

文京すずめ

<http://bunkiyoshuwakai.sakura.ne.jp>

2025 年(令和 7 年)
10 月 20 日(月曜日)
第 194 号

発行：文京手話会
代表者：鈴木 節子
編集：広報担当



東京 2025 デフリンピック 開催まであと 26 日 (10/20 現在)

手話会の皆さんもご存じの **Sign with Me**。小柄でニコニコ笑顔の店長・岡本さん。

実は、デフリンピック柔道女子 57kg 級の代表・岡本記代子さんです。あるイベントで柔道指導者と出会い、柔道を始めたのは 25 歳の時。日本ベテランズ国際柔道大会優勝などの実績。ろう柔道の人口は少なく、試合で当たることも稀。練習も試合も聴者が相手。乱取り中はリアルタイムで声かけの指導を受けられず、後でふりかえり



本人提供写真(掲載許可済)

ながらの指導はその場で修正できないもどかしさがあるそうです。手話ができる人が近くにいる時は視野に入る位置でアドバイスを伝えてもらうことができ、リアルタイムの大切さ、試合での不利を強く感じるそうです。夢だったデフリンピックの出場、多くの支えに恵まれ、感謝の気持ちを胸に全力で挑みます！と意気込みを語っていただきました。

【11 月 16 日 午前 9 時 綾瀬駅集合！ みんなで応援に行きましょう！】



幼なじみはデフリピアン！

今やデフリンピックの顔でおなじみの山田真樹選手の幼なじみを昼サークルで発見！高橋芳実さんは大塚ろう学校 幼稚部時代を共に過ごしました。その頃はサインネームはなく指文字で名前を呼び合っていたそうです。下校時、大塚駅までの道のりを一緒に帰るものの、真樹少年はいつも走って行ってしまい、追いかけるママは困っていたようです。いつも元気に体を動かしていた真樹少年、お誕生日会では補助輪なしの自転車を



スイスイ乗り回し、友達を驚かせていたとか。新大塚公園でブランコを高くこいで遊んでいた姿を思い出すと語ってくれました。

真樹くん、頑張って！金メダル取ってね！応援しています

(◀思い出の写真を AI で再現)

(昼 齋藤・高橋)

手話のページ

2025 年 11 月 15 日～26 日 デフリンピックが東京・福島・静岡で開催されます。

競技数はいくつあるかご存じですか？

答えは・・・21 競技

- ① 陸上 ② バドミントン ③ バスケットボール ④ ビーチバレーボール ⑤ ボウリング
⑥⑦ 自転車(ロード・MTB マウンテンバイク) ⑧ サッカー ⑨ ゴルフ ⑩ ハンドボール
⑪ 柔道 ⑫ 空手 ⑬ オリエンテーリング ⑭ 射撃 ⑮ 水泳 ⑯ 卓球 ⑰ テコンドー
⑱ テニス ⑲ バレーボール ⑳㉑ レスリング(フリースタイル・グレコローマン)

～この中から、いくつか選んで手話表現してみます～

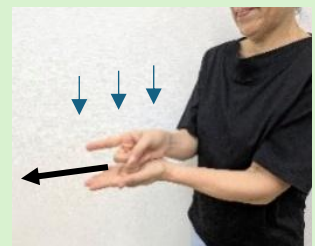
ビーチバレーボール

「砂」 + 「バレーボール」



オリエンテーリング

人差し指を前に伸ばした
右手の小指側で
左手の平をたたいて
前に進める



ハンドボール

胸の前で両手でボールを作る
片手で肩のあたりから投げる



自転車 (ロード)

「ドロップハンドル」



テコンドー

両手で指文字「と」を作り
胸の前で交差して 2 回胸に当てる



レスリング

両手で指文字「ろ」を
作り絡ませる



(昼・大西 高橋)



文京手話会創立 50 周年フェスタ

2025.8.9

文京シビックホール・小ホール



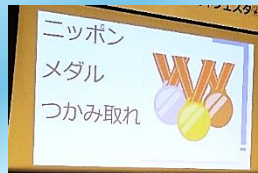
次の 50 年へ・・・



文京手話会創立 50 周年フェスタ開催！

たくさんの方々に参加していただき、会場は満席！

- ★オープニングは和太鼓・破魔さん
- ★聴導犬・ひまわりちゃんのデモンストレーション 講演
- ★手話会企画・サインエール
- ★記念講演 早瀬憲太郎氏
- ★ラストは阿波踊り・だいこん連さん



ちゅこっと伺ってみました

- ★芝崎さんのお元気そうな姿を
拝見できてうれしかった
- ★知人と再会できて最高！
- ★楽しみに待っていました
- ★50 周年？すごいねえ
- ★楽しかった！

みなさんのおかげで無事終了しました

Thank you so much

(昼 山崎)



