

1 <話のきっかけ>

『ねえ』  
『ねえねえ』  
『今いい?』  
『忙しい?』  
『ちょっとー』  
『ちょっと、ちょっと』  
『ちょっといい?』  
『あのさ』  
『誰かいる?』  
『誰かいます?』  
『誰かー!』  
『今、話していい?』  
『話しようよ』  
『話できます?』  
『話できる?』  
『なにか話して』  
『なんか話して』  
『何しゃべろうかな』

2 天候 例:

『暑いね』  
『寒いね』  
『過ごしやすいね』  
『蒸し暑いね』  
『雨降らないかな』  
『雨降りそうだな』  
『雨降りそうだね』  
『台風心配だね』  
『地震大丈夫かな』

3 話題

『趣味の話』  
『旅行の話』  
『スポーツの話』  
『政治の話』  
『経済の話』  
『社会の話』  
『個人的な話』  
『病気の話』

『事故や事件の話』  
『おいしい話』  
『まずい話』  
『ここだけの話』  
『はじめての話』  
『話題は何でもいいよ』

4 呼びかけ

名前 (一般、固有) 例: 『太郎さん』  
『おーい』  
『みなさん』  
『みんな』  
『お父さん』  
『お母さん』  
『』  
『』  
『先生』  
『ヘルパーさん』  
『看護師さん』

『名前』:

『〇〇ちゃん!』  
『』  
『』  
『』  
『』  
『』

5 あいさつ 例:

『おはよう』  
『おはよう』(くれた)  
『おはようございます』  
『こんにちは』  
『こんにちは』(くれた)  
『はじめまして』  
『初めてお会いしますよね』  
『やあ』  
『久しぶり』  
『お久しぶり』

『私のこと覚えてますか？』  
『こんばんは』  
『こんばんは』(くだけた)  
『おやすみ』  
『よろしく』  
『さようなら』  
『おじゃまします』  
『ごめんください』  
『おめでとう』  
『おめでとうございます』  
『あけましておめでとうございます』  
『合格！おめでとう』  
『就職、おめでとう』  
『ご結婚！おめでとうございます』  
『よかったですね』  
『良かったね』  
『私は〇〇と言います。よろしく申し上げます』

< 6 単なる相づち >

『はい、』  
『まあー』  
『まあね』  
『まあね〜』  
『ふーん』  
『そう、』  
『そうなんだ』  
『そうですか』  
『あっそう』  
『へえー』  
『へーそうなんだ』  
『面白いね』  
『面白いですね』  
『あっ、わかった』  
『わかった、』  
『聞いてるよ』  
『うん。』  
『うんうん』  
『あー。』  
『ねえ。』

『ね、よね、』  
『ええ』  
『ええー』  
『まあ』  
『冗談だよ』

< 7 きりかえす相づち >

『でもさー』  
『でもねー』  
『それはねー』  
『ふんーそれはね』  
『んで、』  
『えっ、なんだっけ？』  
『それなんだっけ？』  
『はあはあ、つまり？』  
『つまり何？』  
『言いかえると？』  
『ある意味ー』  
『何かあった？』  
『どうしたの？』  
『そう言えば』  
『その時、どうしたの？』  
『そんなんでいいの？』  
『だからこそ』  
『だからさあ』  
『よくよく考えてみたんだけどね』  
『いろいろ考えたんだけどさ』  
『別な視点で考えてみたい』  
『別な視点で考えてみたらさー』  
『別な意味では』  
『逆に言えば』  
『本音を言うかね』  
『本当はね』  
『実はね』  
『実はさ』

