# もくじ The contents

「おはなしノート」の使い方と仕組み……5〜12
おはなしのーとのつかいかたとしくみ/How to use Ohanashi Note

自己紹介……13〜14
じこしょうかい/My page

家族・友だちの紹介……15〜16
かぞく・ともだちのしょうかい/Family and friend

よく使う言葉……17〜18
よくつかうことば/Basic terms

あいさつ……19〜20
Greetings

気持ち……21〜22
きもち/Feelings

困っています……23〜24
こまっています/Trouble

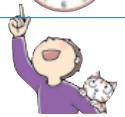
お願い……25〜26
おねがい/Request

よく使う反対語……27〜30
よくつかうはんたいご/Basic antonyms

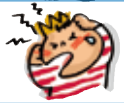
数……31
かず/Numbers

お金……32
おかね/Money

時計……33
とけい/Watch


上下左右……34
うえしたひだりみぎ/up down left right

体……35
からだ/Body


体の状態……36〜38
からだのじょうたい/State of body

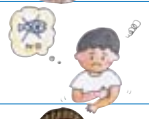
病院外来……39
びょういんがいらい/Outpatient

病院入院……40
びょういんにゅういん/Hospital admission

自宅……41〜42
じたく/Home

食の基本……43〜44
しょくのきほん/Diet

食材……45〜47
しょくざい/Ingredients


アレルギーを起こしやすい食材……48
あれるぎーをおこしやすいしょくざい/Food causing allergy

調味料……49
ちょうみりょう/Seasoning

調理する……50
ちょうりする/Cooking

メニュー……51〜52
めにゅー/Menu

おやつ……53
Snack

飲み物……54
のみもの/Beverage




©Ohanashi Note Project 2010

# もくじ The contents

暮らし……55〜56
くらし/Daily life

台所……57〜58
だいどころ/Kitchen

寝室……59
しんしつ/Bedroom

お風呂……60
おふろ/Bathroom

洗面所……61〜62
せんめんじょ/Washroom

トイレ……63
といれ/Water closet

居間……64
いま/Living room

趣味……65〜66
しゅみ/Hobby

テレビ・映画……67〜68
てれび・えいが/Television・Movie

着る……69〜72
きる/I wear it.

おでかけ(準備・もちもの)……73〜74
おでかけ(じゅんび・もちもの)/Outdoor goods

行き先……75〜76
いきさき/Destination

移動……77〜78
いどう/Transference

校内図……79〜80
こうないず/School

学校生活……81〜82
がっこうせいかつ/School life

持ち物・使うもの……83〜84
もちもの・つかうもの/Goods for school life

お天気……85〜86
おてんき/Weather

季節と月……87〜88
きせつとつき/Season & Month

植物……89〜92
しょくぶつ/Plants

花屋にて……93〜94
はなやにて/At a florist shop

園芸店にて……95〜96
えんげいてんにて/At a garden store

動物……97〜98
どうぶつ/Animals

爬虫類・虫など……99〜100
はちゅうるい・むしなど/Reptiles and Insects

日本地図……101〜102
にほんちず/Map of Japan

世界地図……103〜104
せかいちず/Map of the world

ご自由にお使いください……105〜106
ごじゆうにおつかいください/Please use the pages as you like.




©Ohanashi Note Project 2010

# 「おはなしノート」の使い方と仕組み

「おはなしのーと」のつかいかたとしくみ

How to use Ohanashi Note

『おはなしノート』は、イラストで“気持ちを伝える”お手伝いをするためのものです。
どなたにも楽しく使っていただけるもの
ですが、とくにおはなしをすることでの
コミュニケーションがとりづらい方にとって、
強い味方になってくれます。

Ohanashi Note is to help exchanging thought with illustrations.
Everyone must be pleased to use it, but it should give a powerful way to communicate with persons especially who have difficulties to talk.

**たとえば**
Like persons such as;

**文字を読むことや話すことが難しい方と**

who have difficulties to read letters and to talk,

**聴力に障がいのある方と**

who are impaired on hearing,

**自閉症などの障がいで、言葉より絵が得意な方と**

who prefer illustrations to letters from impairments like autism,

**小さなお子さんと**

small children,

**日本語での会話が難しい方と**

foreigners,

※海外旅行先などでも使えます。
and natives when you go abroad.

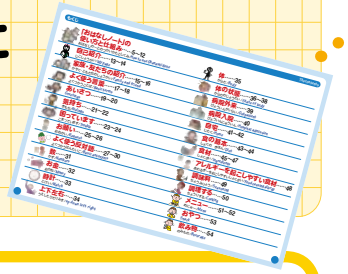
©Ohanashi Note Project 2010

## ●こんなときに使ってみてください。
Please use it in such occasions as follows.

**ケース1**
**部屋の中**
Case 1
In a room

**「おはなしノート」を指さしながら、相手の気持ちを聞いてみましょう。**
Point the associating illustrations and ask their thought.

**「おはなしノート」のもくじ(P.1〜4)を見てもらい、関係するページに進んでください。**
Open associating pages as per the contents.



**「はい」と「いいえ」の合図を決めておきましょう。**
Determine signs for YES and NO in advance.

**たとえば**
For instance

まばたき1回▶はい
One blink means YES.

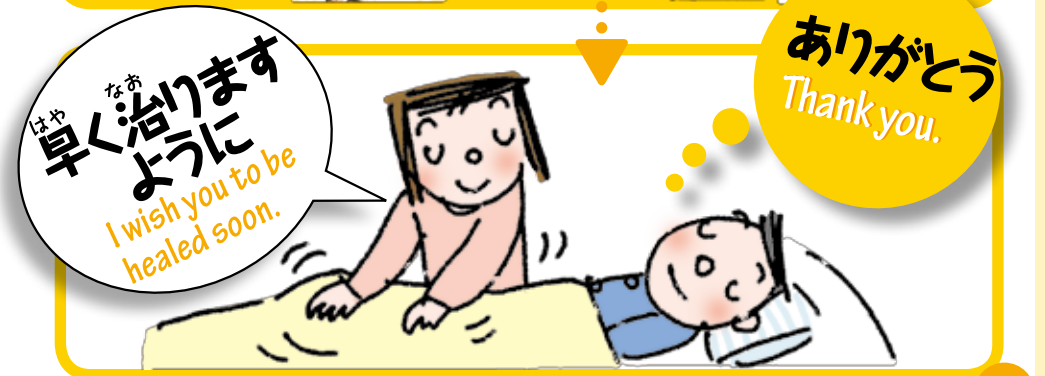
まばたき2回▶いいえ
Two blinks mean NO.

**たとえば**
For instance

**体のことだったら?**

**35〜38ページへ!**
Proceed to page 36thru38 regarding body.

**絵を指さしながら、声に出してその方の思いを聞いてください。**
Point the illustrations and ask the person's thought with voice.




©Ohanashi Note Project 2010

ケース2
外で
Case 2
Outdoors

# 「おはなしノート」を指さしながら、相手に気持ちを伝えましょう。

Point the associating illustrations and indicate your intension.

## たとえば For instance 外出先で困ったとき

In case you are in trouble outdoors.

## たとえば For instance 外で食事をしたいとき

In case you want to go out for meal.

©Ohanashi Note Project 2010

## 自分で使いやすいように工夫して使ってください。

Make it easy to use with your original arrangement.

### ❶必要なページをダウンロードして印刷しましょう。

Download necessary pages and print them out.

### ❷使いやすいように工夫してみてください。

Think about your easy way to use.

**たとえば** For instance

ファイルにとじたり
クリアケースに
入れます。

File them or put them in clear sheets.

表面を谷折りにして
うら面を貼り合わせて
本の形にする。

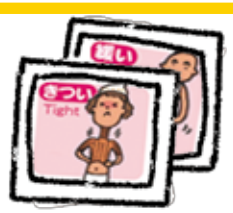
Make them into a handmade booklet, by folding the prints in half as white face outside and pasting them sheet by sheet.

必要なイラストを切り抜いて

Cut necessary illustrations out.

台紙に貼って

Put and paste it on a hard paper one by one



カードに！

Make them like cards

リングなど

Ring etc.

### ❸自分についての情報や必要な項目を書き足して自分だけの『おはなしノート』をつくりましょう。

Make your unique Ohanashi Note by adding your personal information and specific items you need.

### ❹皆さんで楽しく使ってください。

Enjoy it with your friends.

©Ohanashi Note Project 2010

# 自己紹介 じこしょうかい My page

**名前** Name
なまえ

3年5組
おはなし
すきこ

**性別**
せいべつ
Gender

♂ ♀

男 Man　女 Woman

**生年月日**
せいねんがっぴ
Birthday

年 Year　月 Month　日生 Day

**星座**
せいざ
Constellation

座

**血液型**
けつえきがた
Blood type

Rh+ Rh− A B O AB

**住所**
じゅうしょ
Address

**電話番号**
でんわばんごう
Phone number

**緊急連絡先**
きんきゅう
れんらくさき
Emergency contact

※こちらに連絡してください。
Please contact to this number.



## 職業・趣味・特技について しょくぎょう・しゅみ・とくぎ

About the occupation, the hobby, and the special skill.

※自分について知ってほしいことを書いてください。
Please write about what you wish others to know.

例：私は高校1年生です。趣味は読書です。
Example: I am in the first grade of high-school. The hobby is reading.

## 注意事項/病気・アレルギーについて ちゅういじこう/びょうき・あれるぎー

Special notes such as your diseases and allergies.

※自分の体について知ってほしいことを書いてください。
Please write about what you wish others to know regarding your physical conditions.

例：耳が遠いので、大きな声でゆっくり話してください。
Example : Please speak loudly and slowly because my hearing is poor.

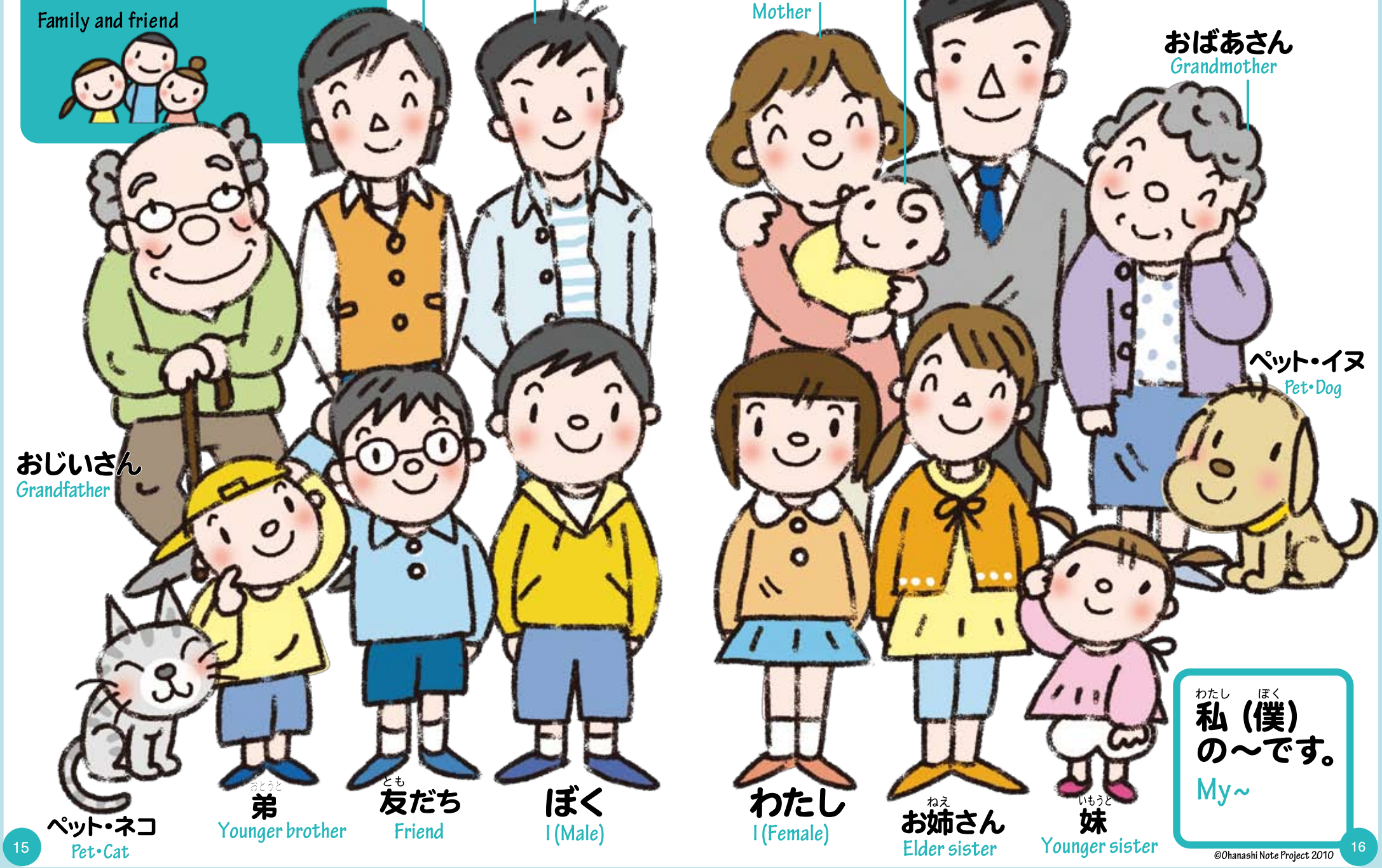
©Ohanashi Note Project 2010

# 家族・友だちの紹介

かぞく・ともだちのしょうかい

Family and friend






私（僕）の～です。

My～

©Ohanashi Note Project 2010

# よく使う言葉
よくつかうことば

Basic terms

食べる
eat

見る look

聞く listen

話す talk

寝る
sleep

起きる
wake up

書く write

出かける go out

座る
sit

お風呂
Bath

トイレ
Toilet

持つ
have

歩く
walk

走る
run

〜したい
want to ~

はい
Yes

いいえ
No



©Ohanashi Note Project 2010

# あいさつ
Greetings

おはよう
ございます
Good morning.

