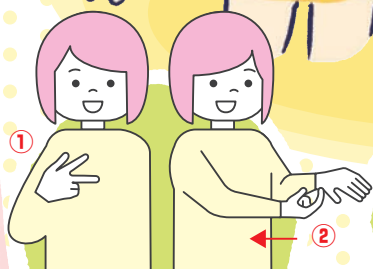


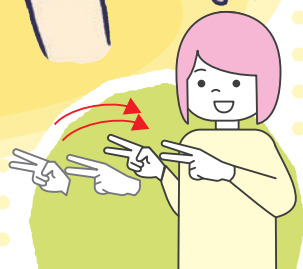
て 手 と 手 で は な 話 そ う



し むら
志村



あか つか
赤塚



いた ばし
板橋

板 橋 区

ITABASHI

はじめに いたばしく 板橋区がめざすもの



いたばしく 板橋区には「しゅ わ げん ご じょうれい 手話言語条例※」があるよ。

これは、しゅ わ 手話が「め み 目で見ることば」であるとして、
しゅ わ 手話を使う人たちにも住みやすい板橋区にしていこう
 というねらいがあるんだよ。

しゅ わ 手話が必要な人だけでなく、すべての人がひと 心ゆくたか
 にくらししていける「いたばしく 板橋区」にしていきたいんだ！

※く 区が作ったつく 法律ほうりつのようなもの（き 決まり）のこと

もくじ

き 聞こえない人に会ったことある？	3
き 聞こえない人のこと	
き どうして聞こえないの？	3
き 聞こえないとこまること	4
どうしているの？	5
どのようにコミュニケーションするの？	6
しゅ わ 手話はどんなことば？	7
しゅ わ 手話を覚えよう	9
しゅ わ 手話の仕組み	10
しゅ わ 手話クイズ	10
コミュニケーションはあいさつから	11
ゆび も じ 指文字、数字	12～15
じ こ 自己しょうかいをしてみよう	16
き 聞こえない人のくらし	17
もう 盲ろう者 しや ってどんな人？	18
もっと しゅ わ 手話を覚えよう	19

き ひと あ 聞こえない人に会ったことある？

ひだり ひと
左の人は
みみ き
耳が聞こえません。
み
見ただけでは
わからないね。



き ひと 聞こえない人のこと

❓ どうして聞こえないの？

き ひと
どうして聞こえないのかは、人それぞれちがうよ。



う き ひと
生まれつき聞こえない人



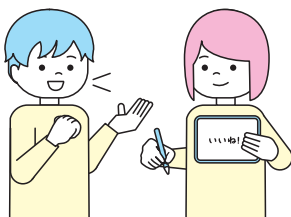
びょうき じ こ
病気や事故などで
き ひと
聞こえなくなった人

き
聞こえかたもちがうよ。

たか おと ひく おと
高い音、低い音、

き おと
聞きやすい音は

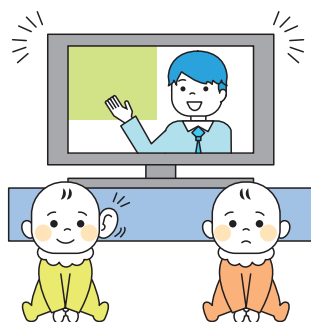
ひと
人それぞれちがうんだ。



◆◆◆ き 聞こえないとこまること ◆◆◆

ことば

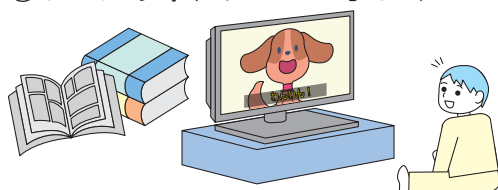
し ぜん みみ はい
自然に耳に入らないから
おぼ かた
ことばの覚え方がちがうよ。
なか に ほん ご よ か
中には日本語の読み書きが
に が て ひと
苦手な人もいるよ。