< 8 中断割込み >

『まてって』  
『ちょっと、僕に言わせて』  
『ちょっと私にも言わせて』

『私にもしゃべらせて』

『私も話に入っているですか』

『ちょっと良い？』

『ちょっと待って！』

『ちょっと聞いて』

<9 終わらせたい相づち>

『じゃーね』

『そろそろ』

『このへんで』

『終わりにしようか』

『じゃあ、まとまったところで』

『結論も出たことだし』

『結論も出たところだし』

『そろそろ時間だね』

<10 次につなぐ>

『どうぞお話を続けてください』

『どうぞどうぞ』

『話できてよかったよ』

『お話できてよかったわ』

『うれしかった』

『たのしかった』

『たのしかったね』

『調子よくなってきたよ』

『また、お話ししたい』

『また、話そうね』

『また、話したいね』

『またね』

『またねー』

『いつでも連絡して』

『いつでも相談に乗るよ』

『いつでも相談してね』

『今日は、話につきあってくれて、ありがとう』

『お茶にしない？』

『お茶しない？』

『お茶しませんか？』

『このあとの予定は？』

『このあとどうするの？』

<相づち（会話の流れから使い分ける）>

11 肯定 例：

『はい！』

『正解！』

『ピンポン！』

『そうします』

『うん！』

『よしわかった』

『わかったわかった』

『わかりました』

『わかった』

『そっかー』

『へーそっかー』

『うん』

『うんうん、』

『うん、そう』

『そうなんです』

『そうなんですよ』

『そうなんだよ』

『まさしく！』

『まさに！』

『ごもっとも！』

『もっともです』

『もっとも』

『そう』

『そうそう』

『うんうん、そうそう』

『そうですねえ』

『そうだねー』

『そうする「べき」でしょ』

『だよね』

『ですよね』

『あー』

『あっそっ』

『あそ？』

12 否定 例：

『いいえ！』

『とんでもない』

『いやです』  
『けっこうです』  
『とんでもないです』  
『とんでもない!』  
『絶対!』  
『ダメ!』  
『あり得ない』  
『無理!』  
『無理です』  
『無理無理』  
『いやいや』  
『ちがうよ』  
『いや違います』  
『いいや』  
『ううん』  
『そりゃないよ』  
『ちがうちがう』  
『ちがうってば』  
『ちがう、ちがう』  
『やーだ』  
『やだね』  
『ブブー』  
『やだよねえ』  
『いや』  
『それ違うって』  
『それ違う』  
『そうはいうけどねえ、でも…』  
『うーん、でもね』  
『私には関係ないことだと思います』

### 13 曖昧 保留 例:

『うーん』  
『どうかな』  
『とりあえず』  
『何といたら言いか』  
『なんとなく』  
『もやもやするよ』  
『決められないよ』  
『決められないよね』  
『きめつけないで』

『きめつけないでください』  
『きめつけすぎ』  
『どうにでもなるよ』  
『まあ、どっちでも』  
『なるようになるさ』  
『なるようになるって』  
『時間くれない?』  
『ちょっと時間ください』  
『時間がほしいよ』  
『ぼんやりしていたい』  
『どうにかなるよ』  
『どうにかなるから』  
『どっちもいいね』  
『うーん、どっちもねー』  
『どっちもいやだね』  
『どっちもやだなあ』  
『何でもいいや』  
『何でもいいよ』  
『どう表現したらいいか』  
『どう表現したらいいの?』  
『何て言ったらいいのか』  
『どう反応したらいいのか』  
『どう答えたらいいのか』  
『保留にしたい』  
『保留でいい?』  
『先送りしたい』  
『先送りでもいいですか』  
『そうだねー』  
『ちょっと待って』  
『考えてみるね』  
『うーん』  
『覚えてないよ』  
『今は考えられない』

### 14 好き嫌い

『すきです』  
『好き』  
『大好き』  
『好みです』  
『きらいです』

『きれい』  
『だいきらい』  
『好きじゃないな』  
『好みじゃない』  
『好きでもきらいでもない』  
『好きと言えば好き』  
『きれいといえはきれい』  
『なじめないなあ』

15 共感 例：

『へえ〜』  
『そうだね』  
『そうよね』  
『なるほどね』  
『そうそう！』  
『そうそれ！』  
『そうだよな〜』  
『そうだよね』  
『それな』  
『それね』  
『それぞれ！』  
『だよね〜』  
『だよね！』  
『たしかに！』  
『同感！』  
『まったくそうですね』  
『その通りですね』  
『その通り！』  
『まったくです。』  
『まったくね』  
『わかります』  
『うん、そうだね』  
『まあ、そうだね』  
『まあ、そうですね』  
『そうなんですね』  
『そうとも言えるね』  
『私も同じこと思った』

16 気づき 例：

『なるほど！』

『わかった！』  
『いやそうだよね』  
『まあそうだよね』  
『それもそうだ』  
『それもそうだよね』  
『あ、そうだね』  
『それあるね』  
『もっともだ』  
『いや、もっともだ』  
『そりゃー特別だよね』  
『その手があったか』  
『あーその手があったね』  
『名案だね〜』  
『いい案だよね』  
『はじめて気づいたよ』  
『知らなかった〜』  
『そうなってはじめて気づいたよ』  
『えっ！はじめて気づいた』

