

動画教材「手話を学ぼう！」 手話表現 一覧



本資料は、令和7年度文部科学省委託事業「聴覚障害教育の充実事業」において作成した動画教材「手話で学ぼう!」で紹介している手話表現を一覧化した資料です。本動画を活用した教育活動や、授業づくり等の際にぜひご活用ください。

なお、本動画で紹介している手話表現は一例であり、地域や学校、用いられる場面等によって表現が異なる場合もあります。

【パート1】 あいさつ

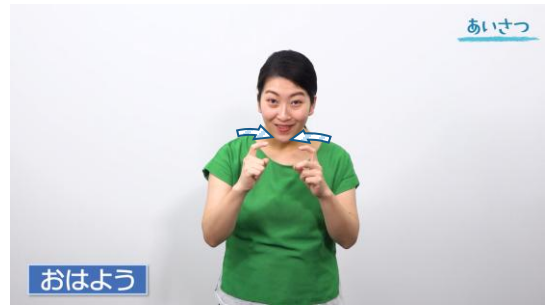
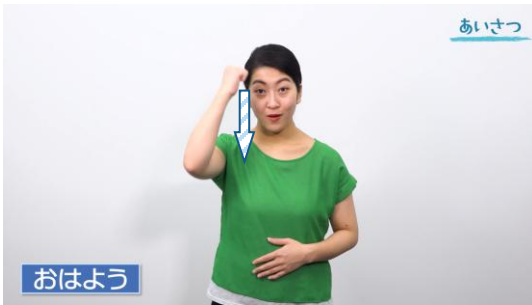
時間 : 5分36秒

出演者 : 那須映里 氏

<紹介している手話>

- ・ おはよう
- ・ こんにちは
- ・ おはよう・こんにちは(友達や家族へ)
- ・ こんばんは
- ・ さようなら
- ・ ありがとう
- ・ どういたしまして
- ・ ごめんなさい
- ・ よろしくおねがいします

おはよう (00:53)



まくら みた お ひとさ ゆび じぎ ま
枕に見立てたこぶしを下ろし、人差し指をお辞儀するように曲げます。

こんにちは (01:19)



ひとさ ゆび なかゆび かさ とけい しょうご あらわ
人差し指と中指を重ねて 時計の正午を表します。
つぎ ひとさ ゆび じぎ ま
次に、人差し指をお辞儀するように曲げます。

おはよう・こんにちは (友達や家族へ) (01:51)



て まえ だ しゅわ ともだち かぞく きがる あいさつ
手を、おでこにかざして前に出すこの手話は、友達や家族への気軽な挨拶です。
あさ ひる つか
朝も昼も、いつでも使えます。

こんばんは (02:21)



て かお まえ こうさ ひ く ようす あらわ ひとさ ゆび じぎ ま
 手を顔の前で交差させ、陽が暮れる様子を表し、人差し指をお辞儀するように曲げます。

さようなら (02:50)



て まえ む さゆう ふ
 手のひらを前に向けて、左右に振ります。

ありがとう (03:12)



て こう うえ かたほう て うえ て あ あたま さ
 手の甲の上にもう片方の手をのせ、上の手だけを上げながら、頭を下げます。

すもう おこな てがたな どうさ もと
 これは、お相撲さんが行う、手刀という動作が元になっています。

どういたしまして(03:47)



むね まえ て さゆう ふ
胸の前で、手を左右に振ります。

ごめんなさい(04:13)



おやゆび ひとさ ゆび みけん ゆび あたま さ
親指と人差し指で眉間をつまむようにして、指をそろえながら頭を下げます。
ひょうじょう きも あらわ たいせつ
表情でも、ごめんなさいという気持ちを表すことが大切です。

よろしくおねがいます(04:51)



はな すこ まえ だ ゆび あたま さ
こぶしを鼻にあてて少し前を出し、指をそろえながら頭を下げます。

【パート2】 感情表現

時間：6分55秒

出演者：山田真樹氏

<紹介している手話>

- ・ うれしい
- ・ たのしい
- ・ すごくうれしい
- ・ かなしい
- ・ おもしろい
- ・ すき
- ・ したい
- ・ すごい
- ・ びっくり
- ・ いやだ
- ・ ドキドキ
- ・ つかれた

うれしい (00:59)



むね まえ りょうて ひら こうご じょうげ
胸の前で両手を開き、交互に上下させます。

たのしい (01:21)