こんにちは
Good afternoon.

こんばんは
Good evening.

さようなら
Good-bye.

またね
See you again.

はじめまして
Nice to meet you.

げんき
お元気ですか?
How are you?

ありがとう
Thank you.

いただきます
Let's eat.

ごちそうさま
Thank you for the treat.

おいしかったです
It was delicious.

だいじょうぶ
大丈夫ですか?
Are you all right?

ごめんなさい
I'm sorry..



©Ohanashi Note Project 2010

# 気持ち
きもち
Feelings

うれしい
glad

だいす
大好き
favorite

たの
楽しい
joyful

すき love

きらい hate

ほんとう
本当？ Really?

びっくり! scared

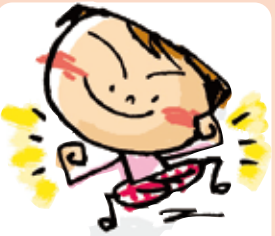
ちょっと
さびしい
little lonely

わーい!
goody

おこ
怒ってるの？
Are you angry?

き
気にしないで
Don't worry.

かな
悲しい
sad



がんばるぞ
I'll do my best.

くやしい
regretful

き
気をつけてね
Take care.



©Ohanashi Note Project 2010

# 困っています

こまっています

Trouble

助(たす)けてください

I need your help.

迷(まよ)っています

I lost my way.

ここはどこですか?

Where are we now?

落(おと)し物(もの)をしました

I lost my thing.

チカン(ちかん)にあいました

I was sexually molested.

ここに電話(でんわ)をかけてください

Please dial this number.

自宅(じたく) Home

tel

病院(びょういん)

Hospital

tel

私(わたし)がここにいることを~に伝(つた)えてください

Please tell ~ that I'm here.

緊急連絡先(きんきゅうれんらくさき)

Emergency contact

盗(ぬす)まれました

I had my thing stolen.



©Ohanashi Note Project 2010

# お願い
おねがい
Request

やめてください
Stop it, please.

携帯電話を切ってください
Turn off your mobile phone, please.

さわらないでください
Don't touch it, please.

きちんと座ってください
Sit down on the seat, please.

並んでください
In line, please.

静かにしてください
Be quiet, please.

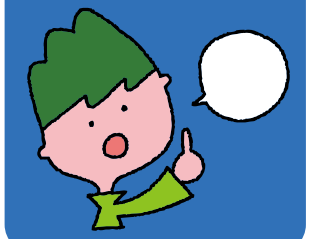
たばこを吸わないでください
Don't smoke here, please.

