、昼食、全量摂取。むせなし。

14時00分、居室で休息。顔色良好。

16時00分、歩行時、見守りを行う。

WRAP-UP

You can now write a day's care as an objective, accurate record using times, facts, and noun-ending style.

Next time: Next, we will practice giving a handover (申し送り) based on your record.