VOL.2

ただいま講習中！



令和の手話講習会について、講師の皆さまからのメッセージをお届けしています。
今回は中級。昼クラスの渡辺ひろみさんと夜クラスの佐伯富美子さんです。



今年度、中級・昼クラス講師を担当しております、渡辺ひろみです。

久～しぶりの中級担当で、テキストの違いにとまどいながらも、受講生皆さんの学ぶ意欲に助けられ毎週進めています。中級は手話学習を始めて2年目、言いたいことを手話で表現できる楽しさを知り、単語を増やしたいと思う時期ですね。「辞書やインターネットで調べてもわからない」「複数の表現があったがどれが正しいのか」など、毎週いろいろな質問をいただきます。私も文京区の講習会に通って手話を習得してきたので、「私が教えていただいたことはすべて伝えたい」という気持ちで講師を務めています。今年度私の相棒を務めてくれている大石順子さんは、お話がとても楽しく、手話が読み取れなくても表情と動きで内容が伝わるので、受講生の自信につながっています。そしていつも優しい笑顔で受講生一人ひとりをサポートしてくれています。こんな渡辺・大石コンビで、「もっと手話を学びたい、もっと聞こえない人と話したい」と思っていただけるよう、これからも頑張ります。

中級・夜クラスを担当しています、夜サークルの佐伯です。

昨年度の初級クラスの受講生さんは、ろう講師から学んでいますので、できるだけ手話を見る習慣をなくさないよう、試行錯誤しながら取り組んでいます。手話は視覚言語。見て伝えられる、伝わる言語なんだ、ということを頭で理解するのではなく体で身につけていくことができたらなあ、と思っています。助手の尾家真由美さんは八王子の方です。毎週2時間かけて足を運んでくださり、講習会をサポートしてくださっています。受講生の皆さんには彼女の手話を見て学ぶ時間を取り入れ、生の手話に触れ、手話を読み取る学習もおこなっています。聞こえない人の手話から学ぶということ、ここを大切にしながら、交流会や手話劇の発表なども取り入れ、自らが手話で発信、受信できるよう、面白がって学んでほしいと思っています。そのためのサポートができればと思っています。＼(^o^)/

☆夜サークル講演会☆ 『防災について』

文京区防災危機管理課 主査（本部整備担当） 小倉大輝 氏

9月1日は防災の日。防災危機管理課の方をお迎えして講演会が開催されました。文京区で想定される災害について、地震・水害・土砂災害などのリスクが紹介され、特に「都心南部直下地震」では、立ってられないほどの震度7の揺れが予想されるそうです。小倉さんからは、「普段から寝る場所や家具の配置を見直しておくことが大切」とのアドバイスがありました。



また、文京区は崖や高台が多く、土砂災害の警戒区域も多いため、ハザードマップで危険な場所や避難経路を確認しておくことが重要です。水害は地震と違って予測が可能なので、事前の情報収集と避難判断が鍵になります。

災害時には「自助（自分で身を守る）」「共助（地域で助け合う）」「公助（行政の支援）」の3つが必要です。まずは在宅避難を基本とし、必要に応じて避難所へ。避難所には手話通訳機能付きタブレットや光る文字板などの支援ツールも用意されています。

緊急情報や防災無線の内容を文字で確認できる『文京区防災アプリ』の活用や「文の京」安心・防災メールへの登録も呼びかけられました。さらに、東京消防庁のYouTube「キュータと学ぼう」では手話通訳付きの防災動画も配信されています。ぜひチェックして、日頃から備えておきましょう。（夜 八木）



文京区では、区内を4つのブロックに分けて、各地域の指定避難所で「避難所総合訓練」が行われています。煙体験ハウスや起震車、段ボールベッドなどを使って災害時の状況や避難所の運営を疑似体験できます（内容は会場によって異なります）。地域の方々と一緒に参加することで顔見知りが増え、いざという時の助け合いにもつながります。今後の予定は下記の通りです。ぜひ参加しましょう！（夜 石田）