©Ohanashi Note Project 2010

# よく使う反対語

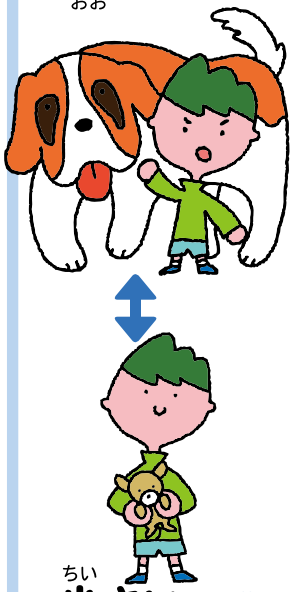
よくつかう
はんたいご

Basic antonyms



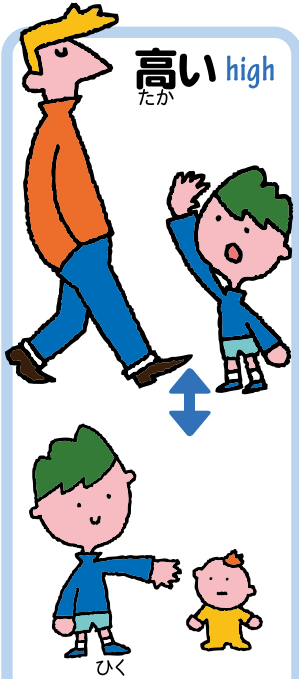
## 大きい large / 小さい small

おお　ちい



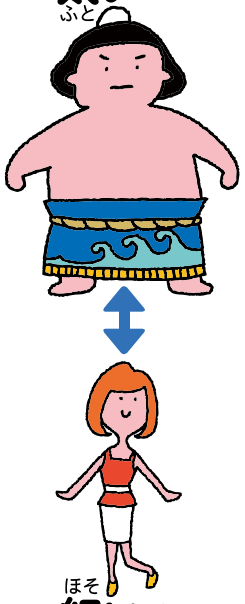
## 高い high / 低い low

たか　ひく



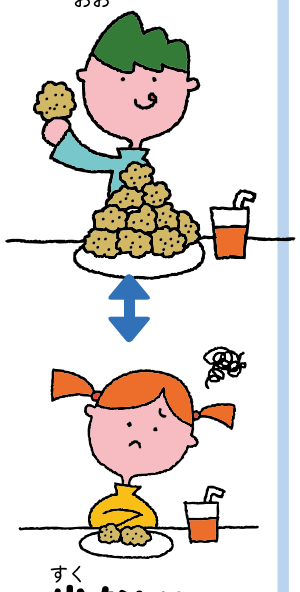
## 太い thick / 細い thin

ふと　ほそ



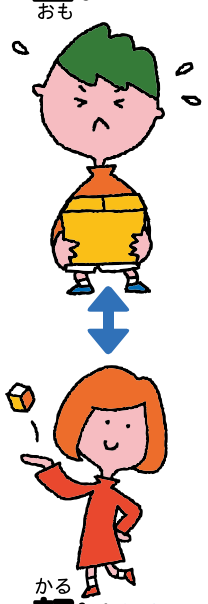
## 多い many / 少ない few

おお　すく



## 重い heavy / 軽い light

おも　かる

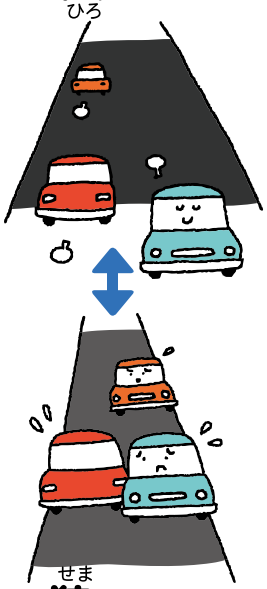


## 長い long / 短い short

なが　みじか

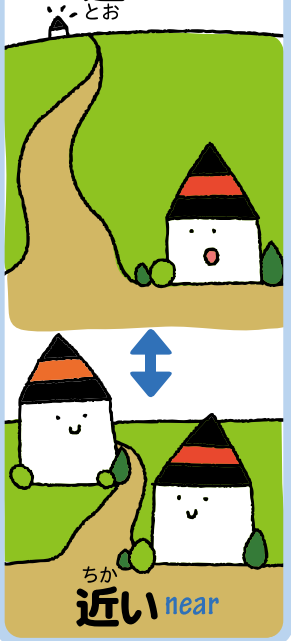
## 広い wide / 狭い narrow

ひろ　せま



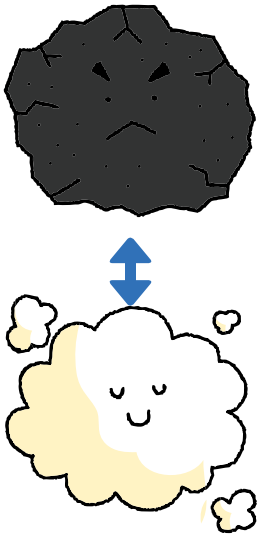
## 遠い far / 近い near

とお　ちか



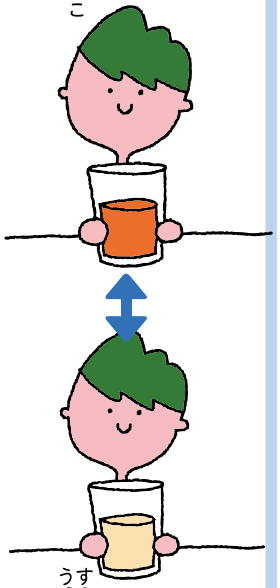
## 固い hard / やわらかい soft

かた



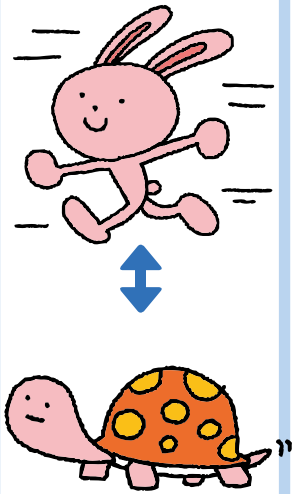
## 濃い dense / 薄い sparse

こ　うす



## 速い fast / 遅い slow

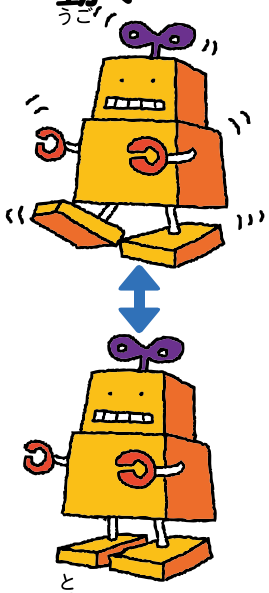
はや　おそ





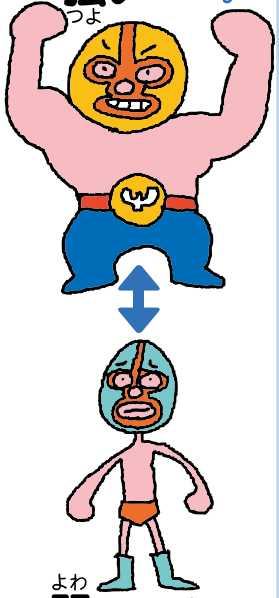
©Ohanashi Note Project 2010

動く move



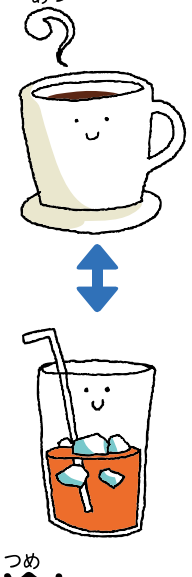
止まる stop

強い strong



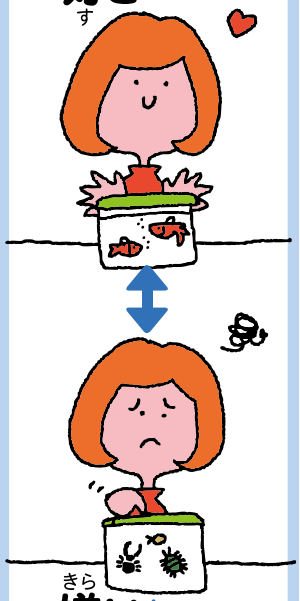
弱い weak

熱い hot



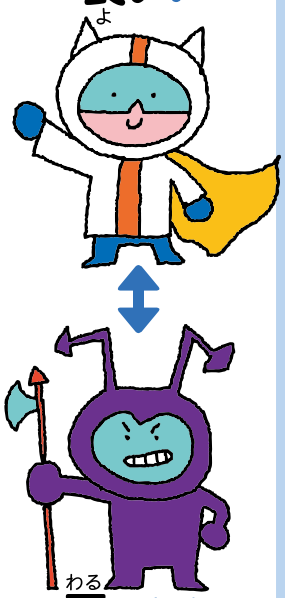
冷たい cool

好き love



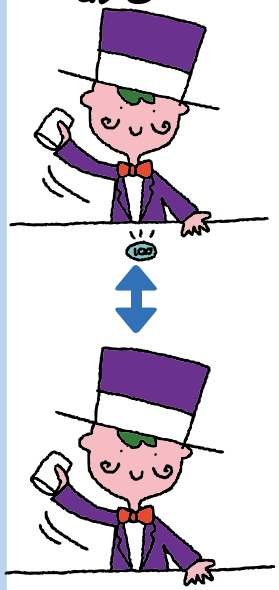
嫌い hate

良い good



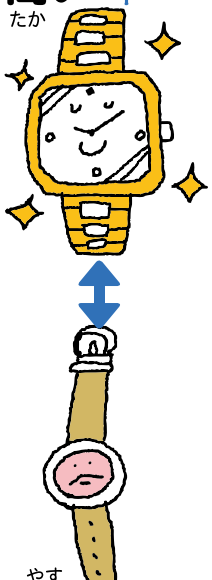
悪い bad

ある be



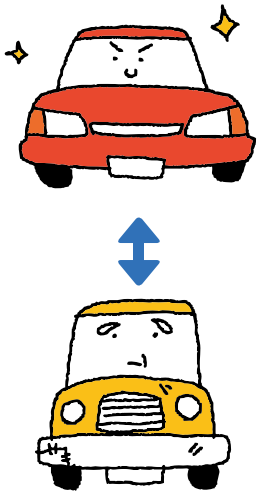
ない not be

高い expensive



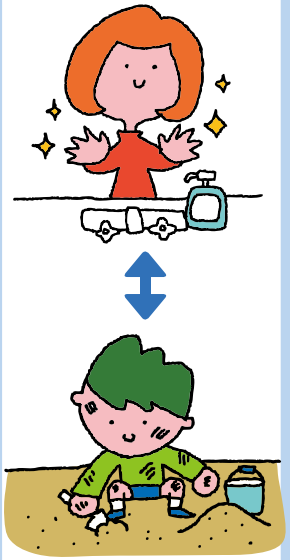
安い cheap

新しい new



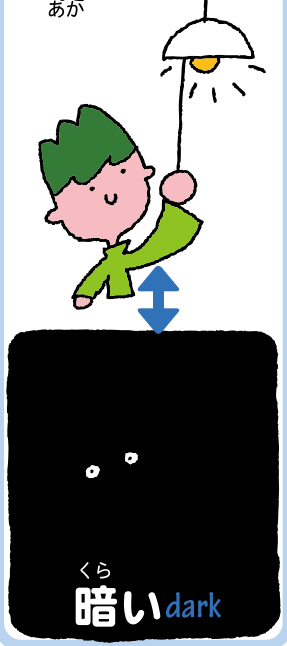
古い old

きれい clean



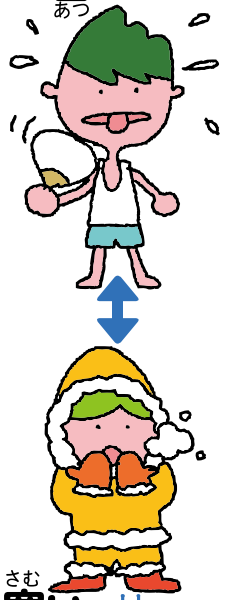
きたない dirty

明るい bright



暗い dark

暑い hot



寒い cold



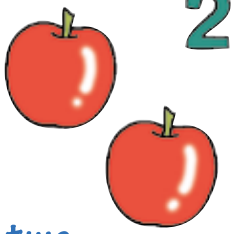
©Ohanashi Note Project 2010

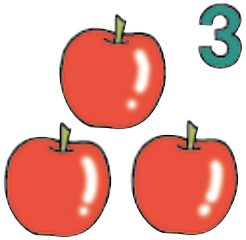
# 数 かず
Numbers

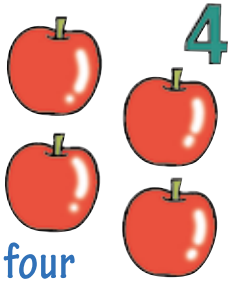
0
zero

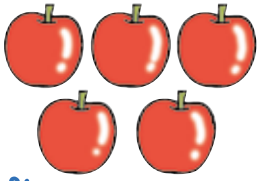
1

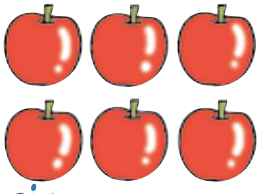
one

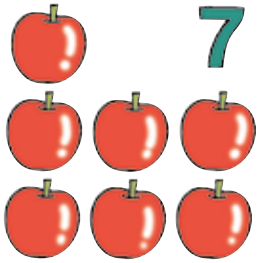
2

two

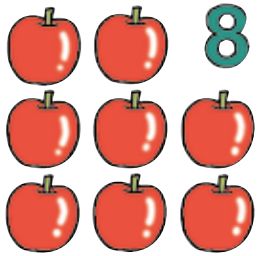
3

three

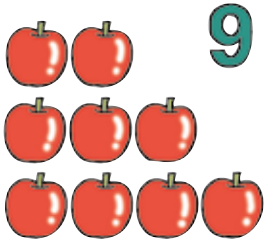
4

four

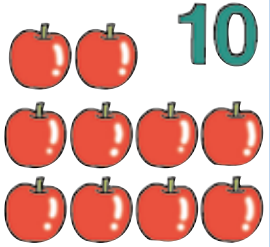
5

five

6

six

7

seven

8

eight

9

nine

10

ten

# お金 おかね
Money

1円 えん
1yen

5円 えん
5yen

10円 えん
10yen

50円 えん
50yen

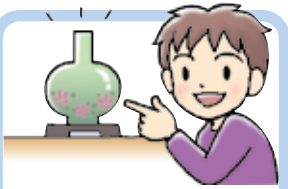
100円 えん
100yen

500円 えん
500yen

1,000円 えん
1,000yen

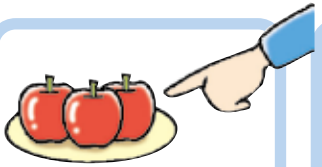
5,000円 えん
5,000yen

10,000円 えん
10,000yen


いくらですか?
How much?

買(か)いたい
I'll take~

お財布 さいふ
Wallet


〇個(こ)ください
Give me(number)of them.


©Ohanashi Note Project 2010

A.M.
午前(ごぜん)
Morning

P.M.
午後(ごご)
Afternoon

時計(とけい)
Watch

昼間(ひるま) Daytime

外出(がいしゅつ)
out of the house

夜間(やかん) Nighttime

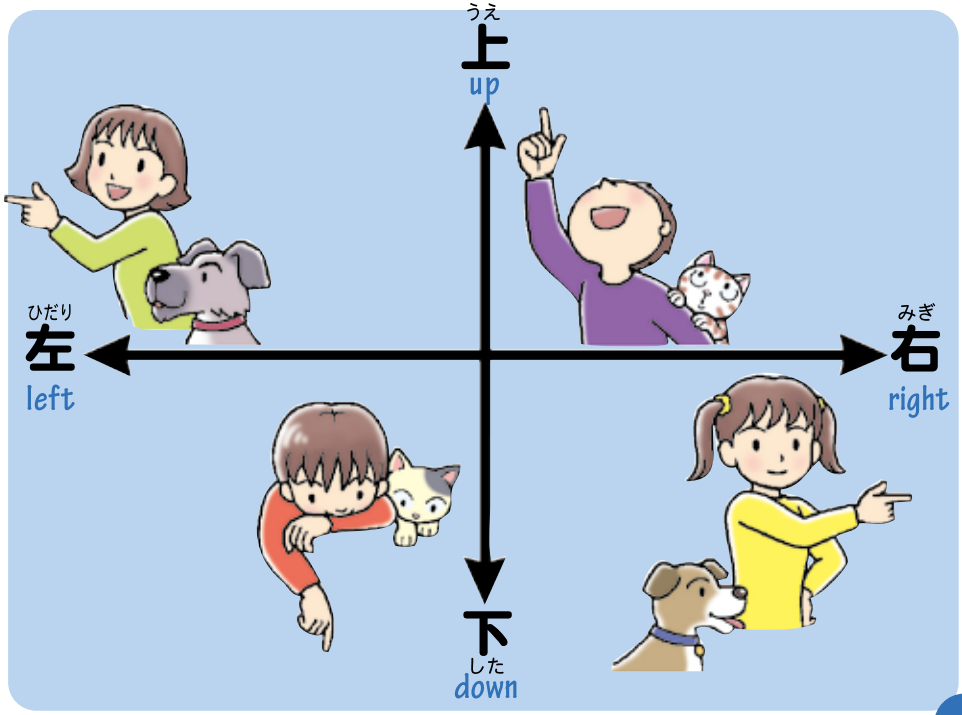
今何時(いまなんじ)ですか?
What time?

○時(じ)に
起(お)こしてください
Wake me up at (time).

○時(じ)にねます
I go to bed at (time).

○時(じ)に学校(がっこう)(会社(かいしゃ))へ行(い)きます
I go to school (company) at (time).

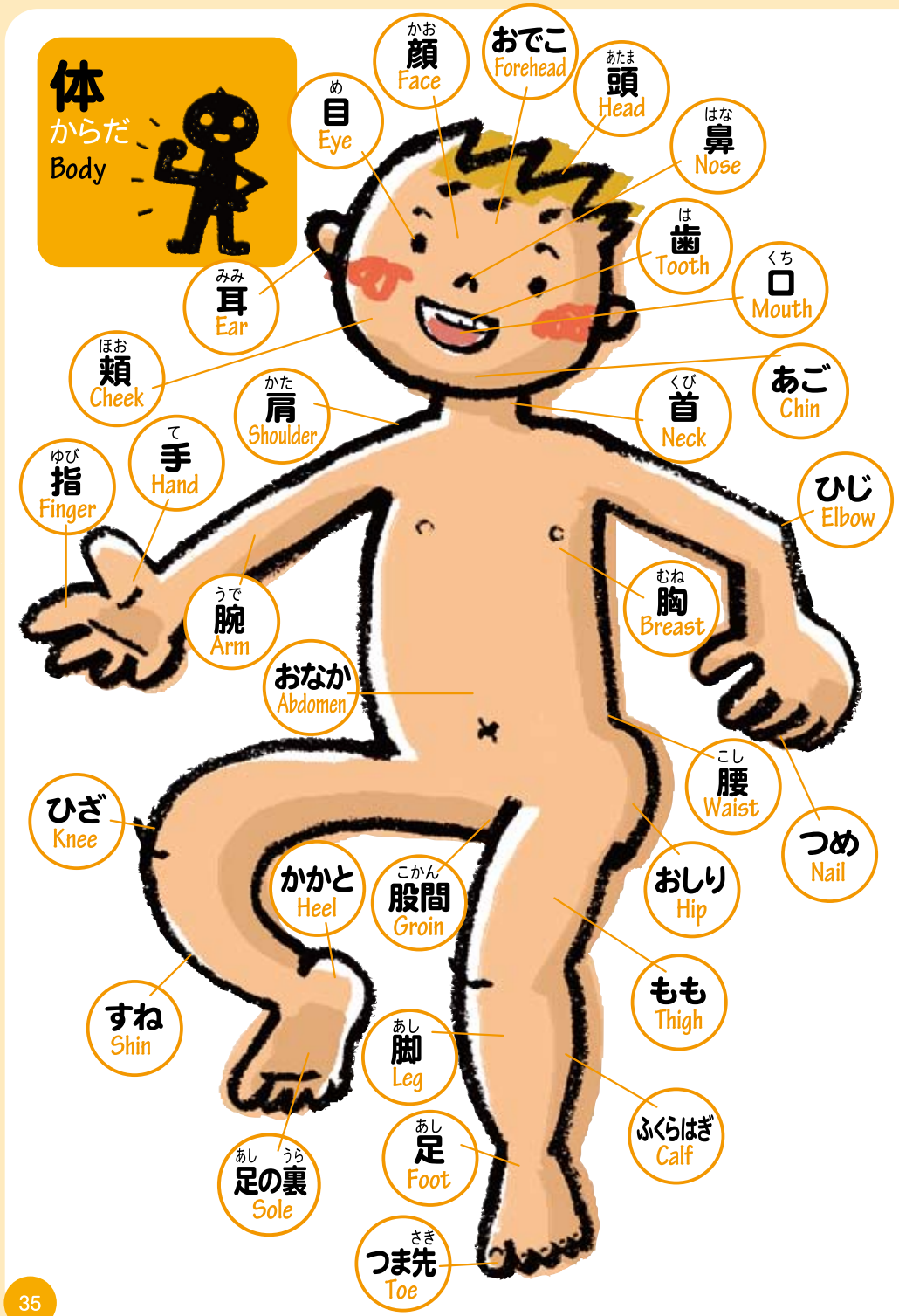
○時(じ)に
会(あ)いましょう
Let's meet at (time).






©Ohanashi Note Project 2010

# 体
からだ
Body



痛い
It is painful.

つらい
It is hard.

## 体の状態
からだのじょうたい
State of body

かゆい
It is itchy.

吐き気
Nausea

食欲がない
No appetite.



©Ohanashi Note Project 2010

## 体の状態
からだの じょうたい
State of body

うんち
Poo

おしっこ
Pee

べんぴ
便秘 Constipation

げり
下痢 Diarrhea

せいり
生理
Menstruation

ふと
太った
plump

やせた
thin

かぜ
風邪をひいた
I got a cold.

かふんしょう
花粉症です
I have an allergy to pollens.

あれるぎー
アレルギーがあります
I have an allergy.


©Ohanashi Note Project 2010

## 病院外来

びょういん
がいらい
Outpatient

くすり
**薬をもらう**
pick up medicine.

しんさつ　う
**診察を受ける**
seek medical advice.