17 感謝 例：

『いやーありがと』  
『ありがとう』  
『ありがとうございます』  
『ありがとうね』  
『感謝の気持ちでいっばいだよ』  
『おかげさまで』  
『助かったよ』  
『お言葉に甘えます』  
『サンキュー』  
『感謝！』  
『助かりました』  
『すごい助かった』  
『すごい助かるんだけどなあ』  
『恩にきるよ』  
『うまくいったね』  
『生きててよかった』

18 謝り 例：

『ごめんね』  
『すみません』

『いやー、ごめん』  
『いや、すみません』  
『ごめんなさい』  
『ホントごめんなさい』  
『悪いねえ』  
『悪かった!』  
『悪かったですねえ』  
『すまない』  
『申し訳ないです』  
『申し訳ございません』  
『もうしわけない』  
『言い訳になっちゃう』  
『いや、ホント言い訳になるけど』  
『しかたなかったんです』  
『至らなくてすみません』  
『ダメだなー、自分』  
『ダメですね、私』  
『お金がないんです』  
『経済的な問題』  
『経済的に苦しい』  
『大丈夫だと思ったんだけど』  
『大丈夫なはずだったんだけど』  
『見込み違いでした』  
『私がまちがってました』

19 敬意 例:

『さすが』  
『さすがだね』  
『すごい』  
『すごいよ』  
『すごいっす』  
『尊敬するよ』  
『尊敬するね』  
『人として素晴らしい』  
『素晴らしい!』  
『完璧!』  
『やりますね』

20 励まし 例:

『がんばれ』

『うまくいくよ』  
『チャンスだね』  
『おつかれ』  
『お疲れさまです』  
『がんばって』  
『がんばれ、がんばれ』  
『がんばってね』  
『がんばってんね』  
『がんばりすぎないで』  
『あるがママが大事』  
『無理しなくていいよ』  
『えらいねー』  
『えらい!』  
『よくやったよ』  
『よくやったねー』  
『いいね!』  
『ナイスナイス!』  
『うまくいく!』  
『きつとうまくいくよ』  
『なんとかなるよ』  
『期待してるよ』  
『祈ってるよ』  
『大丈夫だと思うよ』  
『大丈夫だよ』  
『大丈夫!』  
『できる!』  
『大丈夫大丈夫』  
『元気だして!』  
『ファイト!』  
『しっかりー!』  
『しっかりして!』  
『がんば』  
『どんまいどんまい』  
『最初はみんなそうだよ』  
『最初はみんなそうよ』  
『はじめてならしかたないよ』  
『しょうがないね』

21 機会

『チャンスだね!』

『のってるね』  
『今こそ』  
『今だね今!』  
『今だ!』  
『ここぞ、という好機』  
『機会を逃さないように』  
『この波に乗らないと!』  
『今しかないね』  
『この機会を生かさなきゃ』  
『このめぐりあわせに感謝します』  
『目の前のことを大事にします』  
『出会って大切だね』  
『この出会いをいかします』  
『もうすぐ、だね』  
『うん、もうすぐ』

22 促し 例:

『どうぞ』  
『どうぞ、どうぞ』  
『遠慮しないで』  
『どうぞお先に』  
『ぜひ』  
『ぜひぜひ』  
『待ちますからどうぞ』  
『待ってますからどうぞ』  
『いくらでもお待ちしております』  
『注意してね』  
『気を付けてね』

23 興味 例:

『それで?』  
『ふんふんふん』  
『ふん、で?』  
『んで?』  
『どうなったの?』  
『それから?』  
『その先は?』  
『はいはいはいはい』  
『話しを続けてください』  
『続きは?』

『続きをどうぞ』  
『もうちょっと話して』  
『もう少し詳しく教えて』  
『そこをもっと詳しく話して』  
『詳しく知りたいな』  
『なるほどなるほど』  
『続かないの?』  
『それでそれで?』  
『それでおしまい?』  
『おしまい?』  
『まだあるんでしょ』  
『ほかにまだありますか?』  
『興味津々です。』  
『興味深いね』  
『興味深い話です』  
『いい話です』

24 疑問 例:

『なぜ?』  
『なんで?』  
『どうして?』  
『いつ?』  
『いつからですか?』  
『まだー?』  
『どこ?』  
『どこで?』  
『どこから?』  
『誰?』  
『誰が?』  
『誰がですか?』  
『何を?』  
『なにになに?』  
『いつから?』  
『何のために?』  
『どうやって?』  
『どのように?』  
『どんなふう to?』  
『どんな感じ?』  
『どんな?』  
『で、どうなったの?』

『で、どうしたの？』  
『これでどう？』  
『どうでしょうか？』  
『へえー、何？何？』  
『どこでどこで？』  
『どこで見つけたの？』  
『ほんとはどうなんだろう？』  
『どうなってるの？』  
『一体ぜんたいどうなってる？』  
『どうしたらいいですか？』  
『どうしますか？』  
『ほんと？』  
『ほんとなの？』  
『本当ですか？』  
『どのくらい？』  
『どっち？』  
『どれが？』  
『どなたが？』  
『知ってますか？』  
『知ってる？』  
『覚えてる？』  
『覚えてないの？』  
『まぎらわしいね』  
『もしかして初めて？』  
『初めてですか？』  
『初めて？』  
『きっかけは？』  
『どんな気持ちですか？』  
『どんな気持ちでしたか？』  
『どう思いますか？』  
『どう思う？』  
『いかがですか？』  
『どう？』

#### 25 仮定

『もしもだけどさ』  
『もしもなんだけど』  
『仮定だけど』  
『仮定なんだけど』  
『仮の話だけど』

『たとえば』  
『仮の話ね』  
『仮の話として聞いてくれる？』

<相づち（自分の感情を伝える）>

#### 26 喜び 例：

『わあー！』  
『うれしい』  
『ほんとにうれしい』  
『ラッキー』  
『ハッピー』  
『イエーイ』  
『私っていつも運がいい』  
『やったー』  
『やったね』  
『よかったー』  
『おめでとう！』  
『いいねえー』  
『いいなあ』  
『最高！』  
『ついでる』  
『喜びを感じています』  
『幸せを感じます』  
『幸せだねー』  
『光栄です』  
『しあわせな気持ちになりました』  
『ニコニコです』  
『ニコニコだね』  
『笑いをこらえてるよ』  
『声をだして笑いたい』  
『笑っちゃう』

#### 27 悲しみ 例：

『なんと』  
『うっ』  
『なんで！？』  
『それ悲しいね』  
『ちょっと悲しいね』  
『涙がでそう』  
『つらいねー』



『なきそう』  
『私、泣いてます』  
『心の中では泣いてるよ』

28 安堵 例：

『はあー』  
『ホッとした』  
『安心した』  
『安心安心』  
『ふーう』  
『うまくいったね』  
『よかった！』  
『よかったね〜』  
『余裕、余裕』  
『落ち着いたあ』  
『打ち解けた感じ』

29 心配・不安

『心配』  
『心配だよ』  
『心配だな』  
『初めてなんだ』  
『初体験だから』  
『不安だよ』  
『心配です』  
『不安です』  
『気がかりだよ』  
『気がかりです』  
『ずっと気になっているよ』  
『気持ちがざわざわする』  
『大丈夫なのかなあ』  
『自信ないよ』  
『自信ない』  
『向いてない気がする』  
『平気だよね』  
『祈っているよ』  
『懲りずにつきあってね』  
『見捨てないで』  
『嫌われちゃったかな』  
『邪魔になっていないかな』

『迷惑かけてないかな』  
『注意が必要だね』  
『注意深くないとね』  
『どうなるかな』  
『どうなっちゃうかな』

30 怒り 例：

『なんだよ、それ』  
『人としてどうなんでしょ』  
『わかってるよ！』  
『おかしいでしょ』  
『おかしいよ』  
『おい！』  
『ひどいなあ』  
『ひどいです』  
『そんなあー』  
『そりゃないよ』  
『あんまりだよ』  
『たまんないよ』  
『やんなっちゃう』  
『ふざけんなよ』  
『ふざけないで』  
『ふざけー』  
『あり得ない！』  
『認められない』  
『受け入れがたいよ』  
『受け入れられません』  
『愚痴、言わせて』  
『そんなの当たり前でしょ』  
『怒りで震えそう』  
『かなり怒ってます』  
『感情を抑えてる』  
『気持ちにさざ波が立ってきた』  
『調子に乗りすぎないでね』  
『調子に乗りすぎ』  
『ムツとする』  
『ムツときた』  
『カチンときた』  
『だらしないよ！』  
『いいかげんすぎる』

