



神奈川県

KANAGAWA

～ 拡げよう豊かなコミュニケーションを～

# 手話を 学んでみよう!



神奈川県福祉子どもみらい局福祉部地域福祉課

- 3 聴覚障害者と手話
- 4 聴覚障害者について
- 5 聴覚障害者が困ること
- 6 聴覚障害者へのサポート方法
- 7 手話を知る
- 7 手話を覚えるときに大切なこと
- 8 ふだんの動作の中にも手話があります。
- 10 手話のしくみを知ろう
- 11 手話を覚える
- 12 あいさつ
- 16 つたえる
- 20 さまざまな時に
- 26 非常時
- 28 指文字
- 31 数字

※この冊子にある手話は主に右手で表現しています。左手で表現しても構いません。

## はじめに

# 手話は、大切なことばです。

耳が聞こえず、手話を使って生活している人をろう者と言います。ろう者は耳が聞こえないため、人の声を聞いたり、自分で声を出して話したりすることが難しいです。

また、ろう者は小さい時に聞こえなくなった人が多いですが、小さい時に聞こえなくなると、音声のことばを耳から聞いて覚えることが難しいのです。

そのため、ろう者の間で、手の動きや形、表情で意味、内容や感情を表すことばである手話が生まれ、使われてきたのです。聞こえる人たちが音声のことばを使って考え、表現し、コミュニケーションするのと同じように、ろう者は手のことばである手話を使って考え、表現し、コミュニケーションするのです。

皆さんも外国へ行ってことばがわからなくて心細い思いをしているときに、自分のことばが少しでも通じる人がいてほっとしたことがあるかもしれません。ろう者も同じです。周りに少しでも手話がわかる人がいるととても助かるのです。

また、手話ができなくてもいろいろな方法でろう者とコミュニケーションすることはできます。

この冊子は手話のほかに、聴覚障害者のことや、聴覚障害者へのサポート方法についても書かれています。

皆さんもこの冊子を読んで、誰もが安心して暮らすことができる社会を作っていきましょう。

# 聴覚障害者と 手話



# 聴覚障害者について

## 聴覚障害とは？

聞こえない、聞こえにくい人のことを聴覚障害者と言います。

聞こえにくさの様子は人によってまちまちで、少し聞こえる人もいれば、ほとんど聞こえない人もいます。

手話を使う人もいれば、手話を使わないで筆談でコミュニケーションする人もいれば、補聴器を使って音声でコミュニケーションする人もいます。

また、聞こえない、聞こえにくい人で、さらに見えない、見えにくい人を盲ろう者と言います。

このように聴覚障害者の中でも、普段使うことばやコミュニケーション手段はまちまちですので、本人が望む方法でコミュニケーションしてください。



# 聴覚障害者が困ること

## 見ただけでは聴覚障害があるとはわからない

聴覚障害者は見ただけでは聞こえないということがわからないので、困っていても周りの人に気づいてもらえないことがよくあります。

また、後ろから話しかけられても聞こえないため返事をしなかったときなど、無視したと誤解されることもあります。

## 呼び出しや放送が聞こえない、わからない

銀行や病院などで名前を呼ばれても聞こえないため、順番が後回しになってしまうことがあります。

また、駅や店内での放送が聞こえないため、どのホームにどこ行きの電車が来るのか、どこで何が行われているのかわかりません。

## 周囲の状況がわからない

道を歩いているとき、自動車や自転車の近づいてくる音が聞こえないため、危険な目にあうことがあります。

事故や災害が起きた時、何が起きているのか、どうすればいいのかわからなくて困ることがあります。



## コミュニケーションが難しい

相手の話していることがわからないだけでなく、声を出して話すことがうまくできない人もいます。また、手話をことばとして生活しているろう者には文章の読み書きが苦手な人もいます。

そのため、細かいことが伝わらなかったり、誤解が生じたりすることがあります。

# 聴覚障害者へのサポート方法

聴覚障害の程度、普段使うことばやコミュニケーション手段は人によってまちまちです。

また、聴覚障害に視覚障害などほかの障害が重複している人もいます。

サポートするときは、その人が望むサポート内容、方法を確認してからサポートしてください。



- ① **手話**…ろう者がよく使います。また、盲ろう者は触手話(相手の手話に直接触れて読み取る方法)や接近手話(相手の手話を近くで見て読み取る方法)などを使います。
- ② **筆談**…途中で聞こえなくなった人がよく使います。また、ろう者も手話がわからない人とやりとりする時に使います。  
※文章の読み書きが苦手なろう者もいますので、あいまいな書き方や、まわりくどい書き方をせず、短くてわかりやすい文を書いてください。
- ③ **音声**…少し聞こえる人がよく使います。  
※ゆっくり、口を大きく開けてはっきりした声で話してください。  
※音声だけでなく、文字を書いて見せるなど見てわかる方法も併せて使ってください。
- ④ **空書**…空間に字を書く方法で、書くものがない時に使います。  
※いつも書く時と同じ方法で、自分の前の空間に大きくゆっくり書いてください。
- ⑤ **その他**…身振り、絵やイラストなども一つの方法です。