金富小学校 11月9日(日)
10時～11時30分

防災キャンプ(林町小学校)
11月29日(土)16時～
11月30日(日)9時
※事前申込制

防災フェスタ(教育の森公園
&スポーツセンター)
12月7日(日)10時～14時

本郷台中学校 令和8年2月8日(日)
10時～午前11時30分

行事班主催の見学会に行ってきました。JR 大崎駅～現地までの道のりは行事班の方々が案内係として立っていて、地図無しでも到着することができました。感謝、感謝！

東洋製罐グループが運営するミュージアムは、2012 年に東京工場跡に建てられた施設。

1 階の展示スペースでは、容器の歴史や文化について学べるようになっています。

私たちが日頃よく使っている容器（ペットボトル、缶、ガラス瓶など）は使い終わった後、どう工夫されリサイクルされているのでしょうか？

東洋製罐では・・・**地球にやさしい「3R」**に取り組んでいます。

★原料を減らし節約でき、ゴミも減らせる リデュース reduce

★瓶などを何回も繰り返し使う リユース reuse

★新しい製品に生まれ変わる リサイクル recycle

見学と説明→タイムカプセル作成を 2 班に分かれて体験しました。

缶の中に手紙（自分宛 家族宛）や品物を入れて蓋をします。

皆さんそれぞれの思いを込めて、缶の蓋を閉めました。



ある方は、自分宛の手紙・その日の新聞・お金を入れていました。

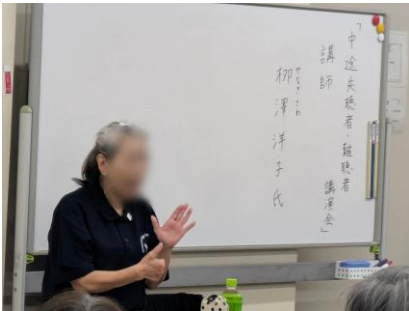
コレを開けるのは、いつかなあ？ 10 年後？ 20 年後？ 開けるのを忘れないようにしないとね。ワイワイ楽しい作業でした。



(昼 古田中・廣田)

「中途失聴者・難聴者講演会」

柳澤洋子氏



昭和 19 年東京市四谷区（現新宿区）で生まれた江戸っ子の柳澤さんは口蓋に障害を持ち、手術するも声に障害が出るかもしれないと診断されたそうです。公立小学校から私立の女子中学校・高校へ進学して和裁を専攻。その後、就職するも、時代は和装から洋装へ変わる頃、長い修業と低賃金を味わいました。子供の頃から手話に

馴染み、職場にろう者がいて手話を学びたいと思い講習会へ。当時は文京区に手話サークルが無く、他区のサークルへ通いました。その後、文京区で夜サークルが始まったので入会。サークル後の飲み会も勉強の一つだと勧められ、学習では教わらない単語も学んだ思い出があるそうです。



また、ろう者や盲者の参加者もいる生け花講座やバス旅行等で手話通訳者としての活動もされたとのこと。今困っていることは、病院での医師とのやり取りです。難聴者と伝えても、時折耳が聞こえにくいということを忘れてしまうのか、パソコンを見たまましゃべるので詳細な状況が伝わらず他の病院に変えたこともあります。待合室でも声を出している



と周りの人の視線を感じる等の違和感を覚えます。

学生時代から嫌な思いをしてきたが、いつも我慢我慢、耐えることを覚えたとのこと。これも中途失聴者・難聴者特有の悩みかもしれません。現在は、神楽坂で 1 人暮らし。坂の多いところで、買い物が大変です。コロナ禍以降、今も買い物を月・木にしているそうですが、スーパーのレジで金額をう

まく聞き取れず、5,000 円札で精算してお釣りの硬貨が沢山返ってくることも多いとのこと。結婚・出産等を機にサークルをお休みしていましたが、2 年ほど前に内田さんに誘われて再び通い始めると、40 年前より人も多く楽しそうで、びっくりされたそうです。「今はサークルに来て皆さんと交流することが一番の楽しみ。お話聞いていただいてありがとうございました。」と締めくくられました。80 名以上の参加者で会場は和気あいあい。質疑応答もあり、あっという間の 90 分間でした。

(昼 志村)

お知らせ

10 月 27 日 昼サークル

★文京手話会創立50周年フェスタ上映会！

フェスタのハイライト

★文京手話会創立50周年記念誌

配布予定

☀ お知らせ ☀

★いよいよ「東京2025デフリンピック」が開幕!! 11月15日(土)～26日(水)

※10月28日(火) 14時(予定)にはデフリンピックPRのためのキャラバンカーが文京区へ!

《 文京区のさまざまな取り組み ～手話通訳者の派遣以外にも… 》

【遠隔手話通訳サービス】：区の施設を訪れた際に備え付けのタブレット端末や自分のスマホ等を使って遠隔手話通訳サービスを利用できる。

【リアルタイム字幕モニター】：文京区議会本会議と委員会室の傍聴席に設置。

【ヒアリングループの設置】：上記2か所の傍聴席に難聴用磁気ループを設置。対応する補聴器等を持っていない人には専用受信機の貸出も行っている。

予定		昼サークル	夜サークル
11月	3日	休み(文化の日)	
	10日	学習会	班活動
	17日	学習会	学習会
	24日	休み(振替休日)	
12月	1日	クリスマス会練習	クリスマス会練習
	8日	クリスマス会練習	クリスマス会練習
	13日	～★★ クリスマス会 ★★～	
	15日	学習会	学習会
	22日	班活動	ミニクリスマス会
	29日	冬休み	
1月	5日	行事班企画 新年会	学習会
	12日	休み(成人の日)	
	19日	学習会	学習会
	26日	学習会	班活動

《編集後記》

50周年フェスタが盛会のうちに終わり、文京手話会も新しいステージに突入。これからも会員一人ひとりがそれぞれの持ち味を生かしながら、フェスタで見せた団結力でサークルを盛り上げていけると良いですね。今号は目前に迫ったデフリンピック!というテーマで作成しました。文京区に縁のある選手の出場で、応援にも力が入ります!!みなさん、ぜひ会場に足を運んでサインエールを送りましょう!(昼 奥山)