

マーレ通信

夢ふうせんマーレは、障がいのある方の就労の支援を行い、障がい者を雇用する企業様の相談を受けています。 令和8年度 NO.49号

みなさんこんにちは、夢ふうせんマーレです。
日の入りがずいぶん遅くなり、1日の長さを嬉しく感じる頃となりました。
今回の通信では、「明元素（めいげんそ）ことば」と「暗病反（あんびょうたん）ことば」をご紹介します。どうぞよろしくお願いいたします。
普段何気なく遣っている言葉がどちらに当てはまるのかを是非確認していただけたらと思います。

『めいげんそことば』
明元素言葉



積極・肯定・陽転

◇戦略思考

●充実している	●簡単だ	●できる
●楽だ	●金がある	●まだ若い
●可能だ	●努力します	●試みた
●幸せだ	●元気だ	●楽しい
●きれいだ	●素晴らしい	●やれる
●イケる	●おいしい	●美しい
●すてきだ	●やってみよう	●おもしろい
●利口だ	●頑張ります	

『あんびょうたんことば』
暗病反言葉



消極・否定・陰転

◇混乱思考

●忙しい	●疲れた	●難しい
●つまらない	●できない	●いやだ
●困難だ	●ためだ	●金がない
●まずい	●もう年だ	●きたない
●どうしよう	●バカだ	●不幸だ
●大変だ	●マイッタ	●困った
●苦しい	●つらい	●失敗した
●やりたくない	●分かりません	

明元素ことばは**前向きで相手にも活力を与える表現**に対し、暗病反ことばは**ネガティブで場の空気を重くする表現**です。同じ内容でも言い換えるだけで印象が大きく変わりますね。まずは一日ひとつ、意識しながら明元素ことばを使うことを習慣にしていきたいと思います。

(株)エムリンクホールディングス 紋別市障害者就労支援事業受託事業所



夢ふうせんマーレ

TEL 0158-28-6222 FAX 0158-28-6225

E-mail mar@emlink.co.jp URL <https://yumefusen-mar.com/>