『情けない』  
『しっかりして』  
『ちゃんとやって』  
『しつこいよ』  
『いやみだよ』  
『指導が足りない』  
『人のせいにしてはだめだよ』  
『言い訳はきかないよ』

31 戸惑い 例：

『えっ？』  
『どうしよ』  
『どうしたらいいの？』  
『まじで？』  
『うっそー！』  
『あー、どうしよー』

32 緊張 例：

『緊張するよ』  
『緊張してる』  
『緊張しています』  
『ドキドキしてる』  
『ドキドキする』

33 失敗 例：

『しまった！』  
『やっちゃったんだよなあ』  
『えらいことになった』  
『困ったなあ』  
『困ります』  
『弱ったなあ』  
『あーあ』  
『どうしよー』  
『困るなー』  
『どうしたらいい？』  
『失敗だった』  
『失敗しちゃった』  
『ミスするつもりはなかったんだけどなあ』

34 焦り 例：

『間に合うかなあ』  
『焦るよね』  
『焦ったー』  
『慌てたよ』  
『慌ててしまいました』  
『慌てましたよ』  
『時間ないよ』  
『時間あればなあ』  
『つかまったー』

35 驚き 例：

『えっ！』  
『えー！』  
『ありゃー』  
『びっくり！』  
『びっくりした』  
『ぎょぎょ』  
『わお！』  
『ホントなの？』  
『うそでしょー』  
『うそっ！』  
『まじで？』  
『信じらんない』  
『突然なんだもん』  
『驚いたよ』  
『へえ、そうなんだ』

36 落胆 例：

『なんてこと』  
『なんでよー』  
『なんで』  
『がっかり』  
『えーっ』  
『うそー』  
『がっかりだよ』  
『情けないよ』  
『おわったー』  
『こんなはずじゃなかった』  
『ほーら、だから言ったでしょ』  
『ダメじゃない』

37 残念 例：

『あーあ』  
『がっかり』  
『あー残念』  
『残念！』  
『うまくないねえー』  
『残念だよ』  
『だらしがないよ』

38 つらさ 例：

『つらいなあ』  
『くるしいなあ』  
『ほんと苦しい』  
『たいへんなんだよね』  
『眠れないよ』  
『息が苦しいよ』  
『胸が痛みます』  
『困ってます』  
『困ったよ』  
『いてて』  
『痛いよ』  
『あーっ痛い』  
『ヒュー！』  
『ストレスだよ』  
『ストレス感じてる？』  
『このへんが限界だよ』  
『つかれたー』

39 愚痴

『なんだかな』  
『愚痴っちゃうよ』  
『またー？』  
『ぼくばかり』  
『やんなっちゃう！』

40 諦め 例：

『まあ、いいか』  
『こんな感じかな』  
『仕方ないね』

『しょうがない』  
『しょうがないんだよね』  
『受け入れるしかないかな』  
『ありがたい忠告として受け入れるよ』  
『やるだけやったよ』  
『実際は難しいなあ』  
『変えがたいね』  
『がんこななあ』  
『絶望的だ』  
『誰ともうまくいくのは無理なのかなあ』  
『別になんでもないよ』  
『なんでもない』  
『別にー』

41 元気 例：

『元気だよ』  
『元気がでてきた』  
『心配しないで』  
『すごく調子いいよ』  
『わくわくしてきた』  
『わくわくしてるよ』

42 疲れ 例：

『あー疲れた』  
『かなり疲れた』  
『だるい！』  
『しんどいなあ』  
『クタクタだよ』  
『疲れたなあ』  
『ちょっと疲れた』  
『このところつかれ気味だよ』  
『今日のご機嫌斜めなの』  
『疲れてない？』  
『もー限界！』  
『気が遠くなる思いだよ』  
『眠くなってきた』  
『眠い』  
『あくびが出た』(実際のあくび音)  
『バタンキュー』

43 賞賛 例：

『うわー！』  
『かわいい』  
『かっこいい』  
『すてき』  
『いいじゃん』  
『すばらしい！』  
『おいしい！』  
『うまい！』  
『天才！』  
『頭いいねえ』  
『いける！』  
『うん、絶品！』  
『いいね』  
『おー！』  
『ほおー！』  
『おみごと！』  
『立派！』  
『さすが！』  
『やったね！』  
『よし！』  
『信じらんない！』  
『へえーすごいね』  
『すごいね！』  
『すごい！』  
『すごい人だね』  
『聞いたことないし、見たことないよ』  
『史上初じゃない？』  
『こんなのはじめて』  
『すごい』  
『すごい、いいよ』  
『勉強になりました』

