

家族に聞く12の質問

親や家族、大切な人、自分自身に。今日は1問だけでも大丈夫です。

— 使い方

- ◇ 答えやすそうな質問を1～3問選びます。12問すべてを聞く必要はありません。
- ◇ 各カードの「答えやすくする質問」は、話が止まったときだけ使います。
- ◇ 答えたくなさそうな質問は、飛ばしてかまいません。別の日に聞いても大丈夫です。
- ◇ 聞いた言葉は、できるだけそのまま書き留めます。わからないところは「要確認」と書いておきます。

— 聞く前に伝えたいこと

- ☐ 何のために聞くのか(例:家族のための小さな本にしたい)
- ☐ 誰に見せる予定か
- ☐ 話したくないことは話さなくてよいこと、途中でやめてよいこと
- ☐ 録音する場合は、先に許可をもらうこと(録音しなくても作れます)

— 12の質問

まとめり	質問
暮らし	01 子どものころの遊び 02 よく過ごした場所 03 昔の暮らしの出来事
仕事と役割	04 初めて任されたこと 05 長く続けてきたこと
食と味	06 思い出す味 07 その料理を作っていた人
人と出来事	08 心に残る出会い 09 うれしかった出来事
思いと言葉	10 変わったこと・変わらないこと 11 大切にしてきたこと 12 残しておきたい言葉

— カードにするとき

2～4ページの点線で切ると、はがきより少し小さいカードになります。切らずに、そのまま読んでも使えます。

01

暮らし

子どものころの遊び

子どものころ、どんな遊びが好きでしたか。

答えやすくする質問

- ・ 誰と、どこで遊ぶことが多かったですか。
- ・ 遊びに使っていた道具や、決まりごとはありましたか。

聞く人へ

遊びの名前が思い出せなくても大丈夫です。場所や一緒にいた人の話から、続きが出てくることがあります。

家族に聞く12の質問

02

暮らし

よく過ごした場所

よく過ごした場所は、どんなところでしたか。

答えやすくする質問

- ・ その場所には、何がありましたか。
- ・ そこでは、どんなふうに過ごしていましたか。

聞く人へ

間取りや道順を紙に描きながら話してもらうと、思い出しやすいことがあります。描き takunakereba、話だけで十分です。

家族に聞く12の質問

03

暮らし

昔の暮らしの出来事

昔の暮らしで、今も覚えている出来事がありますか。

答えやすくする質問

- ・ それは、いくつくらいのころのことですか。
- ・ そのとき、周りには誰がいましたか。

聞く人へ

年や日付があいまいでも、問い詰めずにそのまま聞きましょう。わからないところは「時期は不明」と書いておけば十分です。

家族に聞く12の質問

04

仕事と役割

初めて任されたこと

初めて仕事や役割を任された日のことを、覚えていますか。

答えやすくする質問

- ・ どんな仕事や役割でしたか。家のことや地域の役目でもかまいません。
- ・ 最初の日には、どんなことをしましたか。

聞く人へ

勤め先や取引先、一緒に働いた人の名前が出てきたら、本に書いてよいかをあとで一緒に確かめましょう。

家族に聞く12の質問

05

仕事と役割

長く続けてきたこと

仕事や日々の暮らしで、長く続けてきたことはありますか。

答えやすくする質問

- ・それは、いつごろから続けていますか。
- ・続けるなかで、やり方が変わったことはありますか。

聞く人へ

「特にない」という答えも、そのまま受け止めましょう。毎日の小さな習慣の話でもかまいません。

家族に聞く12の質問

06

食と味

思い出す味

今も思い出す食事や味はありますか。

答えやすくする質問

- ・それは、どんなときに食べていましたか。
- ・見た目や香り、器について、覚えていることはありますか。

聞く人へ

料理の名前がはっきりしなくても大丈夫です。材料や色、食べた場所から話してもらいましょう。

家族に聞く12の質問

07

食と味

その料理を作っていた人

その料理は、誰がどんなときに作っていましたか。

06の答えを受けた質問です。思い当たらなければ別の質問へ。

答えやすくする質問

- ・作っているところを、見たことはありますか。
- ・作り方や分量について、覚えていることはありますか。

聞く人へ

分量や手順があいまいなときは、推測で埋めずに「要確認」と残しておきましょう。

家族に聞く12の質問

08

人と出来事

心に残る出会い

人との出会いで、心に残っていることはありますか。

答えやすくする質問

- ・その人とは、どこで出会いましたか。
- ・その人について、今も覚えていることは何ですか。

聞く人へ

出てきた人の話は、その人自身のことでもあります。本に書くかどうかは、あとで本人と一緒に決めましょう。

家族に聞く12の質問

09

人と出来事

うれしかった出来事

うれしかった出来事を、一つ教えてもらえますか。

答えやすくする質問

- ・ それは、いつごろのことですか。
- ・ そのとき、そばには誰かいましたか。

聞く人へ

大きな出来事でなくてもかまいません。話す人が選んだ一つを、そのまま聞きましょう。

家族に聞く12の質問

10

思いと言葉

変わったこと・変わらないこと

昔と今で、好きなものや考え方は変わりましたか。

答えやすくする質問

- ・ 昔、好きだったものは何ですか。
- ・ 今も変わらずに続いていることは、ありますか。

聞く人へ

「変わった」「変わらない」のどちらの答えも、そのまま受け止めましょう。

家族に聞く12の質問

11

思いと言葉

大切にしてきたこと

これまで大切にしてきたことは、何ですか。

答えやすくする質問

- ・ それが表れている、具体的な場面はありますか。
- ・ そう考えるようになったのは、いつごろからですか。

聞く人へ

立派な言葉でなくても大丈夫です。短い答えでも、そのまま書き留めましょう。

家族に聞く12の質問

12

思いと言葉

残しておきたい言葉

家族や大切な人に、残しておきたい言葉はありますか。

答えやすくする質問

- ・ 誰に向けた言葉ですか。
- ・ その言葉には、何か思い出がありますか。

聞く人へ

今日は「特にない」でも大丈夫です。無理に言葉を引き出さず、また別の日に聞いてもかまいません。

家族に聞く12の質問