しんさつけん
**診察券**
Patient registration card

ほけんしょう
**保険証**
Insurance ID card

みま
**お見舞い**
Get-well visit

ないか
**内科** Internal medicine

げか
**外科**
Surgery

がんか
**眼科** Ophthalmology

じびか
**耳鼻科** Otology

ひふか
**皮膚科**
Dermatology

りはびりか
**リハビリ科**
Rehabilitation

しか
**歯科** Dentistry

しょうじょう
**症状は35～38ページへ**
Refer to page 36~38 regarding symptoms

## 病院入院

びょういん
にゅういん
Hospital admission

いしゃ
**お医者さん**
Doctor

かんごし
**看護師さん**
Nurse

かいごし
**介護士さん**
Caregiver

てんてき
**点滴** Infusion

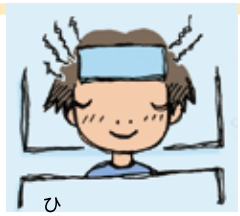
きゅうたん
**吸痰** Vacuuming frog

ねつ　はか
**熱を測る**
measure body temperature

たいこう
**体交**
Changing body position

くるま
**車いす**
Wheelchair

**さすって** rub



ひ
**冷やす** cool

あたた
**温める**
warm

**～したい** I want to~

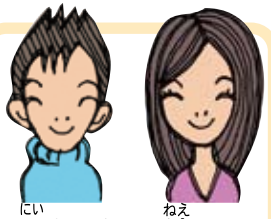
よ
**呼ぶ** call


©Ohanashi Note Project 2010

自宅 じたく
Home

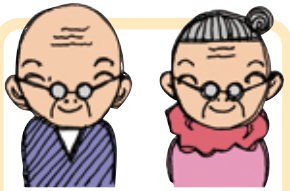
～を呼んで ください
Please call~

お父さん Father　お母さん Mother



お兄ちゃん Elder brother　お姉ちゃん Elder sister

弟 Younger brother　妹 Younger sister



おじいちゃん Grandfather　おばあちゃん Grandmother

息子 Son　娘 Daughter

吸痰 Vacuuming frog

体交 Changing body position

目薬 Eye drops

点滴 Infusion

熱を測る measure body temperature

さする rub

マッサージ Massage

ストレッチ Stretch

ごはん Meal

冷やす cool

温める warm

トイレ Toilet

お風呂 Bath

座る sit

寝る sleep

車いす Wheelchair

つえ Stick

～してほしい
I hope you to ~

～したい (ほしい)
I want ~



©Ohanashi Note Project 2010

# 食の基本
しょくのきほん

Diet

食(た)べたい
I'll have~

大盛(おおも)り
Large helping

中盛(ちゅうも)り
Usual helping

小盛(しょうも)り
Small helping

辛(から)い
spicy

甘(あま)い
sweet

にがい
bitter

おかわり
Refill

おいしくない
no good

生(なま)っぽい
like being raw

味(あじ)が濃(こ)い
strong flavor

味(あじ)が薄(うす)い
little flavor

すっぱい
sour

おいしい
good

アレルギー
(あれるぎー)
Allergy

かたい
tough

やわらかい
tender

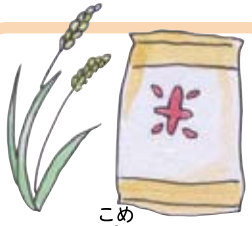
すき
like

きらい
dislike

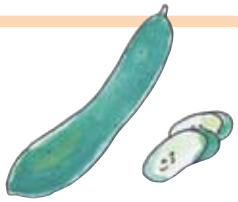


©Ohanashi Note Project 2010

# 食材 しょくざい
Ingredients



お米(こめ) Rice



きゅうり Cucumber

きのこ Mushroom

にんにく Garlic

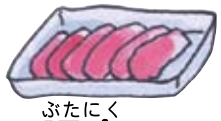
にら
Chinese chive

れたす
レタス Lettuce

きゃべつ
キャベツ Cabbage

はくさい
白菜
Chinese cabbage

ぎゅうにく
牛肉 Beef

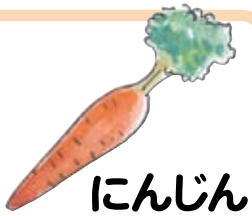


ぶたにく
豚肉 Pork

とりにく
鶏肉 Chicken

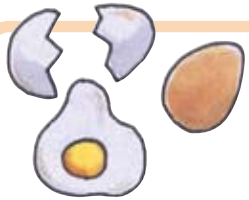
そう
ほうれん草
Spinach

だいこん
大根
Radish



にんじん
Carrot

さかな
魚 Fish



たまご
卵 Egg

とうふ
豆腐 Tofu

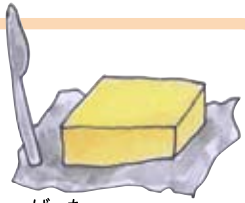
とまと
トマト
Tomato

じゃがいも
Potato

さつまいも
Sweet potato

こむぎこ
小麦粉 Flour

ちーず
チーズ Cheese



ばたー
バター Butter

ねぎ Leek

たまねぎ Onion

なす Egg plant

ぎゅうにゅう
牛乳 Milk



©Ohanashi Note Project 2010

もやし
Bean sprouts

ごぼう
Burdock root

れんこん
Lotus root

ブロッコリー
Broccoli

オクラ Gumbo

豆 Bean

アボガド Avocado

さといも Aroid

こんにゃく
Konjac

海藻 Seaweed

えび Shrimp

かに Crab

いか Squid

たこ Octopus



# アレルギーを起こしやすい食材

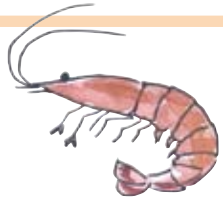
あれるぎーを
おこしやすいしょくざい
Food causing allergy

小麦粉(こむぎこ) Flour

卵(たまご) Egg

乳製品(にゅうせいひん)
(牛乳(ぎゅうにゅう)、チーズ、バター(ばたー)など)
Daily products
(Milk, Cheese, Butter)