44 羨まし 例：

『うらやまし！』  
『いいなあー』  
『いいな、いいな』  
『すごいんだね』  
『金持ちはいいな』

『きれいな人はいいな』  
『若い』  
『頭、いいねー』  
『ずるいなあ』  
『嫉妬するよ』  
『嫉妬してます』

45 自慢 例：

『これ、いいでしょ』  
『すごいでしょ』  
『ほめてほしいな』  
『そこが私のプライドです』  
『みて！みて！』  
『ぼくのこと認めてほしい』  
『自慢しちゃおうかなあ』

46 照れ

『またまたー』  
『いや、それほどでもないよ』  
『まだまだです』  
『光栄です！』  
『照れるなあ』  
『恥ずかしいよ』  
『口に出しているほどでもないよ』  
『お上手ですね』  
『何も出ませんよ』  
『これからも頑張ります』

47 愛情 例：

『親しみを感じるよ』  
『魅力を感じました』  
『いい人ですね』  
『いいなと思いました』  
『好きだよ』  
『すごい好き』  
『愛してる』  
『忘れないでね』

48 複雑な気持ち：例

『複雑な気持ちがするよ』  
『どこか違うな』  
『複雑だなあ』  
『なんか違うな』  
『ちょっと違和感、感じるなあ』  
『表現できないよ』  
『何て言ったらいいのかわからない』  
『あやまろうか、どうしよう』  
『口で言うのは簡単だよ』  
『どうすればいい?』  
『どう理解すればいい?』  
『私の勘違いかな』  
『それは私の問題かな』  
『それって私のわがまま?』  
『特別扱いしないでほしい』

49 申し訳なさ : 例

『いやー、悪いねー』  
『心苦しいよ』  
『心苦しいです』  
『すまないねー』  
『気の毒だったね』  
『気が付きませんでした』  
『私の配慮が足りなくてごめんね』  
『気がつかなかった』  
『うまくいかないねー』  
『ごめん』  
『ごめんね』  
『でもごめんね』

50 寂しさ (孤独) : 例

『さみしいなあ』  
『なんで私?』  
『孤独なんだよね』  
『私だけ?』  
『おいてけぼり』

51 達成感 例 :

『やったー!』  
『やったねー』

『終わったー』  
『満足』  
『すっきりした』  
『スカッとした』  
『よかったー!』  
『ラッキー!』  
『まあ、こんなもんだな』  
『いい一日だった』

52 決意 例 :

『決めた!』  
『もう決めた!』  
『それでいく!』  
『もう迷わない』  
『何があっても大丈夫』  
『はい! そうします』  
『できる限りやってみます』  
『できる範囲でがんばります』  
『最善を尽くします』  
『私は自分の人生を生ききります』

53 共感 例 :

『へえ〜』  
『そー』  
『そーなんだー』  
『そうだねえー』  
『まあ、そうだよねえ』  
『気持ちわかるなあー』  
『理解できるよ』  
『きっと何か事情がおりなんですね』  
『そりゃ、そうだよね』  
『わかるわかる』  
『そりゃー、ねー』  
『そっかーそっかー』  
『それー理あるね』  
『大変だったんですね』  
『大変ですね』  
『すごい面白いですね』  
『良かったですね』  
『楽しみですね』