話す時は相手に話の内容が正しく伝わっているか、話の内容を理解しているか、確認しながら話してください。

一番大切なのは、相手に伝えようとし、そして相手の話していることをわかろうとする気持ちです。

最近、マスクをしている人が増えていますが、マスクをしていると口が見えませんが、何を言っているかわかりにくくなります。マスクを外すか、筆談、空書、身振り、イラストなどを併せて使ってください。



# 手話を知る

## 手話を覚えるときに大切なこと

手話は、からだ全体を使っていろいろな表現をします。ここでは、手話を覚えるときに知っておきたい手話の特徴について紹介します。

### ふだんの「しぐさ」を取り入れる

手話で「よろこぶ」を表現するより、「ばんざーい！」と両手を上げてよろこぶほうが、うれしい気持ちを伝えられることもあります。



### 感情をすなおに表現する

悲しいときは悲しい表情を、うれしいときはニコニコしてください。自然な感情表現を大切にすることが手話上達の近道です。



### 遠回しの表現はしない

たとえば日本語では、相手に何かをお願いするとき、「今、手があいてますか？」という尋ねかたをします。でも、手話で文字どおりに「手があく」と表しても伝わりません。この場合は、「今、いそがしい？ 手伝ってくれる？」と聞くほうが伝わります。



### 位置で意味を表す

兄と弟、姉と妹は、手の形が同じですが、兄・姉は上に、弟・妹は下に位置することで、意味の違いを表現できます。目上の方は、自分の目より上に手を置きます。



# ふだんの動作の中にも 手話があります。

みなさんが、ふだんの生活の中で何気なく使っている動作の中にも、手話と同じことばがあります。

みなさんは、「OK」というときに親指と人差し指でマルをつくったり、「ダメ」というときは両手をクロスしたりと、自然にでてしまう動作も手話として使われています。

## わたし



## あなた



手話では相手を指差す動作でも失礼にはなりません。

## 食べる



このように  
自然に出る動作も  
手話のひとつです。



OK



だめ



寒い



暑い



飲む



さようなら



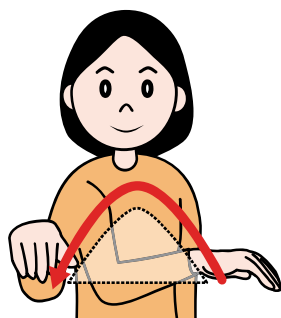
# 手話のしくみを知ろう

手話は、手の形、位置、動きの方向や大きさ、顔の表情やからだの動きを使って意味を表します。手話で話しをするときは、ふだんの話すことばの順番で単語をつなぐ場合もありますが、手話独自の文法もあります。

## 手話単語の成り立ち例

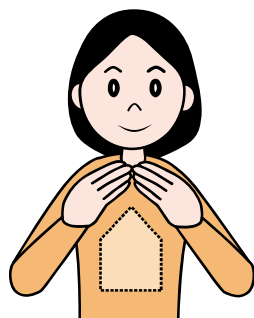
形 から

山



山の形にそって片手を動かします。

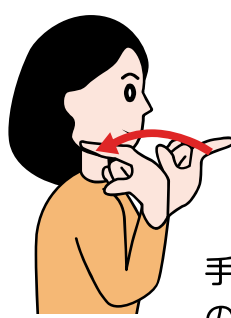
家



両手で屋根の形を作ります。

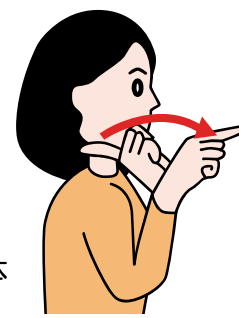
動作の方向や位置 から

きのう



人差し指を前方から後方へ動かします。

あした



人差し指を後方から前方へ動かします。

手話では身体の前方が未来、後方が過去を表わします。

歴史的由来 から

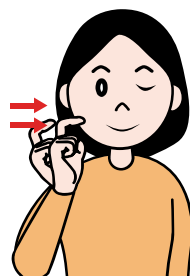
昭和



親指と人差し指をえり首に当てます。昭和の初期に流行した高い襟(ハイカラー)の表現からきています。

顔やからだの表情 から

ウソ



やや笑った顔で

(ふざけて／冗談で)  
ウソだよ！  
それはウソだろ!?



怒った顔で

ウソ言うなよ!!

