



ฟรีสำหรับนักเรียน Certificate III Individual Support

ภาษาอังกฤษ เอาตัวรอด ใน Aged Care

Thai-English Mini E-Booklet

รวมบทสนทนา
คำศัพท์ และความรู้รอบตัว
สำหรับการฝึกงาน



สวัสดีค่ะ
Hello!



How can
I help you?
ให้ฉันช่วยอะไร
ได้บ้างคะ?





ประกาศลิขสิทธิ์



Copyright Notice



E-book เล่มนี้จัดทำโดยทีม อะตอมเด็กเนิร์ส - atomdeknurse
เพื่อใช้เป็นสื่อประกอบการเรียนรู้สำหรับนักเรียน
Certificate III Individual Support ที่กำลังเตรียมตัว
ฝึกงานใน aged care facility



เนื้อหา ภาพประกอบ การออกแบบ ตัวการ์ตูน ข้อความ
ตาราง และองค์ประกอบทั้งหมดใน E-book เล่มนี้
เป็นผลงานที่จัดทำขึ้นเพื่อการศึกษาและการแบ่งปัน
ความรู้เท่านั้น



สงวนลิขสิทธิ์ © 2026 ทีมอะตอมเด็กเนิร์ส - atomdeknurse



ห้ามคัดลอก ดัดแปลง แก้ไข ตัดต่อ ทำซ้ำ แจกจ่าย
นำไปใช้เชิงพาณิชย์ อัดโหลดซ้ำ หรือเผยแพร่ต่อ
ในรูปแบบอื่น โดยไม่ได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร
จากผู้จัดทำ



สามารถส่งต่อ E-book ฉบับต้นฉบับได้ เพื่อประโยชน์
ทางการศึกษาเท่านั้น โดยต้องไม่แก้ไขเนื้อหา ไม่ลบชื่อผู้จัดทำ
ไม่ลบเครดิต และไม่แอบอ้างว่าเป็นผลงานของตนเอง



หากต้องการนำเนื้อหาบางส่วนไปใช้ อ้างอิง หรือเผยแพร่ต่อ
กรุณาติดต่อทีมผู้จัดทำก่อนทุกครั้ง



ด้วยความปรารถนาดี



ทีมอะตอมเด็กเนิร์ส - atomdeknurse



Website: atomdeknurse.com



Facebook: Atom DekNurse





คำนำ

E-book เล่มนี้ จัดทำขึ้นเป็นพิเศษสำหรับน้องๆ ชาวไทยที่กำลังจะไปฝึกงาน 120 ชั่วโมงในคอร์ส Certificate III individual ในระบบ aged care facility ของประเทศออสเตรเลีย เพื่อให้มีความมั่นใจในการสื่อสารภาษาอังกฤษอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยได้รวบรวมคำศัพท์และประโยคสนทนาสำคัญที่น่าจะได้ใช้งานจริงในสถานการณ์ต่างๆ นอกจากนี้ยังสอดแทรกความรู้รอบตัวและเทคนิคที่จะช่วยให้น้องๆ เริ่มต้นการฝึกงานได้อย่างมีคุณภาพมากขึ้น

ทีมผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า E-book เล่มนี้จะมีประโยชน์ต่อการฝึกงานของน้องๆ และเป็นกำลังใจให้น้องๆ สามารถผ่านการประเมินฝึกงานได้อย่างราบรื่นเรียบร้อยและประสบความสำเร็จในทุกสิ่งที่ปรารถนาต่อไปนะคะ

ด้วยความปรารถนาดี
ทีมอะตอมเด็กเนิร์ส



E-booklet



อ่านง่าย ใช้จริง มั่นใจก่อนเริ่มฝึกงาน



อ่านทีละบทก่อนเริ่ม placement

ทำความเข้าใจแต่ละสถานการณ์ทีละอย่าง
จะช่วยให้จดจำและนำไปใช้ได้ง่ายขึ้น



ฝึกพูดประโยคออกเสียง

พูดบ่อยๆ จะทำให้คุ้นปากและกล้าพูดมากขึ้น
ไม่ต้องกลัวสำเนียง ให้สื่อสารด้วยใจ 😊



จำเป็น phrase ไม่ใช่จำเป็นคำ ๆ

จำประโยคทั้งชุด จะช่วยให้พูดได้เป็นธรรมชาติ
และใช้ได้หลากหลายสถานการณ์



ใช้เป็น cheat sheet ก่อนเข้ากะ

เปิดทบทวนสั้น ๆ ก่อนเริ่มงาน จะช่วยให้
พร้อมและลดความกังวลได้มาก



ไม่ต้องพูด perfect

แต่ต้องสุภาพ ปลอดภัย และเข้าใจหน้าที่ตัวเอง
สิ่งสำคัญที่สุดคือความปลอดภัยของผู้รับบริการ