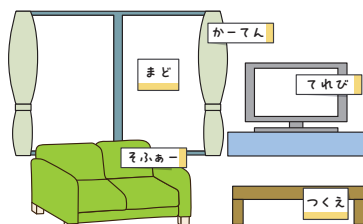
ことばを覚えるための工夫

しゅわ はな
①手話で話しかける

ほん し
②まんがや本、テレビの字まく



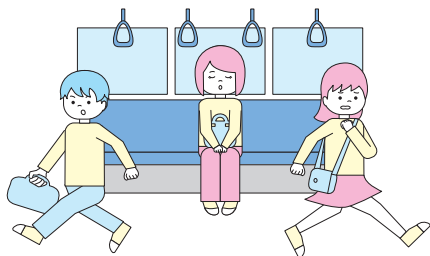
な まえ
③名前をはる



いま お 今起こっていることがわからない

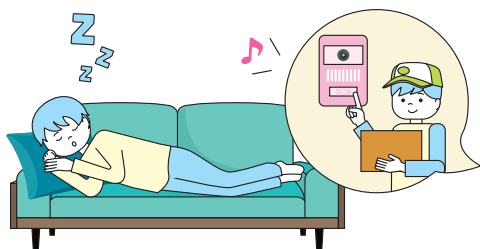
でんしゃない
電車内で

とき
アナウンスがあった時



いえ ひと き
家に人が来て、

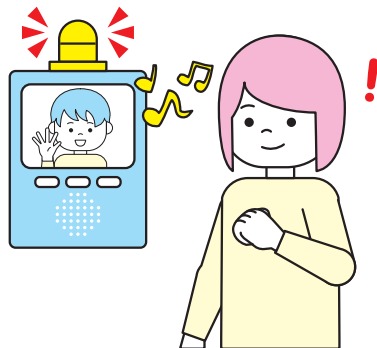
とき
チャイムが鳴っている時



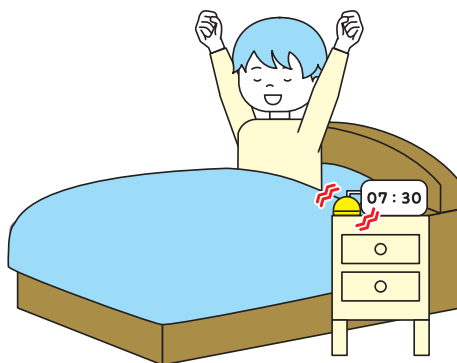
にちじょう せいかつ なか
日常の生活の中にもこまることがたくさんあるんだね。

? どうしているの？

いま べんり
今は便利なものがたくさんあるよ。



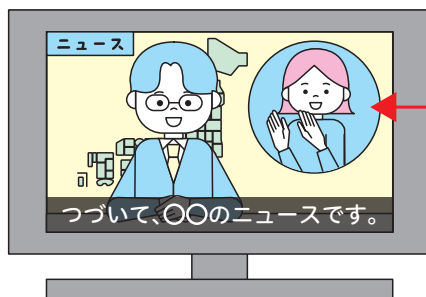
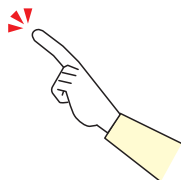
ひか
ピカピカ光るチャイム



