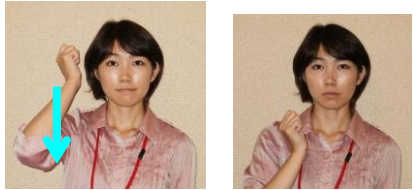


# 信州あいサポート運動手話・筆談講座

## 【おはよう】 朝+あいさつ

### 【朝】



枕をおろすイメージ  
こめかみ付近に当てた右手のこぶしを  
すばやく下におろす

### 【あいさつ】



両手の人差し指を人に見立て、  
同時に会釈する

## 【こんにちは】 昼+あいさつ

### 【昼】



人差し指と中指を、額の中央  
に当てる  
時計が正午を示すイメージ

### 【あいさつ】



## 【こんばんは】 夜+あいさつ

### 【夜】



両手の平を前に向け、中央で交差させる  
陽が落ちるイメージ

### 【あいさつ】



## 【すみません、ごめんなさい】 迷惑+お願い

### 【迷惑】



人差し指と親指で輪をつくり、眉間にあ  
てる。眉間のしわのイメージ

### 【お願い】



片手で拝む

## 【ありがとう】



片方の手のひらを下に向け、手の甲に反対の  
手にあてる。甲にあてた手を引き上げ、拝む  
ようにする。

## 【よろしくお願いします】 良い+お願い

### 【良い】



鼻の前ににぎったこぶしを前に出す

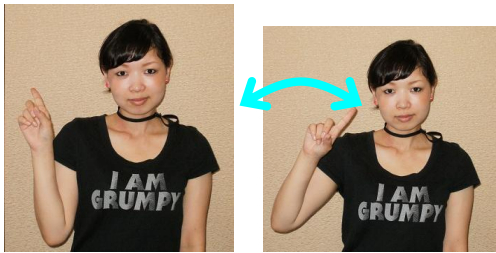
### 【お願い】



片手で拝む

## 【何ですか？どうされましたか？】 何+尋ねる

### 【何】



人差し指を立てて、左右に振る

### 【尋ねる、～か？】



手のひらを上に向け、前に差し  
出す。答えを促している様子

## 【大丈夫ですか？】 大丈夫+尋ねる

### 【大丈夫】



指先を、左胸から右胸へ順番に  
あてる

### 【尋ねる、～か？】



## 筆談について

言葉を獲得してから聞こえなくなった中途失聴者や、補聴器などで聞こえを補って生活をしている難聴者の多くは手話を使えません。

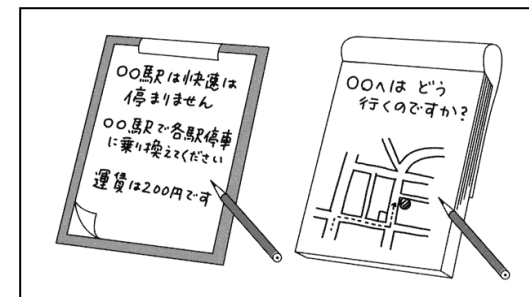
こうした方々と話をするときには、文字に書いて伝えることが有効です。

これを筆談といいます。

紙とペン、ホワイトボード、スマートフォンの筆談アプリなど使えるものは何でもかまいません。

筆談の際の注意点は…

- 1 読みやすい字、読みやすい大きさと書く…読む人がいるということ意識して。
- 2 文は短く簡潔に…長くなると意味がつかみづらくなってしまいます。
- 3 ひらがなばかりではなく、漢字も適度に使う…漢字には意味を伝える効果もあります。
- 4 わかりにくい表現はさける。(例：行けないことはない。→行ける。) …伝わる事が大事です。
- 5 相手の反応を見ながら書く…伝わりにくいようなら言い換えてみるなど工夫も。
- 6 大切な内容を落とさないように…5W1H(いつ・どこで・誰が・何を・なぜ・どのように)を活用しましょう。さあ思い切って文字で伝えてみましょう！



左記図の出典  
「交通バリアフリー介助マニュアル」  
公益財団法人交通エコロジー・モビリティ財団