そば Buckwheat

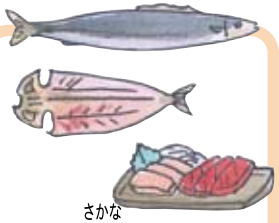


えび Shrimp

かに Crab

フルーツ(ふるーつ) Fruit

肉(にく) Meat



魚(さかな) Fish

豆(まめ) Bean

ナッツ(なっつ) Nut

©Ohanashi Note Project 2010

# 調味料
ちょうみりょう
Seasoning

さとう
砂糖 Sugar

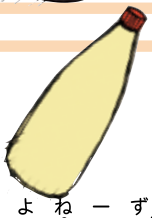
しお
塩 Salt

す
酢
Vinegar

しょうゆ
Soy sauce

みそ Miso

そーす
ソース
Sauce

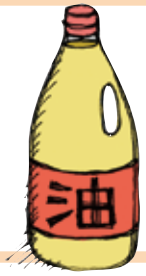


まよねーず
マヨネーズ
Mayonnaise

みりん
Sweet cooking rice wine

さけ
酒
Sake

あぶら
油
Oil




こしょう Pepper

からし Mustard

わさび Wasabi

とうがらし
Chili pepper

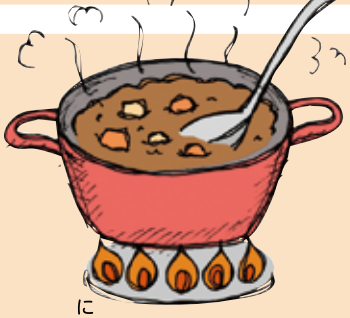


# 調理する
ちょうりする
Cooking

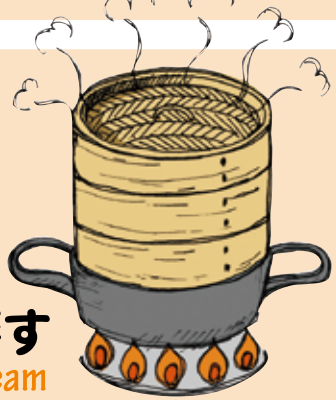
いた
炒める stir-fry

や
焼く roast

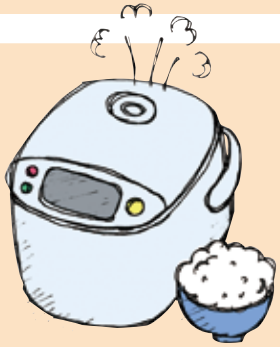
あ
揚げる deep fry



に
煮る boil



む
蒸す
steam



た
炊く
boil

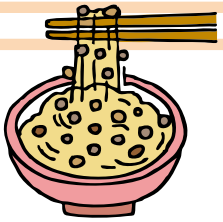
©Ohanashi Note Project 2010

# メニュー
めにゅー
Menu

ごはん Rice

みそ汁(しる) Miso soup

漬物(つけもの) Pickles



納豆(なっとう) Natto

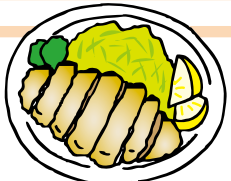
おむすび Rice ball

オムライス(おむらいす)
Rice omelet

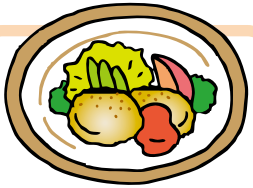
カレーライス(かれーらいす)
Curry and rice

ハンバーグ(はんばーぐ)
Hamburger steak

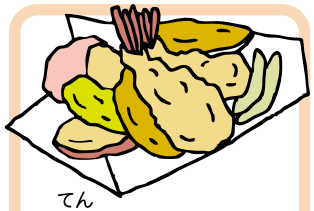
からあげ
Fried



トンカツ(とんかつ)
Pork cutlet



コロッケ(ころっけ)
Croquette



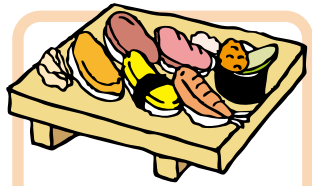
天(てん)ぷら Fritter

どんぶり Bowl

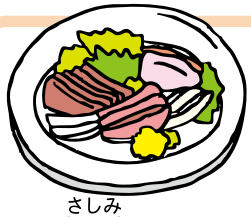
焼(や)き魚(ざかな) Roast fish

ラーメン(らーめん)
Ramen

ステーキ(すてーき)
Steak

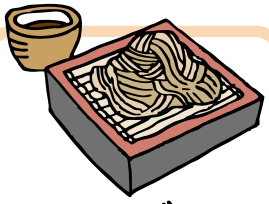


おすし
Sushi



お刺身(さしみ) Sashimi

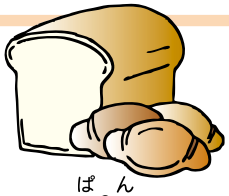
うどん
Wheat noodle



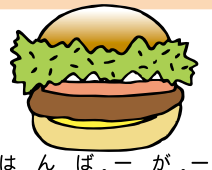
そば
Buckwheat noodle

パスタ(ぱすた)
Pasta

グラタン(ぐらたん)
Gratin

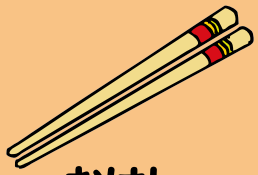


パン(ぱん)
Bread



ハンバーガー(はんばーがー)
Hamburger

ポテト(ぽてと)
French fries



おはし
Chopsticks

スプーン(すぷーん)
Spoon

フォーク(ふぉーく)
Folk



©Ohanashi Note Project 2010

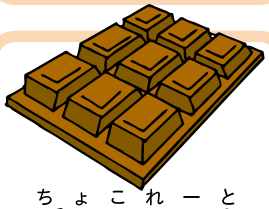
# おやつ
Snack

ケーキ
Cake

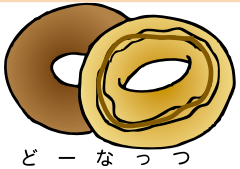
シュークリーム
Cream puff

プリン
Pudding

ゼリー
Jelly



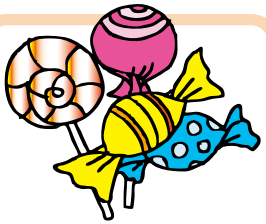
チョコレート
Chocolate



ドーナッツ
Doughnut

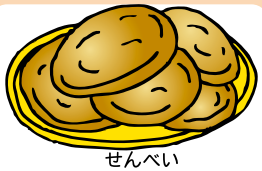
パフェ Parfait

ポテトチップ
Potato chips

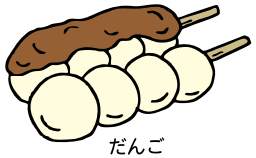


あめ Candy

ガム
Chewing gum



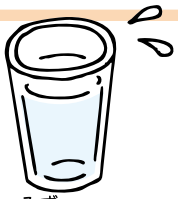
お煎餅
Rice cracker



お団子
Rice dumpling

おまんじゅう
Bean-jam bun

# 飲み物
のみもの
Beverage



お水 Water

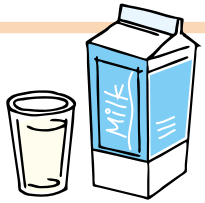
ジュース Juice

コーヒー
Coffee

紅茶 Black tea

緑茶 Green tea

ウーロン茶
Oolong tea




牛乳 Milk

コーラ Cola

ビール Beer

日本酒 Sake

焼酎 Distilled spirit

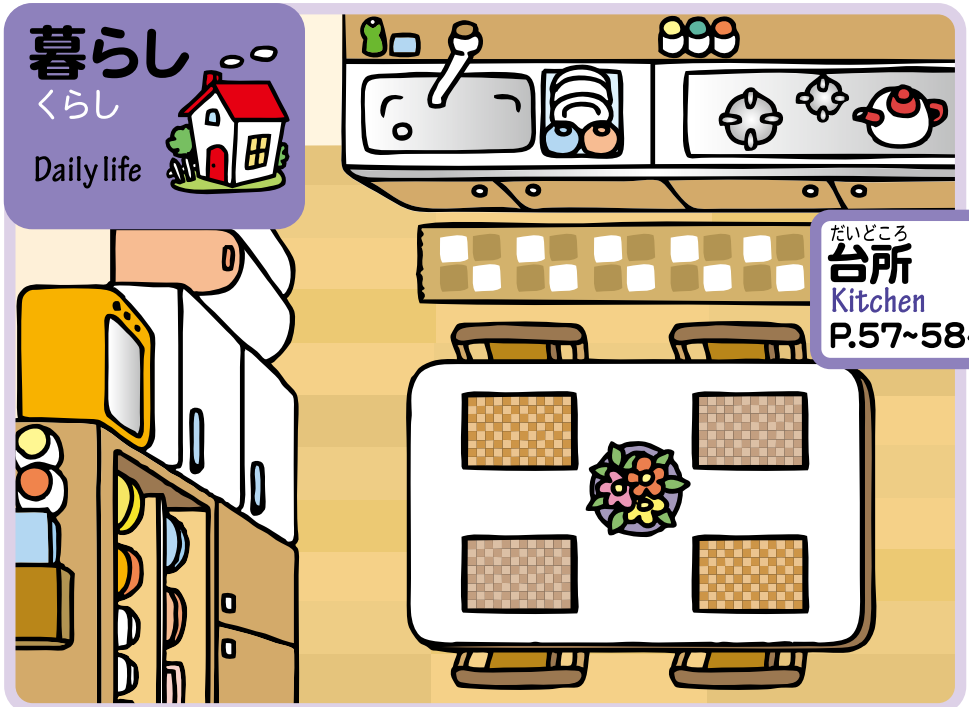
ワイン Wine

ウィスキー
Whiskey

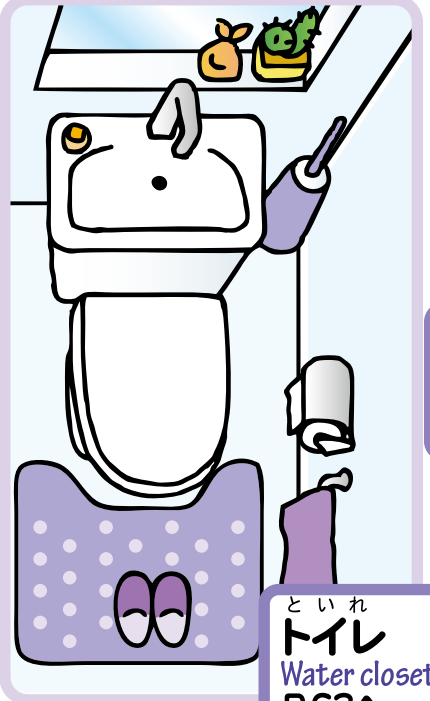


©Ohanashi Note Project 2010

# 暮らし
くらし
Daily life

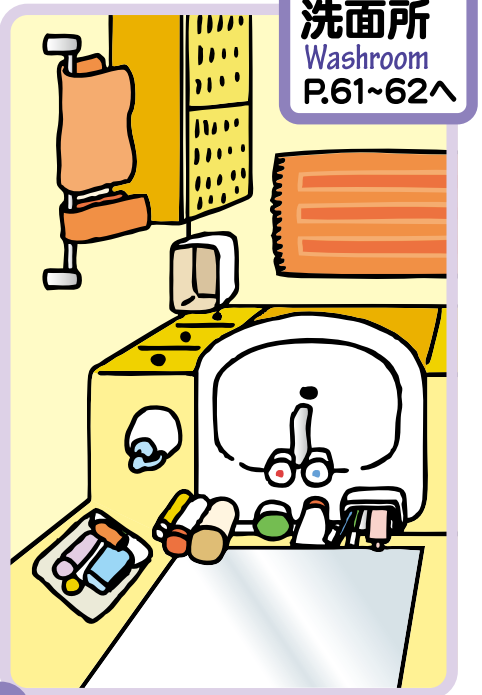


## 台所
だいどころ
Kitchen
P.57~58へ



## トイレ
といれ
Water closet
P.63へ

## 寝室
しんしつ
Bedroom
P.59へ



## 洗面所
せんめんじょ
Washroom
P.61~62へ

## お風呂
ふろ
Bathroom
P.60へ

## 居間
いま
Living room
P.64へ

## ～へ行きたい
い
I'll get to~

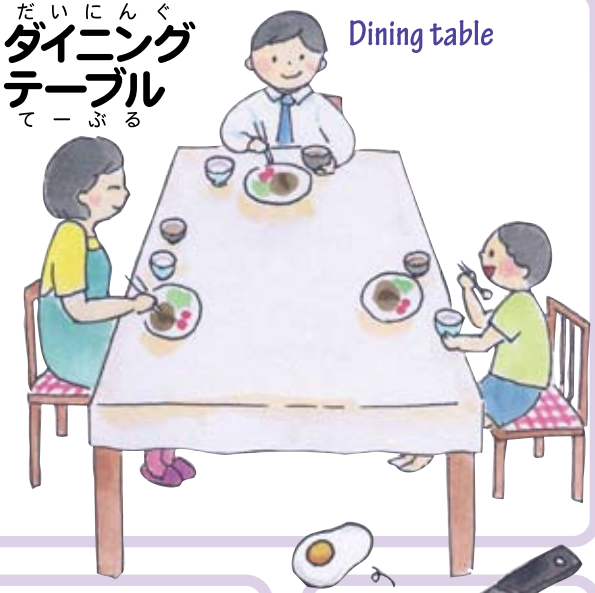
## ～に居る
い
I am in~

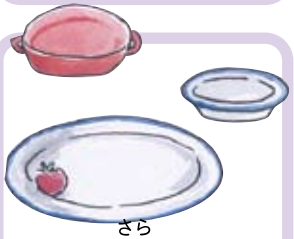
©Ohanashi Note Project 2010

# 台所 だいどころ
Kitchen

いす
**イス** Chair

だいにんぐ てーぶる
**ダイニングテーブル** Dining table





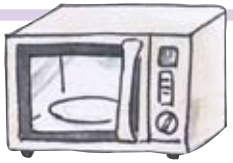
さら
**お皿** Plate

ちゃわん
**茶碗** Cup

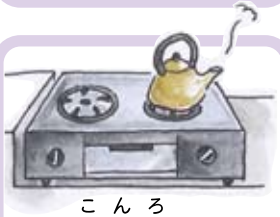
Frying pan
ふらいぱん
**フライパン**

なべ
**鍋** Pot

すいはんき
**炊飯器**
Rice cooker

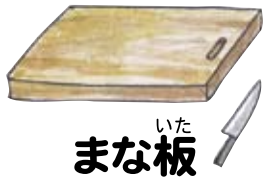


でんしれんじ
**電子レンジ**
Microwave



こんろ
**コンロ**
Stove

ほうちょう
**包丁**
Kitchen knife



いた
**まな板**
Cutting board

れいぞうこ
**冷蔵庫**
Refrigerator

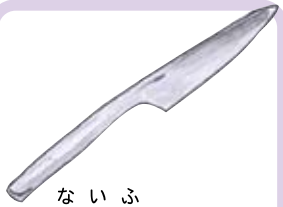
ちゃせっと
**お茶セット**
Tea set

こーひーせっと
**コーヒーセット**
Coffee set

**おはし**
Chopsticks

こっぷ
**コップ** Glass

**やかん** Kettle



ないふ
**ナイフ** Knife

ふぉーく
**フォーク** Fork

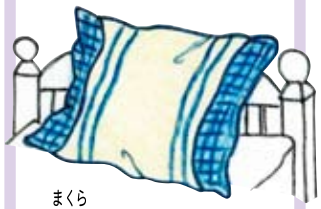
すぷーん
**スプーン** Spoon



©Ohanashi Note Project 2010

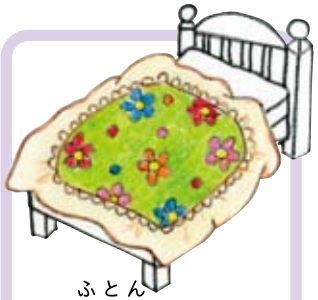
# 寝室
しんしつ
Bedroom

ベッド
Bed



枕
Pillow

毛布 Blanket

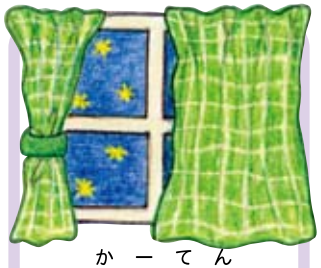


布団 Cover

シーツ Sheet

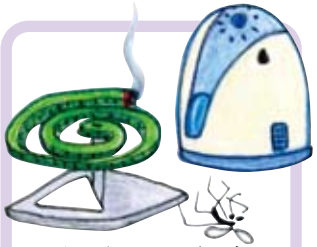
加湿器
Humidifier

目覚まし時計
Alarm clock



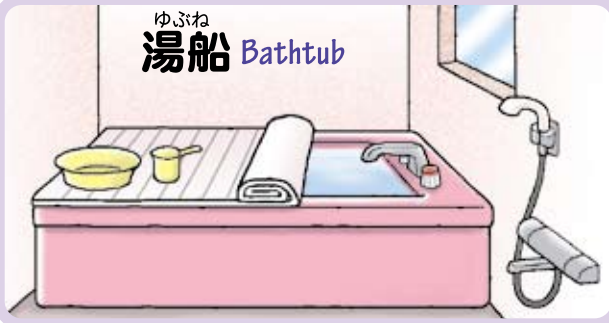
カーテン
Curtain

スタンド
Side lamp



蚊取り線香
Pyrethrum coil

# お風呂
おふろ
Bathroom



湯船 Bathtub

湯加減 Water temperature

熱い hot

冷たい cold

ボディシャンプー
Body-wash

シャンプー
Shampoo

トリートメント
Conditioner (リンス)

石鹸 Soap

タオル
Towel

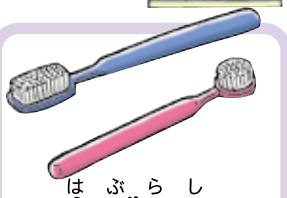


©Ohanashi Note Project 2010

# 洗面所
せんめんじょ
Washroom

メイク落とし
Makeup remover

洗顔クリーム
Cleaning cream



歯ブラシ
Toothbrush

歯磨き粉
Toothpaste

ドライヤー
Drier

ブラシ
Brush

くし
Comb

ヘアゴム
Band for hair

ヘアムース
Hair mousse
ヘアワックス
Hair wax

ヘアピン
Hairpin

育毛剤
Hair grower

ひげそり
Shaver

石鹸 Soap

化粧水
Skin lotion

乳液
Milky lotion

美容液
Beauty essence

日焼け止め
Sun block

化粧下地
Base

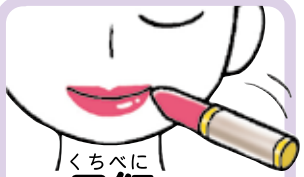
ファンデーション
Foundation

アイライン
Eyeliner

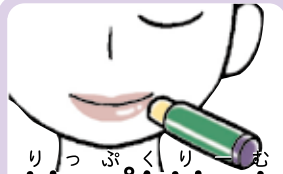
アイシャドウ
Eye shadow

チーク
Blusher (Cheek)