ブルブルふるえる
めざ とけい
目覚まし時計



みせ ゆび
お店の指さしシート

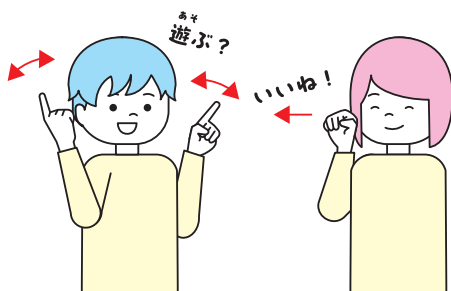


手話通やく者
しゅわつう
しゃ

しゅわつう
テレビの手話通やく・字まく

❓ どのようにコミュニケーションするの？

しゅわ
手話



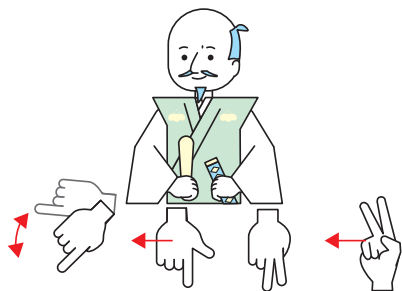
そら も じ
空文字



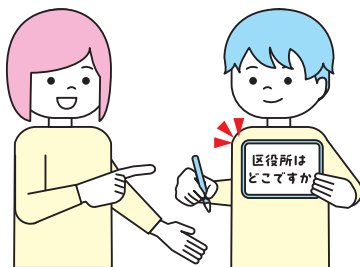
ゆび も じ
指文字

*12~14ページにあります。

ひつたん
筆談

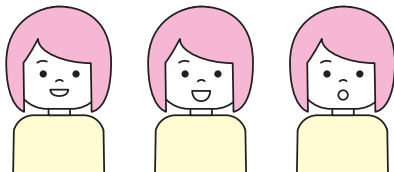


の ぶ な が



どくわ
読話

くち うご みを 見て ことばを よ ん じ



え

が

お

おんせい も じ
音声 を 文字 に する



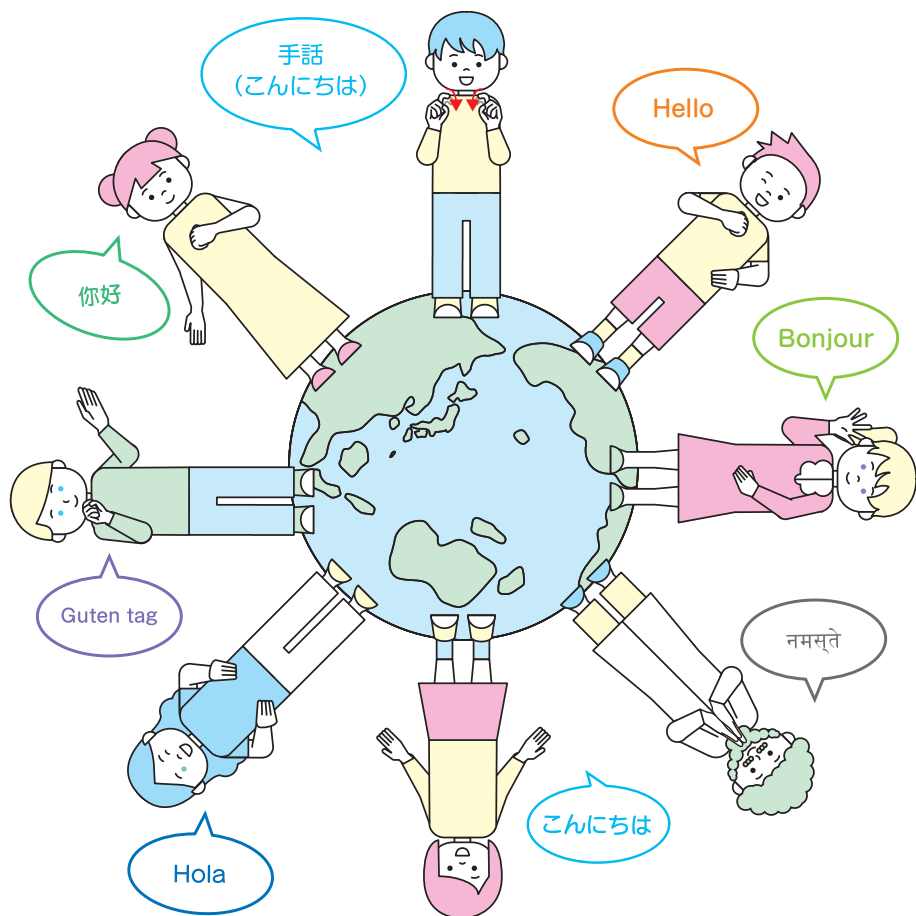
あいて あ ほうほう か
相手に合わせてコミュニケーションの方法を変えよう

しゅわ 手話はどんなことば？

しゅわ め み
手話は「目で見ることば」だよ。

み
身ぶり(ジェスチャー)ではないよ。

にほんご えいご おな
日本語や英語などと同じ、ひとつのことばなんだ。



いろいろなことばがあるね。しゅわ
手話もそのひとつだよ。

ことばには^{き も}気持ちや^{かんが}考えていることを^{つた}伝える力があるよ。
^{しゅ わ}手話にも^{ちから}その力があるんだ。

やってみよう！ ジェスチャーゲーム



^{きのう}昨日、^たあまくておいしいみかんを食べたんだ。



しっかり^{つた}伝えられたかな？

^み身ぶり（ジェスチャー）では^{こま}細かく^{つた}伝えることが
^{しゅ わ}むずかしいけど、^{つた}手話だとしっかり伝えられるよ。

しゅわ おほ 手話を覚えよう

にちじょう み なか しゅわ
日常の身ぶりの中にも、手話はたくさんあるよ。

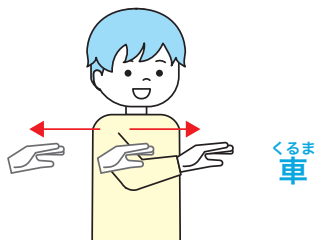


しゅわ しゅく 手話の仕組み

たとえば「車」という手話をやってみよう。

くるま つか
「車」を使ったことば

- ・ 運転する
うんてん
- ・ バックする
- ・ 速く走る
はや はし
- ・ こむ（じゅうたい）



しゅわ て かたち ばしょ うご おお ひょう
手話は手の形、場所、動き、大きさ、表じょうなどを
つか
使っているいろいろなことをあらわ