▼ さあ、手話で話してみましよう! ▼

# 手話を覚える

横浜に住むカワサキさんの家に、母マツコさんの友達のマリエさんが北海道から遊びに来てくれました。

マリエさんは耳が聞こえません。

なので、この日のためにカワサキさん一家はみんなで手話を勉強してきました。

ここからは、カワサキさん一家と簡単な手話を紹介していきます。



リョウ  
(小学4年生)

マツコ  
(母)

ヒサフミ  
(父)

フミエ  
(小学3年生)

カワサキさん一家

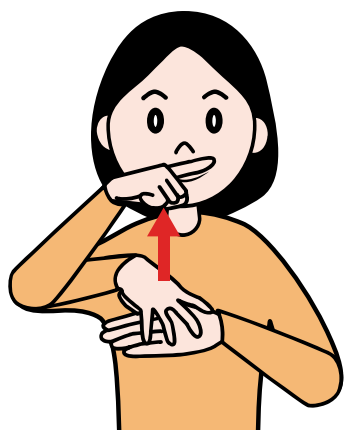
マリエ

## あいさつ

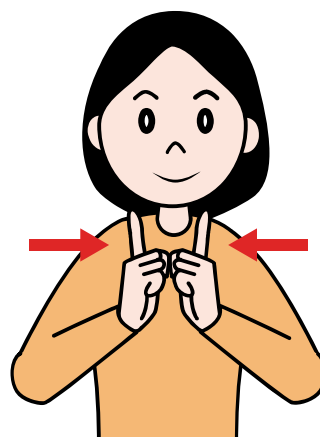
マツコさんも夫のヒサフミさんも、マリエさんと会うのは久しぶりです。小学4年生のリョウちゃんと3年生のフミエちゃんは、はじめてです。ここでは、手話でのあいさつを紹介していきます。