『期待できますね』

『お幸せですね』

『しんどい？』

『しつこい？』

『やなことあったの？』

『ぼくもだよ』

『たぶん同じ気持ち』

『ぼくもそう感じるよ』

『ぼくならどうしたかな』

『嬉しかったでしょう』

『楽しかったでしょう』

『面白かったでしょう』

『よほど欲しかったんだね』

『イライラしたでしょう』

『投げ出したくなっちゃうよね』

『いやになるよね』

『いやになることもあるよね』

『いやになってもわかるよ、それ』

『悔しかったでしょう』

『意外だったでしょう』

『びっくりしたでしょう』

『戸惑ったでしょう』

『残念だったでしょう』

『悲しかったでしょう』

『寂しかったでしょう』

『つまらなかったでしょう』

『大変でしたね』

『お困りですよね』

『困りましたね』

『災難だったよね』

『そんなに何回も』

『ついてないね』

『変だったよね』

『苦労したよね』

『落ち込むよね』

『落ち込んだ？』

#### 54 推理 例：

『たぶん』

『どうなんだろう？』

『どうなるかなあ？』

『なぜだろう？』

『そう言えばー』

『なんか、いいことあったの？』

『なんか、よくないことあった？』

『よくない知らせ？』

『いい知らせ？』

#### 55 結果 例：

『やっぱり』

『そうかあー』

『う～ん』

『どんぴしゃ』

『言ったとおりだね』

『まっ、そういうことか』

『負担になってない？』

#### 56 希望

『期待してます』

『立場が入れ替わったらわかってもらえるんだけどなあ』

『希望をもってる』

『人の希望になりたい』

『この状況、きっとよくなる』

『このことはきっといい結果につながるよ』

『きっとよくなる』

『明日はまた新しい一日として始るね』

『明日は明日の風が吹く』

『病気を乗り越える』

『病気だって治してみせる』

#### 57 擬語(160811)

参考文献：金田一（1978）「擬音語・擬態語概説」浅野編『擬音語・擬態語辞典』所収角川書店

擬声語：

『わんわん』  
『こけこっこー』  
『おぎゃー』  
『げらげら』  
『ぺちやくちゃ』

等

擬音語：

『ざあざあ』  
『がちゃん』  
『ごろごろ』  
『ばたーん』  
『どんどん』

等

擬態語：

『きらきら』  
『つるつる』  
『さらっと』  
『ぐちゃぐちゃ』  
『どんより』

等

擬容語：

『うろうろ』  
『ふらり』  
『ぐんぐん』  
『ばたばた』  
『のろのろ』  
『ぼうっと』

等

擬情語：

『いらいら』  
『うっとり』  
『どきり』  
『ずきずき』  
『しんみり』

59<お願い>例

『こっちをみて』  
『もう一回』

『わくわく』

等

58程度

『うんと』  
『すごく』  
『たくさん』  
『いっぱい』  
『うわ、そんなに』  
『ぜんぜん』  
『ほんの少し』  
『ちょっと』  
『時々』  
『たまには』  
『わりと』  
『わりかし』  
『まったく』  
『ごくまれに』  
『いつも』  
『いつでも』  
『必ず』  
『想像以上に』  
『予想外だった』  
『想定外』  
『あっさり』  
『しつこいくらいに』  
『じっくり』  
『けっこう』  
『かなり』  
『徹底して』  
『適当に』  
『ほどほどに』  
『ほどよく』  
『まあまあ』

『急いでくれる』

『できるだけ早くお願いします』

『できる範囲でいいから』

『無理しないで』	『助けてください』
『これ頼むね』	『からだ支えて』
『頼まれてくれる？』	『問い合わせせてみて』
『頼んでもいいのかなあ』	『調べてみてくれる？』
『もっとください』	『買ってきてくれますか？』
『教えてくれますか？』	『やりかた教えてもらえますか？』
『教えてください』	『質問があります』
『散歩に行きたい』	『できるだけ丁寧にお願いします』
『察してほしいなあ』	『お願いします』
『わがまま言わないでほしいなあ』	『本来は自分がやれたらいいのに、』
	『できないのですみません』
	『私の代わりにお願いします』

『ちょっと手伝ってくれる？』

60<相づち（会話に自分を加える相づち）>

あなた自身の口ぐせをあげてみてください 例：『あいよー』『がってんだ』『そうかい？』

61 繰り返しのお願い

『ちょっと、その話、理解が追いつかないんだけど』  
『悪いんだけど、もう一度、最初から説明してくれる？』

62<自分の主義信条、好きな格言、歌のフレーズ>

63<メッセージ>

64<笑い>

65<事情説明>

例：『事情があって声が出せないから、機械で話をしますね。』

『声が出ないので私からは他の方法（筆談）でお願いします。』  
『すみません、私は話ができないので、こちらからは何もお伝えできません。  
でも、聞こえてはおりますので、どうぞ、お話してください。』  
『ちょっと筆談しますからお待ちください。』  
『できれば、こちらからの返信は、メールでさせていただきたいので、  
メールいただけますでしょうか？』  
『メールアドレスをいただければ、ありがたいです。』  
『こちらからの返信は、家族からあっせていただきます。』  
『私の声の録音は限られてるから、いつも同じになっちゃうけど、思いは毎回違うからね』