表せるんだよ。

しゅわ 手話クイズ

しゅわ せかいきょうつう
Q. 手話は世界共通か。

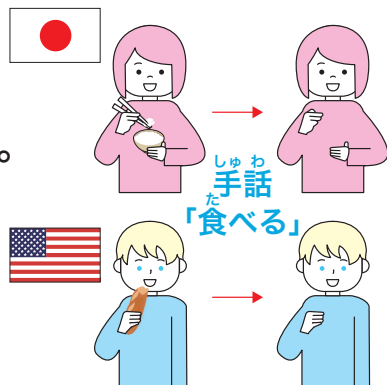
A. ×

それぞれの国に手話があるよ。
くらしがちがうと手話も変わってくるよ。

たと した しゅわ
例えば、「食べる」という手話

に ほん た うご
日本ではおはしでごはんを食べる動き

アメリカでは手でパンを食べる動き



コミュニケーションはあいさつから

こんにちは

ひる
昼



あいさつ



はじめまして

はじ
初めて



あ
会う



おはよう

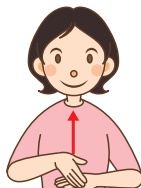
あさ
朝



あいさつ



ありがとう



こんばんは

よる
夜



あいさつ



ごめんなさい



「こんにちは」
ひる と けい
の 昼 は 時計 の
じ あらわ
12 時 を 表 し て
い る よ。



ひる
昼



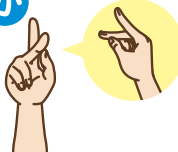
ゆび も じ 指 文 字

あ



手の形が、相手から見て「a」の形。

か



アルファベットの指文字「K」から。

さ



アルファベットの指文字「S」から。

た



アルファベットの指文字「T」の変形。

い



アルファベットの指文字「I」から。

き



キツネを表しています。

し



数字の手話「7」から。

ち



手に似ていることから、数字の手話「千」。

う



アルファベットの指文字「U」から。

く



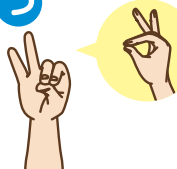
数字の手話「9」から。

す



カタカナの「ス」の字形から。

つ



カタカナ「ツ」の形から。

え



アルファベットの指文字「E」から。

け



けいれい 敬礼するときの手の形から。

せ



「いちばん背の高い指」から。

て



「手」を示しています。

お



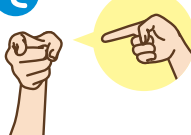
アルファベットの指文字「O」から。

こ



カタカナの「コ」の一部から。

そ



「それ」を指す動作から。

と



「〜と…」の2つの物の意味。

指文字は日本語の「かな」にあたるもので、50音のほか、濁音や半濁音なども表現できます。基本的にきき手を使い、肩の前あたりで形を作ります。
ここに紹介している指文字は、相手側から見た形です。



