

やさしい日本語チェックシート

～伝えるとき・伝えたあとに確認しましょう～

話すとき

- ☐ 一文を短くしましたか？（一文に一つの情報）
- ☐ 難しい言葉・敬語・カタカナ語を使わず、
言い換えましたか？
- ☐ 指示やお願いは、具体的に言いましたか？
（例：「〇〇してください」）
- ☐ 重要なことは先に伝えましたか？
- ☐ 必要に応じてジェスチャーやメモを使いましたか？

話したあと

- ☐ 相手の表情を見ましたか？
- ☐ 「わかりましたか？」だけでなく、相手の言葉で
確認しましたか？
（例：「明日何時に来るか教えてください」）
- ☐ 伝わっていなければ、言い方を変えてもう一度
伝えましたか？

書くとき

- ☐ 文は短く、シンプルになっていますか？
- ☐ 難しい言葉は言い換えましたか？残しておきたい難しい
言葉には説明をつけましたか？
- ☐ 漢字にはふりがなをつけましたか？
- ☐ 日付・場所・時間など、数字情報を正確に書きましたか？
- ☐ 必要に応じて、地図・写真・イラストも使いましたか？

書いたあと

- ☐ 文章を見直して、読みやすい順番になっていますか？
- ☐ 「この内容で相手が行動できるか」を考えましたか？
- ☐ 内容を第三者に説明するつもりでチェックしましたか？

伝わることは相手の安心につながります。あなたのちょっとした工夫がコミュニケーションをよりやさしく、より確かなものにします。