アイブロウ
Eyebrow pencil



口紅
Lip rouge



リップクリーム
Lip cream

爪切り
Nail clipper

マニキュア
Nail polish

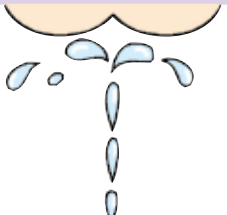


©Ohanashi Note Project 2010

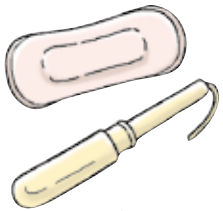
## トイレ といれ
Water closet

べんざ
**便座**
Toilet seat

といれっとぺーぱー
**トイレットペーパー**
Toilet tissue

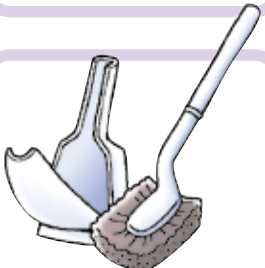


うぉしゅれっと
**ウォシュレット**
Washlet



なぷきん
**ナプキン**
Sanitary pad

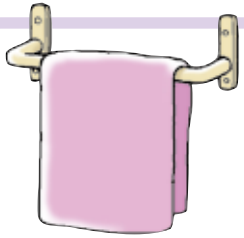
ほうこうざい
**芳香剤**
Fragrance



といれぶらし
**トイレブラシ**
Rest room brush

といれ
**トイレそうじ**
Rest room cleaning

といれしーと
**トイレシート**
Wiper sheet



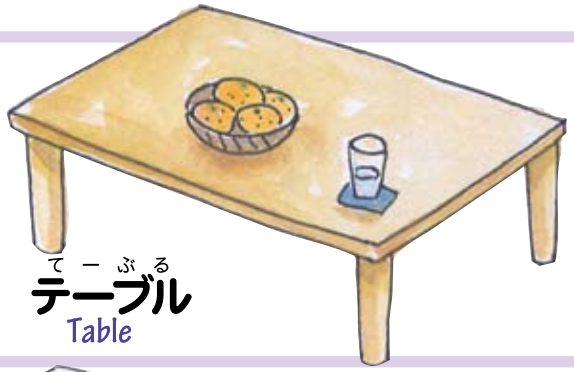
たおる
**タオル**
Towel

すりっぱ
**スリッパ**
Scuffs

## 居間 いま
Living room

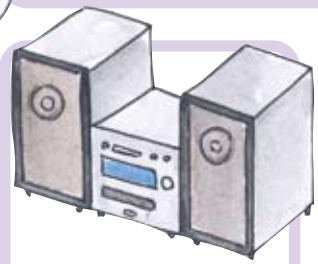
そふぁ
**ソファ**
Sofa

てれび
**テレビ**
Television set



てーぶる
**テーブル**
Table

でぃーぶいでぃー ぷれーやー
**DVDプレーヤー**
DVD player



おんがく ぷれーやー
**音楽プレーヤー**
Music player

でんわ
**電話**
Telephone

でんき ぽっと
**電気ポット**
Electric pot

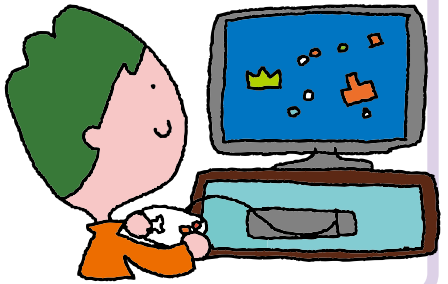
のーとぱそこん
**ノートパソコン**
Laptop computer


©Ohanashi Note Project 2010

# 趣味 しゅみ
Hobby

## 本を読む read a book

## ゲームをする
play a game

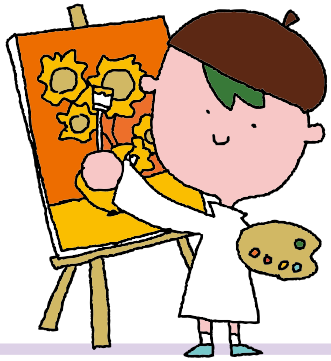


## 写真を撮る
take photos

## 散歩に行く
have a walk

## 音楽を聴く listen to music

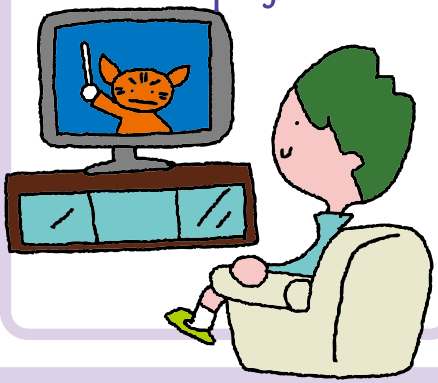
## 絵を描く draw a picture



## 植物を育てる
grow plants

## パソコンを使う
use personal computer (PC)

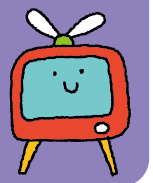
## TV・映画を見る
watch a TV program / film





©Ohanashi Note Project 2010

## テレビ
てれび
Television

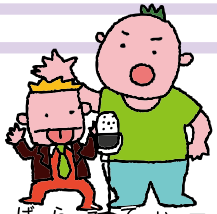


ニュース
News program

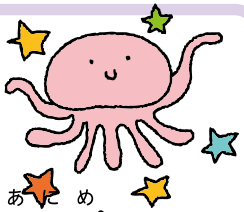
天気
Weather information

情報
Information program

ドラマ Drama



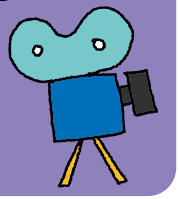
バラエティー
Variety show

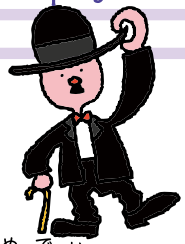


アニメ Animation

スポーツ
Sports program

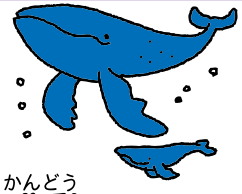
## 映画
えいが
Movie





コメディ Comedy

恋愛 Love story

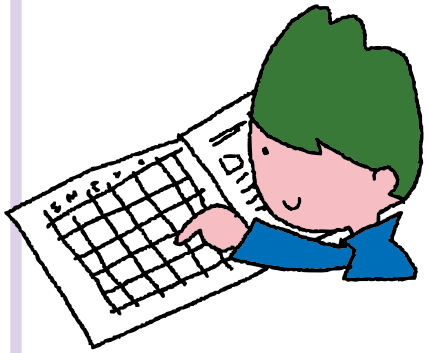


感動 Inspiring film

シリアス Serious film



## 観る
watch



録画する
record

## リモコン
Remote control

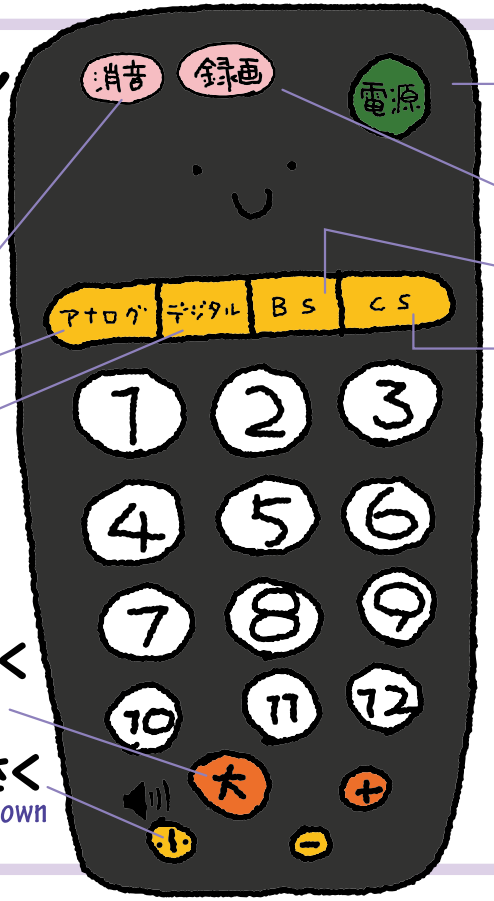
消音
Mute

アナログ
Analog

デジタル
Digital

音大きく
Volume up

音小さく
Volume down




電源 Power

録画
Record

BS

CS

再生
Reproduction

停止
Stop

早送り
Fast-forwarding

巻戻し
Rewinding

©Ohanashi Note Project 2010

# 着る
きる
I wear it.

色（いろ） color
しろ white
き yellow
おれんじ orange
あか red
ぴんく pink
あお blue
みずいろ light blue
みどり green
ちゃ brown
むらさき purple
べーじゅ beige
はいいろ gray
こん dark blue
くろ black

## 着（き）る
I put on~

## 脱（ぬ）ぐ
I take off~

## ゆるい
loose

## きつい
tight

## 履（は）く
I wear~

## ほしい
I want~

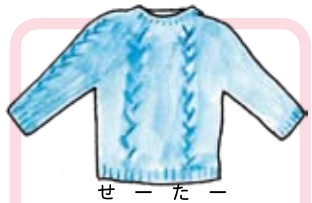
## シャツ（しゃつ）
Shirt

## Tシャツ（てぃーしゃつ）
T-shirt

## ポロシャツ（ぽろしゃつ）
Polo shirt

## トレーナー（とれーなー）
Sweat shirt

## パーカー（ぱーかー）
Parka

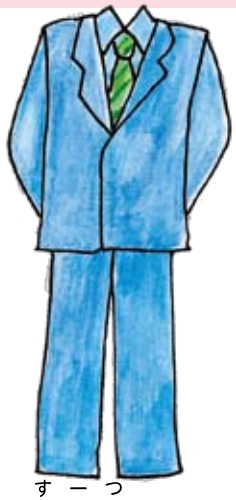


## セーター（せーたー）
Sweater

## スカート（すかーと）
Skirt

## ロングスカート（ろんぐすかーと）
Long skirt

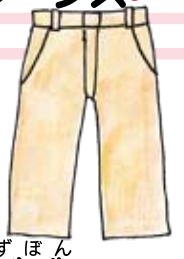
## ミニスカート（みにすかーと）
Miniskirt



## スーツ（すーつ）
Suit

## 礼服（れいふく）
Formal wear

## ジーンズ（じーんず）
Jeans



## ズボン（ずぼん）
Pants


©Ohanashi Note Project 2010

カーディガン
Cardigan

ジャケット
Jacket

コート
Coat

ベスト Vest

ワンピース Dress

パジャマ
Pajamas

帽子 Hat

マフラー Muffler

手袋 Gloves

ブリーフ
Briefs

トランクス
Trunks

ボクサーパンツ
Boxer shorts

ブラジャー
Brassiere

ショーツ
Panties

サニタリーショーツ
Sanitary shorts

## 首まわり
Neck

Vネック
V-neck

丸首
crew neck

四角
square neck

カットソー
Cut and sewn

ハイネック
High-necked collar

タンクトップ
Tank top

革靴
Leather shoes

ハイヒール
High heels

スニーカー
Sneakers

サンダル
Sandals

靴下
Socks

ネクタイ
Necktie

ストッキング
Panty hose

タイツ Tights

レギンス
Leggings



©Ohanashi Note Project 2010

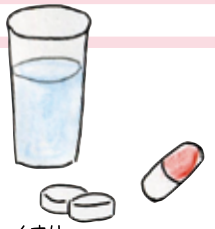
# おでかけ (準備・持ち物)

おでかけ (じゅんび・もちもの)

Outdoor goods

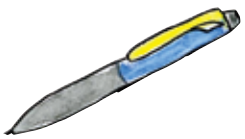
バッグ Bag

リュック Knapsack



お薬 Medicine

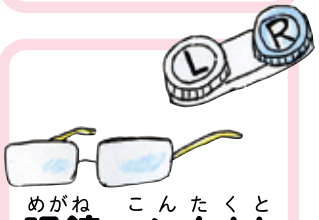
化粧ポーチ Makeup bag



ペン Pen

ケータイ 電話 Mobile phone

お財布 Purse



眼鏡・コンタクト Glasses / Contact lens

目薬 Eye drops

飲み物 Beverage

おやつ Snack

手帳 Notebook

定期券 (スイカ・パスモ) Commuter pass

カギ Key

杖 Stick

傘 Umbrella

雨がっぱ Raincoat

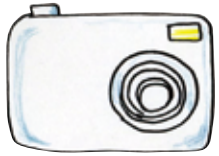
腕時計 Wristwatch

ハンカチ Handkerchief

ティッシュ Tissue paper

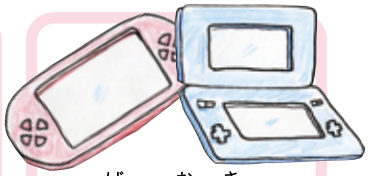
長靴 Rain boots

日傘 Parasol



カメラ Camera

音楽プレーヤー Portable music player



ゲーム機 Portable game console

持って行く I bring it.

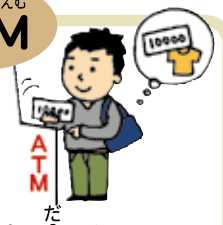
持って行かない I leave it.



©Ohanashi Note Project 2010

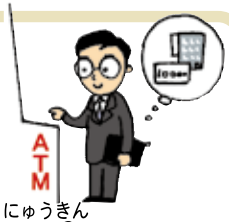
# 行き先
いきさき
Destination

## ～へ行きたい
い
I want to go to ~




えーてぃーえむ
ATM

ひ だ
引き出す withdraw




ふりこみ
振込 transfer

にゅうきん
入金 deposit

じんじゃ
神社 Shrine

やま
山 Mountain

がっこう
学校 School

びじねすほてる
ビジネスホテル Economy hotel

てら
寺 Temple

すーぱー
スーパー Supermarket

こいんらんどりー
コインランドリー Coin-operated laundry

えいがかん
映画館 Theater

りはつてん
理髪店 Barbershop

くすりや
薬屋 Drugstore

びょういん
病院 Hospital

れすとらん
レストラン Restaurant

ほんや
本屋 Bookstore

こうばん
交番 Police station

やくしょ
役所 City hall

かいしゃ
会社 Company

がそりんすたんど
ガソリンスタンド Gas station

ぱんや
パン屋 Bakery

こうえん
公園 Park

ゆうびんきょく
郵便局 Post office

ぎんこう
銀行 Bank

こんびに
コンビニ Convenience store

かわ
川 River

うみ
海 Sea



©Ohanashi Note Project 2010

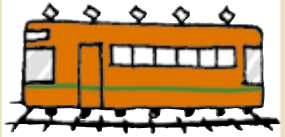
# 移動
いどう
Transference

車いす Wheelchair

自動車 Car

バス Bus

タクシー Taxi


電車 Train

新幹線
Super Express

飛行機 Airplane

船 Ship

バイク Motorbike

自転車 Bicycle

～で行きたい
I want to go by ~

～で行きたくない
I don't want to go by ~

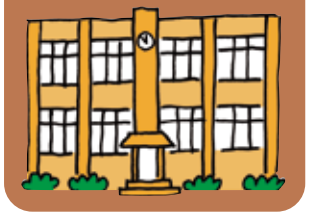
～までの切符を買ってください
Please get me a ticket for ~

乗り場はどこですか?
Where is a station to ride?

～へ行きたい
I want to go to ~

©Ohanashi Note Project 2010

# 校内図
こうないず School



行(い)く go

○年○組(ねんくみ)
○grade, class○

トイレ(といれ)
Toilet

手洗(てあら)い場(ば)
Hand-wash station

運動場(うんどうじょう)
Play ground

プール(ぷーる)
Pool

教室(きょうしつ)
Classroom

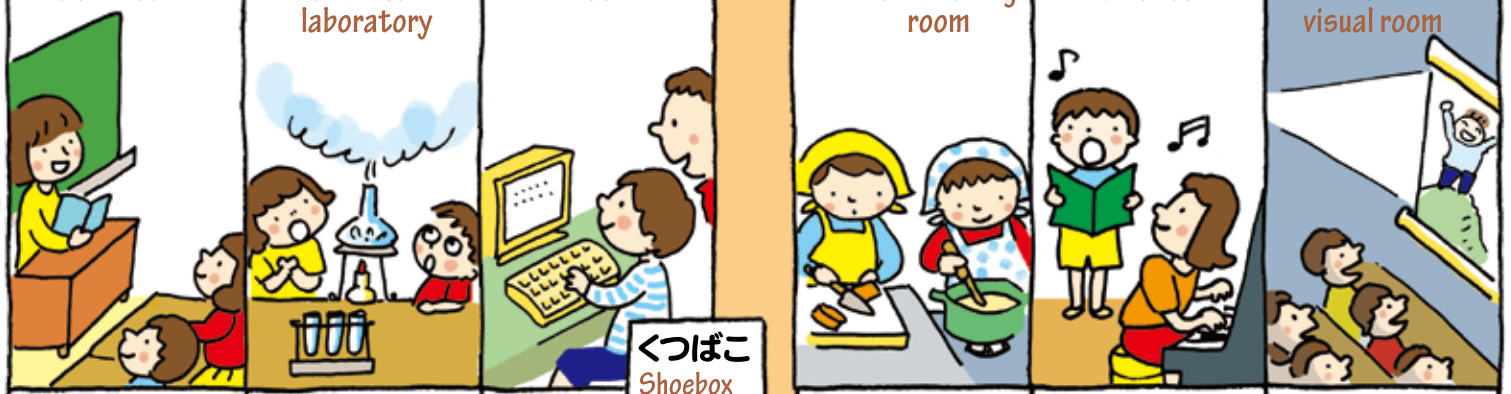
理科室(りかしつ)
Chemical laboratory

パソコン室(ぱそこんしつ)
IT room

家庭科室(かていかしつ)
Homemaking room

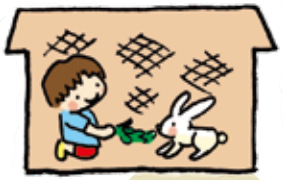
音楽室(おんがくしつ)
Music room

視聴覚室(しちょうかくしつ)
Audio-visual room



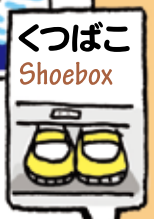
体育館(たいいくかん)
Gymnasium

飼育小屋(しいくごや)
Rearing cage



水飲(みずの)み場(ば)
Drinking fountain

くつばこ
Shoebox



図書室(としょしつ)
Library

校長室(こうちょうしつ)
Principal's office

職員室(しょくいんしつ)
Teacher's office

保健室(ほけんしつ)
Sickbay

支援学級(しえんがっきゅう)
Special-need class

美術室(びじゅつしつ)
Art room

給食室(きゅうしょくしつ)
School lunch preparing room

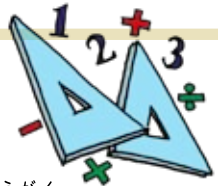
学童保育室(がくどうほいくしつ) After-school care room for children