ภาษาอังกฤษไม่ต้องดีมาก
แต่ต้องสื่อสารได้ เข้าใจหน้าที่
และทำงานอย่างมืออาชีพ
คุณทำได้แน่นอน! ❤️

สิ่งสำคัญจำเป็น



เข้าใจหน้าที่และขอบเขตของตนเอง
ทำในสิ่งที่ได้รับมอบหมายและอยู่ภายใต้การดูแล
ของพี่เลี้ยงหรือพยาบาลเสมอ



ความปลอดภัยต้องมาก่อนเสมอ
ถ้าไม่มั่นใจ ให้หยุดและขอความช่วยเหลือทันที



ให้เกียรติ (Dignity) และความเป็นส่วนตัว
พูดสุภาพ ใช้คำเสียงอ่อนโยน
และเคารพการตัดสินใจของผู้รับบริการ



จดจำหรือจดบันทึกสิ่งที่สำคัญ
ชื่อผู้รับบริการ รายละเอียดการดูแล
และคำแนะนำจากพี่เลี้ยง



ทำงานเป็นทีม
ถาม แลก และช่วยเหลือกัน
ทุกคนคือทีมเดียวกัน

เคล็ดลับทำให้มั่นใจขึ้น



ทบทวนสั้น ๆ ทุกวัน
อ่าน 5-10 นาที ช่วยให้จำได้นานขึ้น



ลองพูดกับเพื่อนหรือหน้ากระจก
ฝึกพูดก่อนเจอของจริง จะช่วยเพิ่มความมั่นใจ



สังเกตและเรียนรู้จากพี่ ๆ
จดประโยคดี ๆ ที่พี่ ใช้ แล้วนำมาฝึกต่อ



อย่ากลัวความผิดพลาด
ทุกคนเริ่มจากศูนย์ สำคัญคือ
เรียนรู้และพัฒนาตัวเอง



สื่อสารด้วยใจ
น้ำเสียง ท่าทาง และรอยยิ้ม
สำคัญไม่แพ้คำพูด



เราเชื่อว่าน้อง ๆ ทุกคนจะทำได้ดีและเป็นพลังสำคัญ
ในการดูแลผู้สูงอายุอย่างอบอุ่นและปลอดภัย ❤️





สารบัญ

Contents



Part 1

Basic Vocabulary Before Starting Aged Care



- ใครเป็นใครในบ้านพักคนชรา 1
- พื้นที่ต่างๆ ใน facility 5
- อุปกรณ์ที่เจอบ่อย 8

Part 2

Basics Conversations with Residents



- การทักทายและการแนะนำตัว 10
- การขออนุญาตก่อนให้การดูแล 11
- การช่วยอาบน้ำ 12
- การแต่งตัว 14
- การช่วยเหลือเข้าห้องน้ำ 15

Part 3

Conversations about Food and Drinks



- การช่วยเรื่องอาหารและการดื่มน้ำ 16



สารบัญ (ต่อ)

Contents



Part 4

♥ Mobility and Safety ♥



- การช่วยเดินและการเคลื่อนย้าย 18
- Hoist และ Manual Handling 19
- Fall / ล้ม 20

Part 5

♥ Dementia and Behaviour ♥



- ปัญหาสมองเสื่อมและพฤติกรรมต่าง ๆ 21
- Resident โมโห / ปฏิเสธการดูแล 22
- คำศัพท์เกี่ยวกับพฤติกรรม 23

Part 6

♥ Common Aged Care Situations ♥



- Call Bell 24
- Pain / เจ็บปวด 25
- บาดแผลและความผิดปกติของผิวหนัง 26
- Pressure injury คืออะไร และควรจัดการอย่างไร 27
- Feeling Unwell / รู้สึกไม่สบาย 28

Part 7

♥ Professional English for Student Placement ♥



- ประโยคถาม Buddy / Staff 29
- ถ้าไม่เข้าใจภาษาอังกฤษ 30
- ประโยคปฏิเสธอย่างสุภาพเมื่อเกินขอบเขต 31

Part 8

♥ เทคนิคฝึกงานที่ควรรู้ ♥



- รวมเทคนิคฝึกงาน: จำชื่อ resident และขอ reference 32
- รวมเทคนิคฝึกงาน: เสนอตัวช่วยเหลือและเตรียมของล่วงหน้า 33
- รวมเทคนิคฝึกงาน: ถามเมื่อไม่มั่นใจ และเทคนิคถามให้กระชับ 34
- รวมเทคนิคฝึกงาน: มาก่อนเวลา และพักผ่อนให้เต็มที่ 35
- รวมเทคนิคฝึกงาน: สังเกต รายงาน และทำงานด้วยเมตตา 36