むね まえ りょうて ひら こうご じょうげ
胸の前で両手を開き、交互に上下させます。

うれ おな うご はなし なが くち かたち くべつ
「嬉しい」と同じ動きですが、話の流れや口の形で区別します。

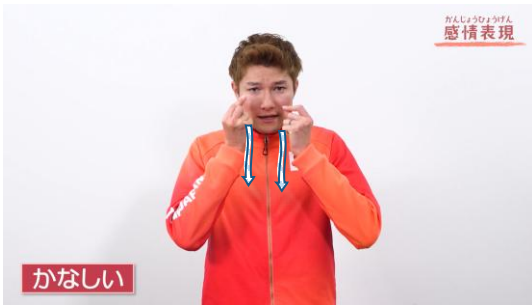
すごくうれしい (01:52)



おやゆび ひとさ ゆび ひら よこ うご
親指と人差し指を開いて、横に動かします。

つぎ むね まえ りょうて ひら こうご じょうげ うれ あらわ
次に、胸の前で両手を開き、交互に上下させ、「嬉しい」と表します。

かなしい (02:26)



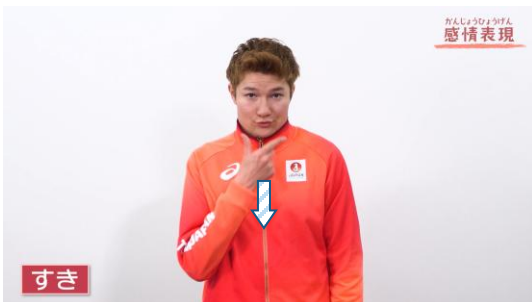
おやゆび ひとさ ゆび あ なみだ なが さゆう こうご お
親指と人差し指を合わせ、涙が流れるように、左右交互に下ろします。

おもしろい (02:54)



りょうて ばら かい
両手のこぶしで、わき腹を2・3回たたきます。

すき (03:18)



おやゆび ひとさ ゆび ひら あご ゆび と お
親指と人差し指を開いて顎にあて、指を閉じながら下ろします。

したい (03:42)



おやゆび ひとさ ゆび ひら あご ゆび と お
親指と人差し指を開いて顎にあて、指を閉じながら下ろします。

す おな うご はなし なが くち かたち くべつ
「好き」と同じ動きですが、話の流れや口の形で区別します。

すごい (04:11)



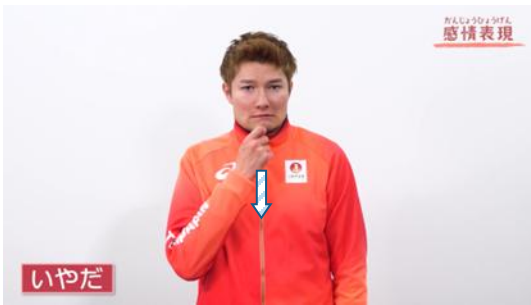
て なに かる にぎ まえ む
手を、何かを軽く握るかたちにして、前に向けてひねります。

びっくり (04:40)



ひとさ ゆび なかゆび さき すばや あ
手のひらに、人差し指と中指の先をつけて、素早く上げます。

いやだ(05:07)



おやゆび ひとさ ゆび のもと さ ゆび ひら まえ だ
親指と人差し指で喉元を指し、指を開きながら前に出します。

ドキドキ(05:36)



むね まえ て て こう く かえ あ
胸の前で、手のひらに、手の甲を繰り返し当てます。

つかれた(06:01)



ひら りょうて かた ふ お
開いた両手を、肩のあたりから振り下ろします。

【パート3】 学校でよく使う言葉

時間：5分12秒

出演者：亀澤理穂氏

<紹介している手話>

- ・ともだち
- ・先生
- ・発表
- ・質問
- ・テスト
- ・宿題
- ・教科書
- ・どうしましたか
- ・がんばろう

ともだち (00:57)



て つな りょうて く あ
手を繋ぎあうように、両手を組み合わせます。

せんせい

先生 (01:21)



ひとさ ゆび おね まえ かいうご
人差し指を、胸の前で2回動かします。

せんせい だんせい ばあい しゅわ おやゆび た じよせい ばあい こゆび た
先生が男性の場合、この手話のあとに親指を立てます。女性の場合、小指を立てます。

はっぴよう

発表 (01:43)



りょうて おやゆび ひとさ ゆび の くちもと まえ だ
両手の親指と人差し指を伸ばし、口元から前に出します。

しつもん

質問 (02:07)



て うえ む まえ だ
手のひらを上に向け、前に出します。

テスト (02:31)



りょうて おやゆび た こうご じょうげ
両手の親指を立て、交互に上下させます。

しゅくだい

宿題 (02:55)