©Ohanashi Note Project 2010

# 学校生活
がっこうせいかつ
School life

国語 National language



数学(算数) Mathematics(Arithmetic)

理科 Science

社会 Social studies

英語 English

体育 Gymnastics

音楽 Music

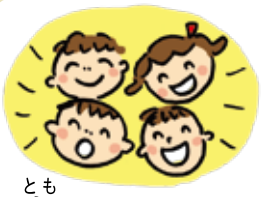
美術 Art

家庭科 Domestic science

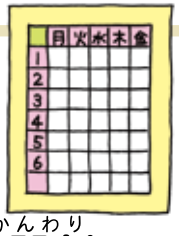
給食 School lunch

そうじ Cleaning

先生 Teacher



友だち Friends



時間割 Timetable

入学式 Entrance ceremony

卒業式 Graduation ceremony

授業参観 Classroom visitations

運動会 Athletic meeting

発表会 Recital

遠足 Excursion

休み時間 Recess

クラブ活動 Club activity

宿題 Homework

春休み Spring holidays

夏休み Summer holidays

テスト Examination

冬休み Winter holidays



©Ohanashi Note Project 2010

# 持ち物・使うもの

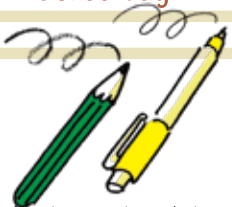
もちもの・つかうもの

Goods for school life

ランドセル
School bag

かばん Bag

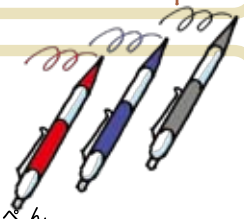
ふでばこ
Pencil case



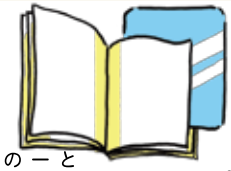
えんぴつ・シャープペンシル
鉛筆・シャープペンシル
Pencil, Mechanical pencil

しゃーぷぺんしるのしん
シャープペンシルの芯
Refill lead

けしごむ・しゅうせいえき
消しゴム・修正液
Eraser,Whiteout



ぺん(ぼーるぺん)
ペン(ボールペン)
Pen (Ballpoint pen)

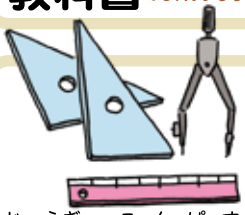


のーと
ノート・したじき
Notebook, Pad

きょうかしょ
教科書 Textbook

ふぁいる
ファイル File

はさみ・のり
Scissors, Paste



じょうぎ こんぱす
定規・コンパス
Ruler, Compasses

ぷりんと たよ
プリント・お便り
Class paper

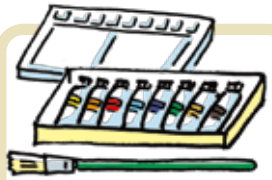
せいとてちょう
生徒手帳
Student handbook

たいそうふく
体操服 Gym uniform

うわば
上履き
Slippers

たいいくかん
体育館シューズ
Gym shoes

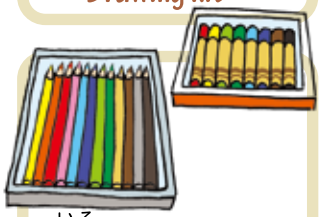
みずぎ
水着
Swimming suit



えぐせっと
絵の具セット
Drawing kit

しゅうじせっと
習字セット
Writing brush kit

さいほうせっと
裁縫セット
Needlecraft kit



いろ
色えんぴつ
Colored pencil

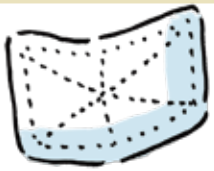
べんとう
お弁当 Lunch

きゅうしょくえぷろん
給食エプロン
Lunch apron

ぷえ
たて笛
Pipe (Recorder)

こくばん
黒板 Blackboard

こくばんけし Blackboard eraser
ちょーく
チョーク
Chalk

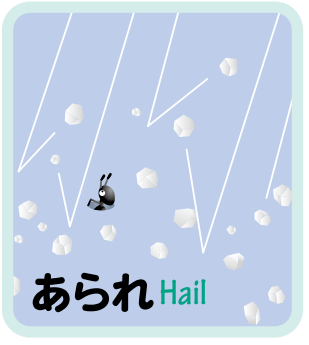


ぞうきん
Duster

ぼうはんぶざー
防犯ブザー
Emergency alarm

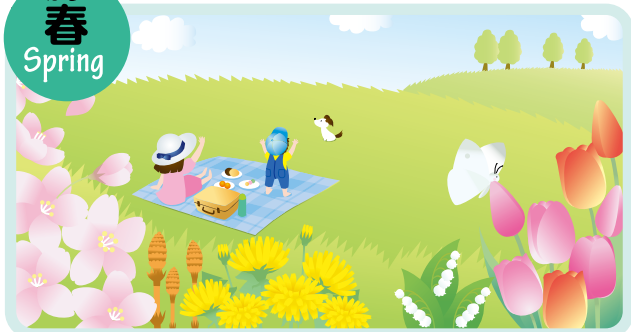


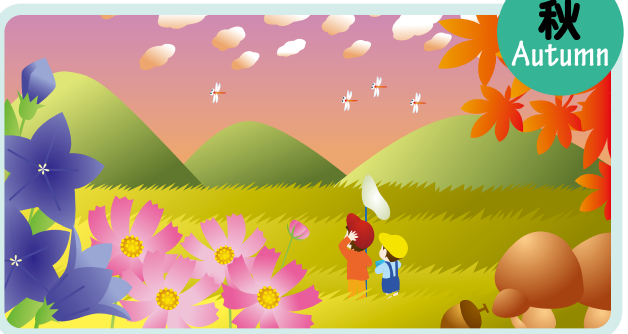
©Ohanashi Note Project 2010

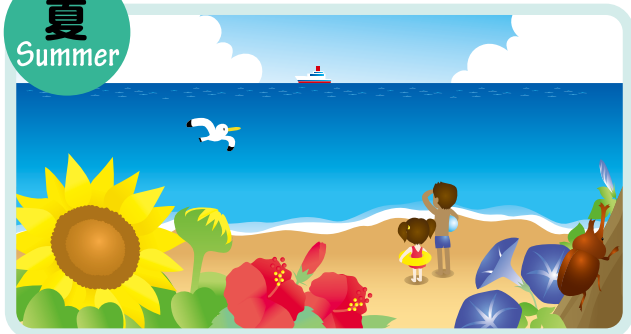


©Ohanashi Note Project 2010

# 季節と月
きせつとつき
Season & Month





©Ohanashi Note Project 2010

# 植物
しょくぶつ

Plants

## 春 Spring

つくし Horsetail

カーネーション Carnation

さつき Azalea

もも Peach bloosom

ふきのとう Butterbur sprout

さくら Cherry blossoms

チューリップ Tulip

もくれん Magnolia

わらび Bracken

ぜんまい Fiddlehead fern

パンジー Pansy

しゃくなげ Alpine rose

ヒヤシンス Hyacinth

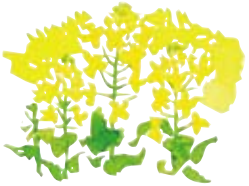
わすれなぐさ Forget-me-not

れんげ Astragalus

しろつめくさ White clover

たんぽぽ Dandelion

すずらん Lily of the valley



なのはな Rape blossoms

つつじ Azalea

やまぶき Japanese kerria

ふくじゅそう Amur adonis

スイートピー Sweet pea

しょうぶ Iris

たけのこ Bamboo shoot

私は〇〇〇が好きです。

I like~.



©Ohanashi Note Project 2010

## 夏 Summer

あさがお
Morning glory

ひまわり
Sun flower

つゆくさ
Dayflower

ハイビスカス
Hibiscus

はす
Lotus bloom

てっせん
Clematis

あじさい
Hydrangea

ふじ
Wisteria

アザミ
Thistle

ささ
Bamboo grass

ばら
Rose

ガーベラ
Gerbera

なでしこ
Dianthus

へちま
Loofah

ひょうたん
Bottle gourd

ランタナ
Lantana

ぼたん
Peony

きょうちくとう
Oleander



## 秋 Autumn

すすき
Silver grass

はぎ
Bush clover

りんどう
Gentian

コスモス
Cosmos

きく
Chrysanthemum

ひがんばな
Red spider lily

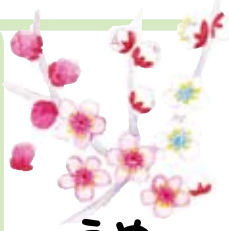
もみじ
Maple

いちょう
Ginkgo

ゆり
Lily

どんぐり
Acorn

## 冬 Winter



うめ
Japanese apricot

ポインセチア
Poinsettia

ひいらぎ
Holly

すいせん
Daffodil

つばき
Camellia

シクラメン
Cyclamen

©Ohanashi Note Project 2010

# 花屋にて
はなやにて
At a florist shop

花束にしてください
Please make a bunch of flowers.

アレンジしてください
Please arrange flowers.

## 用途 Purpose

自宅用 For my home

プレゼント
For a gift

お見舞い用
For get-well

お墓参り
For offering

榊 Sakaki

ご仏前
Before the tablet of the deseased

## 渡す相手 To whom

女性
Female

男性
Male

友だち
Friend

恋人 Lover

家族 Family



## イメージ How looks like

かわいらしく
pretty

落ち着いた感じに
placid

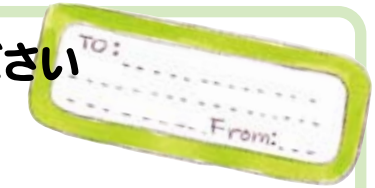
お任せします
as per your sense

豪華に
gorgeous

明るく元気に
bright and vigorous

予算は Budget
円です

配達してください
Please deliver it.