な



アルファベットの指文字「N」から。

は



アルファベットの指文字「H」から。

ま



アルファベットの指文字「M」から。

や



アルファベットの指文字「Y」から。

に



数字の手話「2」から。

ひ



数字の手話「1」から (ひい、ふう、みいの「ひ」)。

み



数字の指文字「3」、または「ミ」の字形から。

ゆ



おんせん 温泉マーク「ゆ」から。

ぬ



「盗む」を示すしぐさから。

ふ



自分から見てカタカナの「フ」の形。

む



数字の指文字「6」から。

よ



数字の指文字「4」から。

ね



木の根の形から。

へ



ひらがなの「へ」の形。

め



つぶれた丸が「目」の形。

の



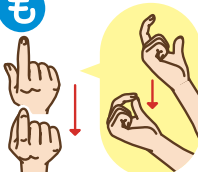
カタカナの「ノ」の字形から。

ほ



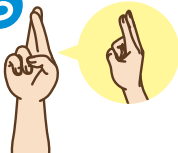
船の帆を表しています。

も



「〜も同じ」の手話から。

ら



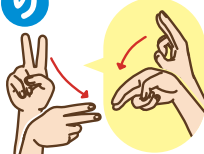
アルファベットの指文字「R」から。

わ



アルファベットの指文字「W」から。

り



自分から見て「リ」と書きます。

を



「お」と同じ形を作り、自分のほうへ引きます。

る



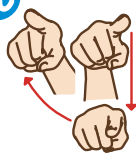
相手から見て「ル」の形。

れ



相手から見て「レ」の形。

ん



カタカナ「ン」の字形から。

ろ



カタカナの「ロ」の一部。

っ

そく おん 促音

例：っ



小さい「っ」。「っ」の指文字を自分のほうへ引きます。

だ

たく おん 濁音

例：だ



「だ」「か」など。もとの指文字を横へ10cmくらい動かします。

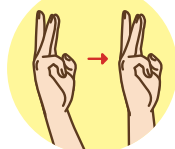
や

よう おん 拗音

例：ゆ

ゆ

よ

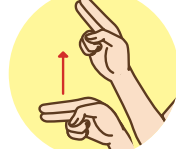


小さい「ゆ」など。もとの指文字を自分のほうへ引きます。

はん

だく おん 半濁音

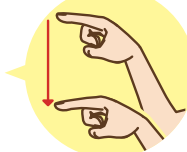
例：ば



「ば」「び」など。もとの指文字を10cmくらい上げます。

ー

ちょう おん 長音



「ケーキ」のようにのばす音。人さし指で上から下へ線を引きます。

すう 数 じ 字

右手で、相手側から見た形です。



1



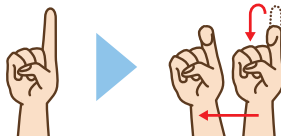
人さし指を上
にのぼします。

6



手の甲を前に向けて、
親指を上、人さし指を
横にのぼします。

+



人さし指を立てて「1」を作り、のびた指を折り曲げ、
少し右にずらします。

例:10

2



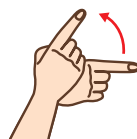
人さし指と中指を
上にのぼします。

7



手の甲を前に向けて、
