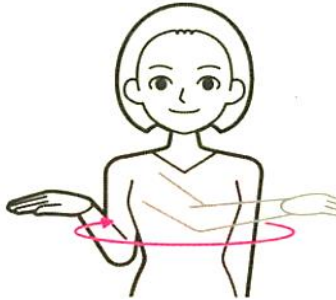
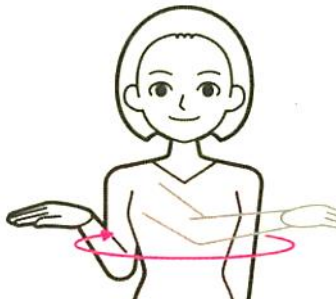
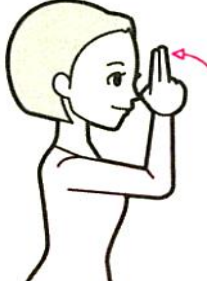
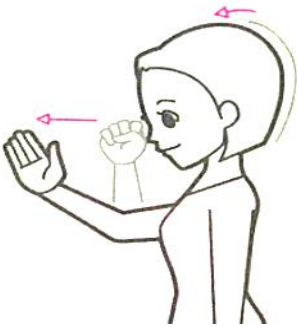
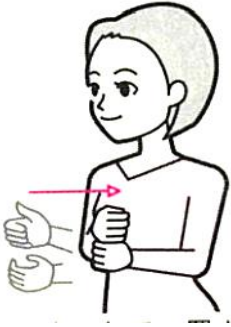
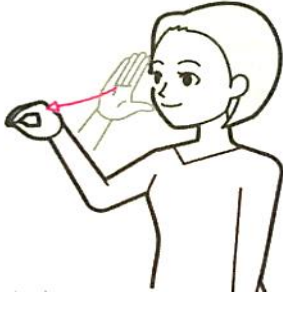
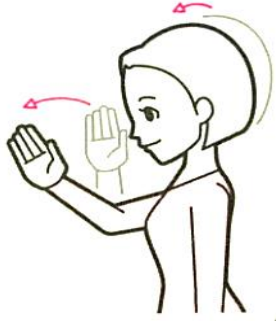
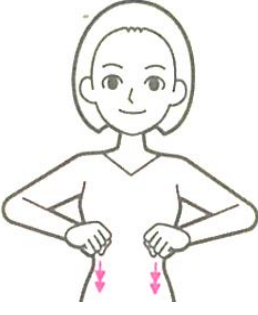
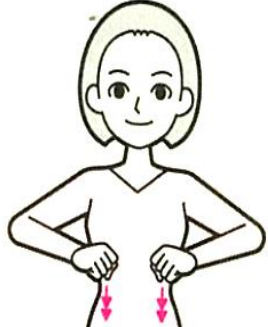
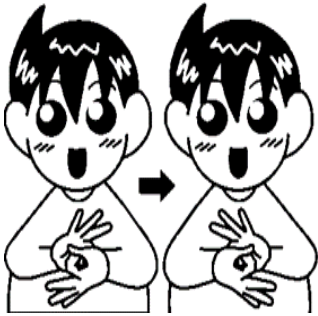
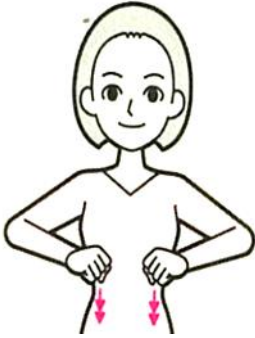
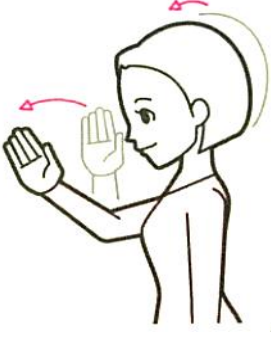


令和7年(2025年)7月17日
健康福祉部障がい者支援課在宅支援係
藤木、小林、丸山
電 話：026-235-7104(直通)内線2390
F A X：026-234-2369
E-mail：shogai-shien@pref.nagano.lg.jp

部局長会議におけるミニ手話講座

おはよう（おはようございます）		皆さん	おはようございます
			
こめかみにあてた右手拳を下すと同時に頭を起こす		右手掌を下に向けて水平に半円を描く	こめかみにあてた右手拳を下すと同時に頭を起こす
こんにちは		皆さん	こんにちは
			
立てた右手2指を重ねて前方から額の中央へあてる		右手掌を下に向けて水平に半円を描く	立てた右手2指を重ねて前方から額の中央へあてる
ありがとう／ありがとうございます			
			
左手甲に小指側を直角に乗せた右手を上げながら頭を下げる			
お疲れ様でした		本日は	お疲れ様でした
			
右手拳の小指側で左腕を2回たたく		左右に置いた両手で軽く押さえるように同時に2回下ろす	右手拳の小指側で左腕を2回たたく

よろしくお願いします	気をつけて	お帰りください	
			
鼻先に置いた拳を開きながら前へ出し、軽く頭を下げる	丸めた両手を上下に置き、握りながら胸に引き寄せる	開いた右手の親指と4指を閉じながら右斜め前に出す	少し頭を下げ、顔の正面で斜めに構えた右手を少し前へ出す
おめでとう（おめでとうございます）		(拍手)	
			
指を上に向けてつまんだ両手5指を上へ上げながら開く		開いた両手を上に上げて、手首を回転させながらたひらひらと動かす	
今日は	暑いですね	(涼しいですね)	
			
左右に置いた両手で軽く押さえるように同時に2回下ろす	親指を人差し指にのせた右手拳で首筋をあおぐように動かす	指を広げた両手を顔に近づけ、掌であおぐ動作を繰り返す	
一緒に	頑張りましょう		頑張って
			
指先を前に向けた両手人差し指を左右から引き寄せてつける	両肘を張り、胸前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回下ろす		両肘を張り、胸前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回下ろす

デフリンピック			
			
左右それぞれの親指と人差し指で輪を作り、右手の中指・薬指・小指の指先を上にした輪と左手の指先を下にした輪を重ね、次は上下反対にして左手の指先を上にした輪と右手の指先を下にした輪を重ねる			
頑張ってください／ご健闘を祈ります／活躍を祈ります			
			
両肘を張り、胸前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回下ろす	少し頭を下げ顔の正面で斜めに構えた右手を少し前へ出す		