## はじめまして



初めて  
体の前に掌を下にした左手を置き右手の指を閉じながら上げ、人差し指を伸ばす。



会う  
両手の人差し指を立てて、左右から寄せる。

## よろしくおねがいします。



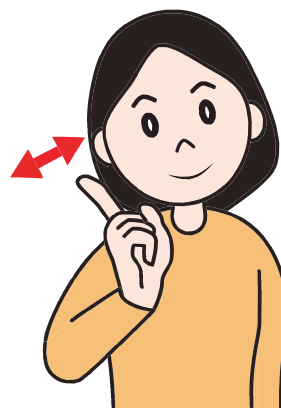
横から  
みたとき

右手のこぶしを鼻につけ、前に下げながら手を開く。こぶしを鼻につける「よい」と、手を下げる「お願い」で「よろしくおねがいします」となる。

## お名前は何ですか？



**名前**  
左手の手のひらに、右手の親指の腹をつける。



**何**  
右手の人差し指を立てて、左右に軽く振る。

### ひとことメモ

「…は何ですか？」と質問をするとき

#### 名詞

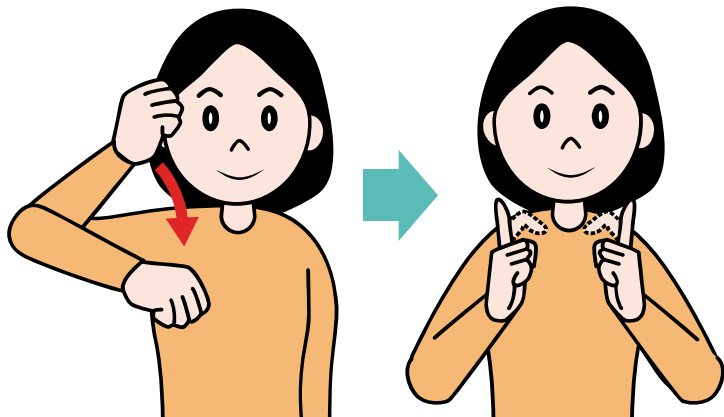
趣味・飲みもの  
洋服・本・色・  
機能・天気 など



文末におき、右手の人差し指を立てて、左右に軽く振る。質問する表情をつける。同じ動作で、「場所+何」で「どこ？」と表せる。

# 手話を覚える

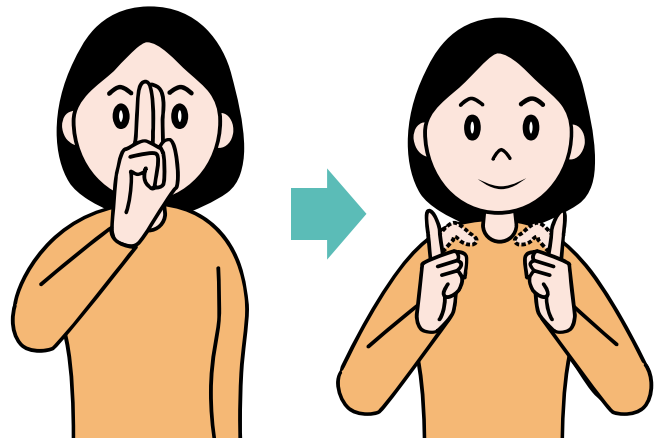
## おはよう！



右手でこぶしを作り、こめかみのあたりにあててから、下ろす。

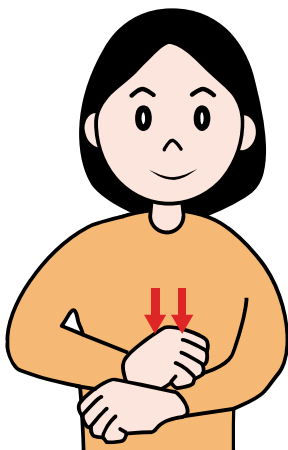
※あいさつの表現は使わず、軽くおじぎをする場合もあります。

## こんにちは！



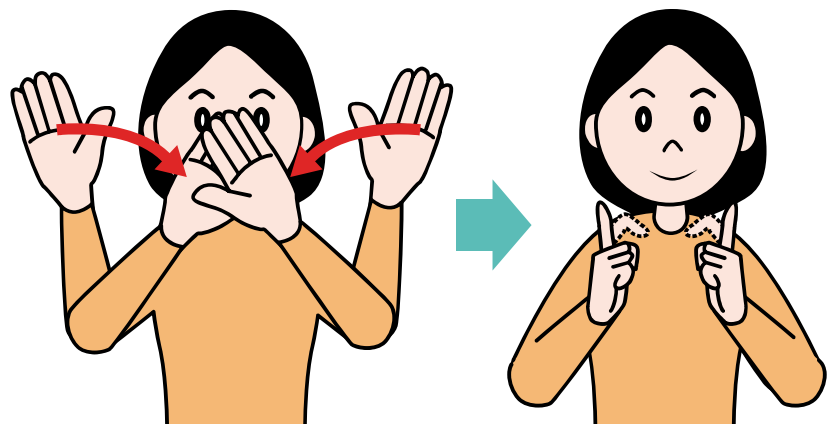
右手の人差し指と中指を立て、人差し指側をひたいにあてる。

## おつかれさま！



右手のこぶしで左手の手首の甲側を2回たたく。

## こんばんは！



手のひらを前に向けた両手を、顔の前で左右から交差させる。



## ありがとう！



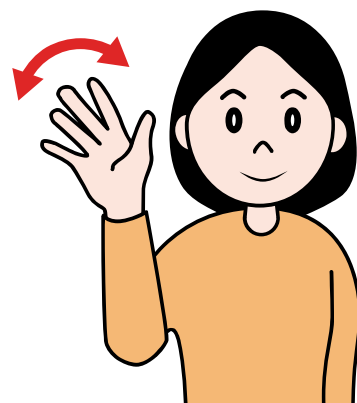
右手を垂直に立て、小指側で左手の甲をトンとたたく。

## お久しぶり！



両手の4本の指の背をくっつけて、左右に離していく。

## さようなら！

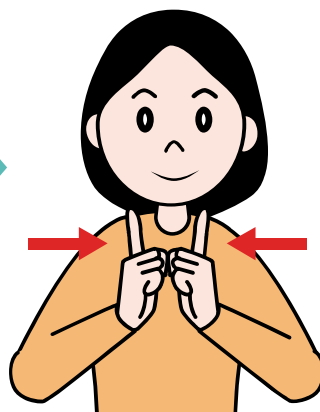


右手の手のひらを前に向けて、左右に軽く振る。

## また会いましょう！



また  
右手でこぶしを作って、人差し指と中指を伸ばしながら左に倒す。



会う  
両手の人差し指を立てて、左右から寄せる。

## つたえる

リョウくんは、マリエさんを近所のカフェに案内しました。ケーキとクリームソーダをごちそうになり、楽しい時間を過ごしています。

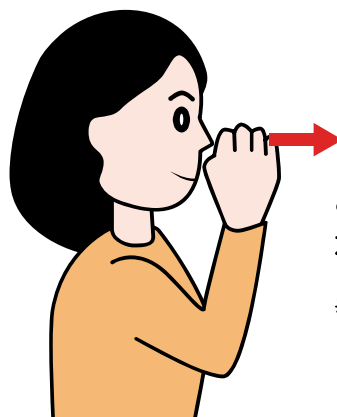
ここでは、気持ちを表す手話を紹介します。



### いい天気だね！



**天気**  
右手の手のひらを前に向け、顔の前で上に向かって弧を描く。



**よい**  
右手のこぶしを、鼻から前に出す。