親指を上、人さし指と
中指を横にのぼします。

百



人さし指を横にのぼしてから、はね上げます。

例:100

3



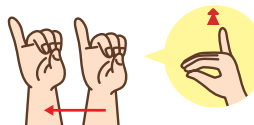
人さし指、中指、薬指を
上にのぼします。

8



手の甲を前に向けて、
親指を上、小指以外の
3指を横にのぼします。

千



小指をのぼし、他の指をつけます。「0が3つ」を表します。
その形のまま横に少しずらします。
※人さし指を横にして「千」の形を描く方法もよく使われます。

例:1000

4



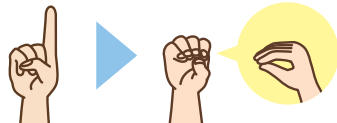
親指以外の4本を
上にのぼします。

9



手の甲を前に向けて、
親指を上、それ以外の
4指を横にのぼします。

万



「1」を作り、指先を前に向けて5本の指をつけます。

例:1万

5



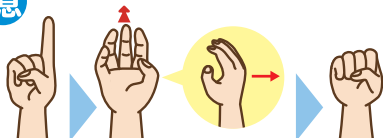
こぶしを作り、親指のみ
横にのぼします。

0



指全体で輪を作ります。

億



「1」を作り、手のひらを少し開き、
手前に引きながらにぎります。

例:1億

じこ 自己しょうかいをしてみよう

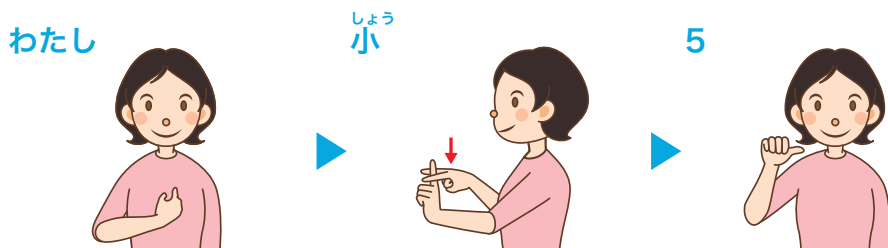
ゆび も じ つか 指文字を使ってみよう

わたし^{なまえ}の名前は〇〇といいます。



すう じ つか 数字を使ってみよう

わたし^{しょうがく}は小学^{ねんせい} 5 年生です。



ちゅうがっこう
中学校

こうこう
高校

ちゅう
中

がっこう
学校

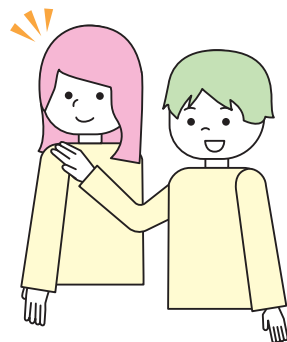


き ひと 聞こえない人の暮らし

き ひと こえ おと つか
聞こえない人は声や音を使わずにくらしているよ。

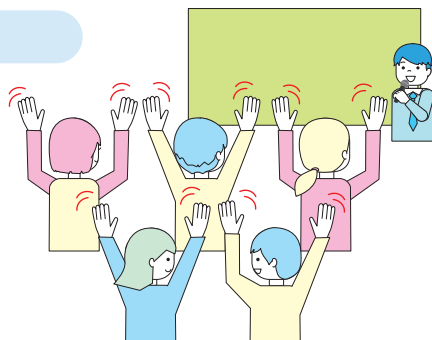
あいて 相手をよぶとき

かたをポンポンとたたいてよんでみよう。テーブルをたたいたしん動^{どう}でよんだりもするよ。



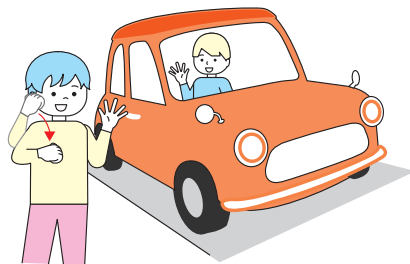
しゅ はく手するとき

りょうて おと な か
両手をたたいて音を鳴らす代わりに、両手をあげて、ひらひらと動かすよ。



む ひと はな まどの向こうの人と話するとき

しゅ わ み くるま でんしゃ なか
手話が見えれば、車や電車の中から外にいる相手と話せるよ。
そと あいて はな
にぎやかな場所でも話せるよ。
ばしょ はな



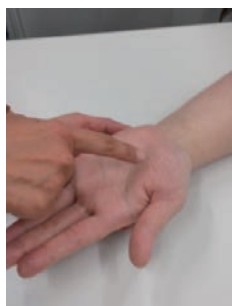
もう ^{しゃ} 盲ろう者 ^{ひと} ってどんな人？

^め 目と ^{みみ} 耳のどちらにも ^{ひと} しょうがいがある人のことを
「^{もう} 盲ろう者 ^{しゃ}」というよ。耳だけに ^{みみ} しょうがいがある人とは ^{ひと}
またちがった ^{ほうほう} コミュニケーション方法があるよ。



^{しよくしゅわ} 触手話