ここから下は、ある人の実際の例です。

参考にして、ご自身の「項目」を立てて、セリフを考えてください。

<日常に使いそうなその人の枕詞>

## 欲求

食に関する

お腹空いた

なんか食べたい

喉がかわいたなー

サッパリしたものが食べたいな

美味しいものが食べたいなあ

和食がいいかな

洋食がいいかな

中華がいいかな

ビールお願いします

日本酒お願いします

ワインお願いします

ちょっと店員さん

マスター！

窓、開けてくれる？

窓、閉めてくれる？

衣類に関する

いつもの服、用意しておいて

クリーニングにだしておいて

ちょっと服に具合が悪いところがあるんだよ

サイズがあわないんだ

これ、似合ってる？

似合ってるよ

お似合いだよ

寒いから厚着したいんだけど

暑いから薄着にしたいんだけど

睡眠に関する

眠たいな

寝不足かな

よく寝れなかったよ

よく眠れた！

暑さ寒さに関する

暑いなあ

寒いなあ

エアコンつけて

エアコンとめて

部屋温めてくれる？

部屋の温度下げて

お金に関する

お金ないなー

お金が足りないよ

おごるよ

おごりだよ

おごってね

お金、出しといたよ

お金、立替えてあるよ

お金、払ってね

ケチだなー

気前がいいね

お金使いすぎた

お金、使い過ぎ

トイレに関する

トイレ行きたい

ちょっと失礼します

ちょっとトイレに行ってきますね

トイレ、ずっと我慢してるんだよ

あー、もれそう

トイレ行って、スッキリしたよ

ウォシュレットついてる？

トイレの場所はどこですか？

トイレ、どこですか？

トイレ、近くにありますか？

トイレに行っておきたいから、ちょっと待ってて

トイレあるかな？

トイレ混んでたんだ

別なところにトイレないかな？

清潔に関する

シャワーあびたいな

お風呂やってある？

お風呂入ってくるね

手を洗いたいんだけど

ちょっと、うがいしたいんだ

マスク、マスク

心配事

かゆみ

背中痒いんだよ

ちょっと背中搔いてくれる？

風邪

熱があるかもしれない

熱はないかもしれない

体調、悪いんだよ

体調、よくないんだよ

昨日より悪いよ

昨日よりいいよ

寒気がするんだ

頭が痛いんだよ

腹の調子が悪いんだよ

受診したい

いい病院、知りませんか？

痛み

ちょっと痛むんだよね

痛み、たいしたことないよ

歯が痛いんだよ

頭が痛いんだよ

お腹の調子が悪いんだよ

痛みが増してきているようです

痛みは少しずつ楽になってきてるよ

痛くてたまらないよ

痛みが出てきたよ

痛みがひいてきた感じがする

痛みはないんだけど

腰が痛いよ

肩が痛いよ

クスリ

いつものクスリがもうじきなくなるんだ

クスリ、貰ってきてくれる？

もっと強いクスリが欲しい

もっと弱いクスリが欲しい

いつもクスリはちゃんと飲んでます

クスリ、お願いします

なんとなく知りたい

天気

天気予報知ってる？

雨の心配あるかな？

傘はいるかな？

傘、持って行った方が無難かな？

傘はいらないよね

雪、降るかな？

時間

いま何時ですか？

急いでますか？

すぐですか？

ゆっくりでいいですか？

時間かかりますか？

コンビニ

近くにコンビニありますか？

コンビニに寄りますか？

コンビニに行きたいんだけど

コンビニで買うよ

コンビニにあると思うよ

100円ショップにあるかな？

顔色伺い

最近、どんな感じ？

いやー元気そうだね

元気ないみたいだけど、何かあったの？

暮らしぶりはどうかい？

さっき、何かあったの？

何があったの？

大丈夫？

ほんとに大丈夫？

思うところがあるなら、話してくれる？

機嫌悪いの？

思ってること口にしてよ

シラけた？

ウケた？

ぼく（私）のこと、どう思ってる？

ぼく（私）のこと？

頼むよ、信頼してるからね

任せたよ！

変化

気持ちが変わったよ

さっきと違うね

いやんなっちゃった

もしかしたら、大丈夫かも

うまくいかなくなっちゃうかな

人って変わるもんだよね

声

手術したから。声がでないんだ。

声がでないのは、不自由だよ。

声がでないってどんなことか想像してみてよ

思 思いきり語り合いたいのは声が出なくても同じだよ

これね、ずっと前に録音しておいた声なんだ。驚いた？