かたほう て なな た かたほう て おやゆび ひとさ ゆび あ うご
片方の手を斜めに立て、もう片方の手は、親指と人差し指を合わせて動かします。

いっぽう いえ あらわ いっぽう じ か しぐさ あらわ
一方は家を表し、もう一方は字を書く仕草を表しています。

きょうかしよ
教科書 (03:32)



ひとさ ゆび むね まえ かいうご つぎ て あ ひら
人差し指を、胸の前で2回動かします。次に、手のひらを合わせ、開きます。

どうしましたか (04:00)



ひとさ ゆび た さゆう ふ
人差し指を立て、左右に振ります。
つぎ て うえ む まえ だ
次に、手のひらを上に向け、前に出します。

がんばろう (04:30)



こぶし にぎ ひじ は じょうげ かい ちからづ ようご
拳を握って肘を張り、上下に2回、力強く動かします。

【パート4】 おぼえていると便利な言葉

時間：10分07秒

出演者：矢ヶ部紋可氏

<紹介している手話>

- ・ わたし・ぼく
- ・ あなた
- ・ そうですね
- ・ いいね!
- ・ なるほど
- ・ OK!
- ・ 手話
- ・ 人工内耳
- ・ 補聴器
- ・ デフリンピック
- ・ もう一度おねがいします
- ・ いっしょに宿題をしませんか
- ・ ありがとう とてもうれしい
- ・ だいじょうぶですか
- ・ おてつだいします
- ・ たすけてください

わたし・ぼく (01:00)



じぶん ゆびさ ぼく おな うご あらわ
自分を指差します。「僕」も、同じ動きで表します。



あなた (01:25)



て うえ む あいて さ だ
手のひらを上に向け、相手に差し出します。

そうですね (01:48)



かたて りょうて おやゆび ひとさ ゆび かい
片手または両手で親指と人差し指を2回つまみます。



いいね! (02:13)



こぶし はな まえ だ
拳を鼻にあて、前に出します。



なるほど (02:36)



おやゆび ひとさ ゆび の おやゆび あご あ ひとさ ゆび かい た お
親指と人差し指をまっすぐ伸ばし、親指を顎に当て、人差し指を2回倒します。



OK! (03:04)



おやゆび ひとさ ゆび わ の こ ぼん ゆび しぜん の
親指と人差し指で輪をつくります。残りの3本の指は自然に伸ばします。

しゅわ 手話 (03:30)



りょうて ひとさ ゆび よこ の おね まえ まわ
両手の人差し指を横に伸ばし、胸の前で回します。

じんこうないじ 人工内耳 (03:58)



ゆび ほんた みみ うら あ
指を4本立て、耳の裏に当てます。

ほちようき 補聴器 (04:28)



ひとさ ゆび ま みみ
人差し指を曲げて、耳にかけます。

デフリンピック (04:56)



りょうて わ つく じょうげ かさ じょうげ い か
両手で輪を作り、上下に重ね、上下を入れ替えます。

いちど もう一度おねがいます (05:29)



ひとさ ゆび た いちど あらわ
人差し指を立て、「もう一度」を表します。

つぎ ゆび まえ だ ねが あらわ
次に、指をそろえて前に出し、「お願いします」を表します。

しゅくだい いっしょに宿題をしませんか (06:07)



りょうて ひとさ ゆび ちか
両手の人差し指を近づけます。

つぎ かたほう て なな た かたほう て じ か しぐさ
次に、片方の手を斜めに立て、もう片方の手で字を書く仕草をします。

りょうて まえ だ て うえ お あいて さ だ
そして、両手のこぶしを前に出し、手のひらを上に向け、相手に差し出します。

ありがとう ととてもうれしい (07:03)



て こう うえ かたほう て うえ て あ あたま さ
手の甲の上にもう片方の手をのせ、上の手だけを上げながら、頭を下げます。

おやゆび ひどさ ゆび ひら よこ うご て ひら こうご じょうげ
親指と人差し指を開いて横に動かし、手を開いて交互に上下させます。

ひょうじょう うご きも おお あらわ
表情や動きのスピードで、気持ちの大きさを表すことができます。

だいじょうぶですか (07:58)



ゆびさき おね さゆう
指先を、胸の左右にあてます。

おてつだいします (08:31)



おやゆび まえ む て かい お だ
親指を前に向け、手のひらで2回押し出します。

たすけてください(09:03)



おやゆび た こう かる

親指を立て、甲を軽くたたきます。

つぎ ゆびさき うえ む あたま さ て お

次に、指先を上に向け、頭を下げながら手を下ろします。