^{もう} 盲ろう者 ^{しゃ} が相手の ^{あい て} 手話を ^{しゅ わ} 触って ^{さわ} 読み取 ^{よ と}
^{ほうほう} る方法



^{て が も じ} 手書き文字

^{もう} 盲ろう者 ^{しゃ} の手 ^て のひらに ^{じ か} 字を ^{ほうほう} 書く方法



^{ゆび てん じ} 指点字

^{もう} 盲ろう者 ^{しゃ} の ^{ゆび} 指に相手の ^{あい て} 指を ^{ゆび} 重ねて、
^{もう} 盲ろう者 ^{しゃ} の ^{ゆび} 指を ^{てん じ} タップして ^{あらわ} 点字を表す
^{ほうほう} 方法

しゅわ おほ もっと手話を覚えよう！

いたばし く しゅわ どうが 板橋区の手話動画

① きこえないってどんなこと？

② ^{しゅわ}手話にチャレンジしてみよう

③ ^{しゅわ}手話で板橋^{いたばし}を知ろう

④ ^{いたばし}むらのももたろう



<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/kouhou/tenji/tv/1027730/1052769.html>



ほかにも

いたばし しゅわ
○板橋手話サークル

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kyoikuiinkai/shogai/circle/1013047.html>

○NHK ^{しゅわ}こども手話ウィークリー

にちようび
日曜日17:50～18:00

○NHK福祉 ^{ふく し じょうほう}情報サイトハートネットワンポイント手話^{しゅわ}

<https://www.nhk.jp/p/one-syuwa/ts/QJ5K5R1G72/>

いたばし く しゅわ さいしゅわ こうしゅうかい おとなむ
○板橋区主催手話講習会（大人向け）

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/shogai/shien/1029817/1029821.html>

・ さいごに ・

手話が「見えるすばらしいことば」と知った
きみたちには、自分にゆたかなちしきのたから
ものができたと思^{おも}ってほしいな。

昔^{むかし}は、手話がことばとみとめられなくて大^{たい}変^{へん}
な時代^{じ だい}があったんだよ。

ことばがちがっても、いっしょに生きていく
ことを大切^{たいせつ}にしてほしい。

そして手話がごく自然^{し ぜん}に使^{つか}われる社会^{しゃかい}につな
げていこう。

まずは、「こんにちは」の手話からはじめよう！

手と手で話そう

発行／令和 6 年初版

企画・編集／板橋区福祉部障がい政策課

電話／03-3579-2361 FAX／03-3579-4159

メール／fukushi@city.itabashi.tokyo.jp

協力／(一社)板橋区聴覚障害者協会 編集・印刷／NPC 日本印刷株式会社

出典／東京都福祉局「話そう！手のことば～おもてなしの手話 BOOK ～

リーフレット」(6 福祉障企第 127 号)

