

時期×シーン別 声かけ早見表

～迷ったら、このひと言だけでいい～

使い方

- ①今の時期の列を見る ②そのシーンのひと言を、そのまま言う
③言えない日があってもOK

	 ためる期	 動きだす期	 ととのえる期	 ふみだす期
朝	おはよう (それだけでいい)	おはよう、 今日もゆっくりで いいよ	おはよう、 カーテン開けるね	おはよう (行く?とは 聞かない)
帰宅・ 日中	ここにいるよ	たのしそうだね	行ってきたんだね、 おつかれさま	おかえり、 何か食べる?
ごはん	ごはん 置いとくね	今日は〇〇 (好物)だよ	一緒に食べよう	今日のごはんだう? (学校の話はしない)
寝る前	ゆっくり 休んでね	今日も一緒に いられて うれしかった	おやすみ、 また明日ね	おやすみ (明日の話はしない)

これだけは言わない3つ

- ①『今日はどうする?』 ②『みんなは行ってるよ』 ③『そろそろ頑張ろう』

—— 繊細な子は、この言葉を人一倍深く受け取ってしまうから