住所 Address

## 年齢 Age

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

## 色味 Color

赤 red　ピンク pink　黄 yellow　オレンジ orange　青 blue　紫 purple　白 white　緑 green

©Ohanashi Note Project 2010

# 園芸店にて
えんげいてんにて
At a garden store

種 Seed

球根 Flower bulb

盆栽 Miniature potted plant

観葉植物 Foliage plant

木 Tree

## 苗 Nursery plant

花 Flower

野菜 Vegetable

ハーブ Herb

サボテン Cactus

除虫剤 Pesticide

剪定ばさみ Pruning shears

植え時 Time to plant

日光 Sunlight

水の与え方 A way to water

鉢・プランター Pot / Planter

スコップ Shovel

肥料 Fertilizer

花・実りの時期 Flower season / Fruitful season

剪定時期 Pruning season

水栽培 Hydroponics

土 Soil



©Ohanashi Note Project 2010

# 動物
どうぶつ
Animals

好き I love ~

苦手 I hate ~

犬 Dog

ねこ Cat

うさぎ Rabbit

ハムスター Hamster

インコ Parakeet

にわとり Chicken

リス Squirrel

ねずみ Mouse

フェレット Ferret

さる Monkey

ぞう Elephant

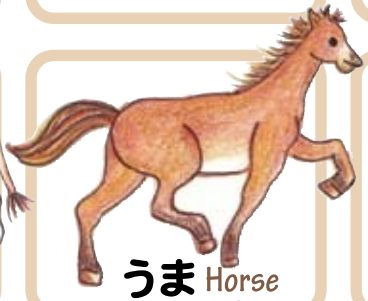
キリン Giraffe

カンガルー Kangaroo

コアラ Koala

パンダ Panda

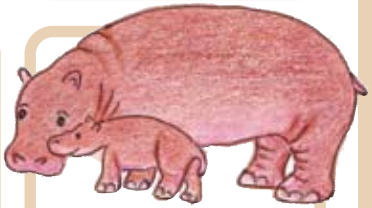
うし Cow, Ox


うま Horse

ぶた Pig

トラ Tiger

ライオン Lion

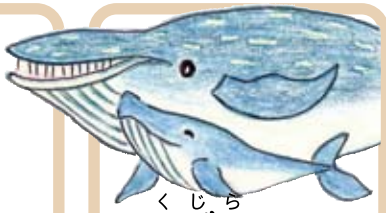

カバ Hippopotamus

くま Bear

白くま Polar bear

ペンギン Penguin

イルカ Dolphin


クジラ Whale



©Ohanashi Note Project 2010

# 爬虫類・虫など

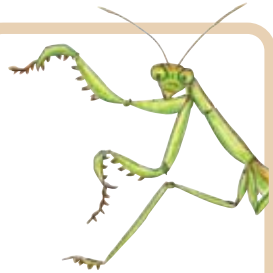
はちゅうるい・むしなど

Reptiles and Insects

好き I love ~

苦手 I hate ~

トンボ Dragonfly

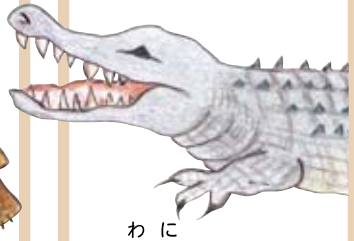


カマキリ Mantis

カタツムリ Snail

ヘビ Snake

カメ Turtle



ワニ Alligator

蝶 Butterfly

バッタ Grasshopper

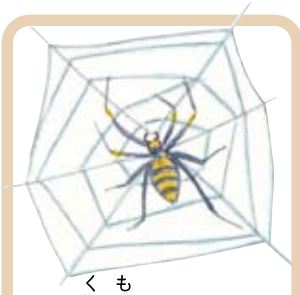
テントウ虫 Ladybird

トカゲ Lizard

ヤモリ Gecko

カエル Frog

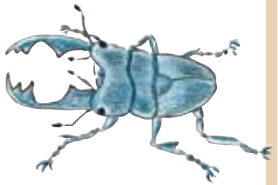
ハチ Hornet



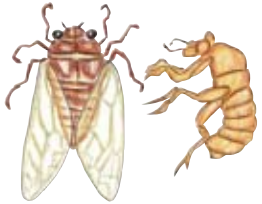
クモ Spider

蚊 Mosquito

カブトムシ Unicorn beetle



クワガタ Stag beetle



セミ Cicada

ゴキブリ Cockroach



©Ohanashi Note Project 2010

# 日本地図
にほんちず
Map of Japan

## ～から来ました
I came from ～

## ～へ行きます
I'll go to ～

## ～は何が有名ですか？
For what is ～ famous?

## ～の出身です
I was born in ～

## ～に行ってみたいです
I want to go to ～

## ～に行ったことがあります
I have been to ～

©Ohanashi Note Project 2010

# 世界地図
せかいちず
Map of the world

**～から来ました**
I came from ~

**～へ行きます**
I'll go to ~

**～は何が有名ですか?**
For what is ~ famous?

**～の出身です**
I was born in ~

**～に行ってみたいです**
I want to go to ~

**～に行ったことがあります**
I have been to ~


©Ohanashi Note Project 2010

**ご自由に
お使い
ください**

ごじゆうに
おつかいください

Please use the pages as you like.



©Ohanashi Note Project 2010

# 『おはなしノート』ぷろじぇくとメンバー紹介

『おはなしのーと』ぷろじぇくとめんばー　Ohanashi Note project member introduction

## イラスト

※(　)内の数字はイラストを担当したページになります。

**池田奈都子** いけだなつこ Natsuko Ikeda
●お願い(25～26) ●着る(69) ●行き先(75～76) ●移動(77～78)
●日本地図(101 ～ 102) ●世界地図(103～104)

**石川直美** いしかわなおみ Naomi Ishikawa
●自己紹介(13～14)

**今井ちひろ** いまいちひろ Chihiro Imai
●食材(45～47) ●アレルギーを起こしやすい食材(48)
●台所(57～58) ●居間(64)

**河童乃湖雀** かっぱのこすずめ Kappanokosuzume
●暮らし(55～56) ●お天気(85～86) ●季節と月 (87～88)

**久保田彩子** くぼたあやこ Ayako Kubota
●数(31) ●お金(32) ●時計(33) ●上下左右(34)
●お風呂(60) ●洗面所(61～62) ●トイレ(63)

**セキ・ウサコ** せき・うさこ Usaco Seki
●あいさつ(19～20) ●気持ち(21～22)
●体(35) ●体の状態(36～38)

**武市りえ** たけいちりえ Rie Takeichi
●病院外来(39) ●病院入院(40) ●自宅(41～42)
●調味料(49) ●調理する(50)

**西山欣子** にしやまきんこ Kinko Nishiyama
●「おはなしノート」の使い方と仕組み(5～12) ●家族・友だちの紹介(15～16) ●よく使う言葉(17～18) ●困っています(23～24)
●食の基本(43～44) ●メニュー(51～52) ●おやつ(53) ●飲み物(54)

**ひよ子** ひよこ Hiyoko
●寝室(59) ●動物(97～98) ●爬虫類・虫など(99～100)

**かねみつふみよ** Fumiyo Kanemitsu
●校内図(79～80) ●学校生活(81～82)
●持ち物・使うもの(83～84)

**杜野碧** もりのみどり Morinomidori
●植物(89～92) ●花屋にて(93～94)
●園芸店にて(95～96)

**山元加津子** やまもとかつこ Katsuko Yamamoto
●着る(70～72) ●おでかけ(73～74)

## 企画・制作

●企画――――山元加津子
●デザイン――――石川直美
●デザイン協力――松本初夏・武井一美・原田恵都子
●翻訳――――アルバ
●編集協力――――三五館
● WEB制作――――横浦玲子

詳しいプロフィールは、「このページをつくった人たち」のページをご参照ください。



©Ohanashi Note Project 2010

# 他人に話したくなる感動実話です！

もし友人が「植物状態」と言われても、
「絶対大丈夫！」と励ましつづけられますか？

著者の宮ぷー(右)と
山元加津子さん(左)。

# 満月をきれいと僕は言えるぞ

GO!⇒GO!⇒ 意思伝達大作戦

宮田俊也・山元加津子 著

A5判変型・並製・240頁 本体1500円＋税

写真やイラスト、全国から届いた感動的なメールなど、情報満載です！

「一生植物状態」と言われた“宮ぷー”と、
「命あるかぎり、人は意思を伝えたい、伝えられる」と信じる山元加津子さん。
そんな二人の2年間に生まれた奇跡！

「2年以上意識がないと思っていた祖父と会話ができた！」(さっちゃん)
「人を信じてもいいなあと思うようになりました」(SATOUさん)
「レッツ・チャット存続の署名活動を知りました。弊社としてはぜひその声に応えたく、存続を決定しました」(パナソニック)

朝日新聞、東京新聞、中日新聞などメルマガでも大反響！

**“宮ぷー”とは？**

2009年2月、突然の脳幹出血で倒れた特別支援学校教諭の宮田俊也さん。「植物状態」になるも、妹や同僚の山元先生らの懸命の励ましによって意思伝達装置「レッツ・チャット」で会話ができるまでに回復。

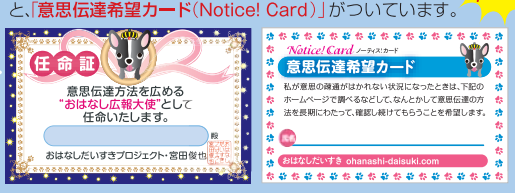
**山元加津子**

愛称かっこちゃん 日本のマザー・テレサと呼ばれ出している文筆・講演なども行なう特別支援学校の先生。

「おはなし広報大使」任命証＆「意思伝達希望カード」

本限定スペシャルバージョン

この本のカバー折り返し部分に「おはなし広報大使」の任命証と、「意思伝達希望カード(Notice! Card)」がついています。




これらのカードを切り取って、名前を書いて、持ち歩いてください。

関連ブログ＆メルマガ

「宮ぷー レッツチャットで、今日もおはなし」
http://ameblo.jp/miyapu-ohanashi/
「宮ぷーこころの架橋ぷろじぇくと」
http://www.mag2.com/m/0001012961.html

詳しいカードの使い方は本＆HPへ！

HPからもダウンロードできます。 Click!
おはなしだいすき 検索
ohanashi-daisuki.com

2010年12月20日発売

三五館 〒160-0002 東京都新宿区坂町21
TEL:03-3226-0035●FAX:03-3226-0170●http://www.sangokan.com

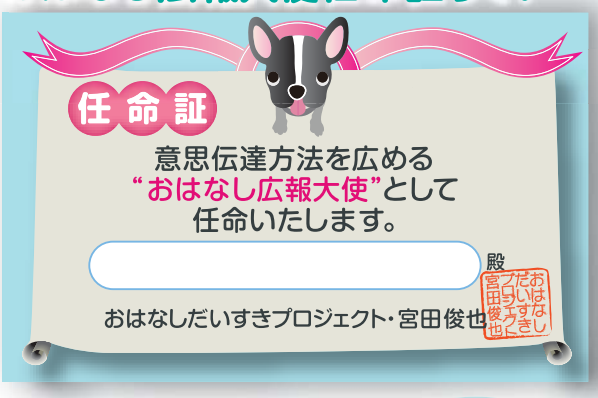
# ノーティス!カード&おはなし広報大使・任命証誕生!

## 自分と、大切な家族のためにも

### ノーティス!カードって?

これらのカードを切り取って、名前を書いて、持ち歩いてください。

### おはなし広報大使任命証って?




もしも突然、病気や事故で意思の疎通がはかれない状態になったとき「意思伝達希望カード(ノーティス!カード)」を持っていることで、あなたのご家族などが、「おはなしだいすき」のホームページを通して、意思伝達のいろいろな方法をさがしていくことができるかもしれません。

おはなし広報大使である証(あかし)です。「おはなし広報大使」に誇りを持って活動していただけるようにつくられました。

### ●おはなし広報大使って?

すべての人が気持ちを持っていて、それを伝えあいたいという大前提のもと、身近なところに気持ちが伝えられない人がいれば、方法はたくさんありますということを伝え、広めていくお仕事をする人です。

### ひまわりのたねのあかねちゃん

ひまわりのたねのあかねちゃんから、ドナーカードみたいに「意思伝達カード」みたいなものがあったらいいなというメールをもらいました。

「意思伝達希望カード」略称・ノーティス!カードとは、私の心がここにあることに気づいて!わかって!という意味です。

宮ぷーは脳幹出血でしたが、交通事故や、他の病気のために、突然、自分の意思が伝えられない状態になったときのことを想像してみてほしいのです。

意思伝達の方法をいくら本人が知っていても、それをまわりの方が知っていなければ、意思伝達の方法や意思伝達装置を用意してはもらえないと思います。「おはなしだいすき」を見た記憶はそのときに必ず役に立ってくれると思うのです。「意思伝達希望カード」はぜひ、そういう意味でいつも持っていていただきたいです。

(『満月をきれいと僕は言えるぞ』より抜粋)

### おはなし広報大使の任命権社・宮ぷー誕生

私ね、またいいこと考えついちゃったのです。

そうだ、任命証のカードの任命権者(!?)のところに、宮ぷーの名前を入れたらどうだろう。レッツ・チャット で毎日気持ちを伝えることで、多くの方に意思伝達装置の存在を教えてくれている宮ぷー。毎日一生懸命生きている宮ぷーはいっぱいいっぱいお仕事をしていますよね。だから、そんな宮ぷーだから、ぴったりと思いました。

(『満月をきれいと僕は言えるぞ』より抜粋)

本限定スペシャルバージョン

本のカバー折り返し部分にも「おはなし広報大使」の任命証と、「意思伝達希望カード(Notice! Card)」がついています。

三五館
TEL:03-3226-0035
FAX:03-3226-0170

**宮田俊也(愛称宮ぷー)**
2009年2月、突然の脳幹出血で倒れた特別支援学校教諭の宮田俊也さん。「植物状態」になるも、妹や同僚のかっこちゃんらの懸命の励ましによって意思伝達装置「レッツ・チャット」で会話ができるまでに回復。

**山元加津子(愛称かっこちゃん)**
日本のマザー・テレサと呼ばれ出している文筆・講演なども行なう特別支援学校の先生。

任命証とノーティス!カードは「おはなしだいすき」ホームページから自由にダウンロードして使っていただくことができます。

HPからもダウンロードできます。 Click!
おはなしだいすき 検索
ohanashi-daisuki.com

関連ブログ&メルマガ
「宮ぷー レッツチャットで、今日もおはなし」
http://ameblo.jp/miyapu-ohanashi/
宮ぷーこころの架橋ぷろじぇくと
http://www.mag2.com/m/0001012961.html

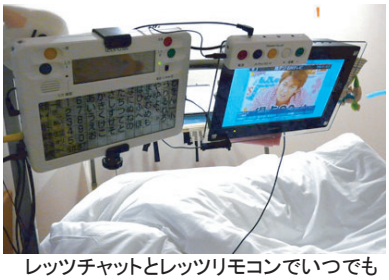
©ohanashi daisuki project 2010

# 「あなたに気持ちを伝えたいよ」

僕は特別支援学校教員の宮田俊也といいます。2009年2月、脳幹出血で倒れました。主治医の先生は脳幹出血によりもたらされる深刻な結果を、ありのままに同僚のかっこちゃんこと山元加津子さんに伝えました。

「先生、でも大丈夫です」かっこちゃんは主治医の先生になぜか、そう答えたそうです。

病院のスタッフの皆さんや周りの人のおかげで、僕は回復してきました。それでも意識が戻ることはないと言われていました。しかし、かっこちゃんは僕に意識があることを信じて、二人で意思伝達の方法を模索する日々が続きました。そして意思伝達装置やスイッチの工夫などによって今では伝えたいことを伝えられる術を得ました。



レッツチャットとレッツリモコンでいつでも自由にテレビが見れるようになりました！

そもそも人見知りで、他人と話をすることが得意ではなかったのですが、コミュニケーションの手段を失うことの恐ろしさを身をもって体験しました。意識があるのに、言葉を発することのできない僕はまるで透明人間で身体の位置などの不具合を訴えたくても訴えられません。それ以上に自分自身がここにいるという存在を気付いてもらえないこと、他人に分かってもらえないことの孤独感と絶望感は相当なものでした。

首上げリハビリ中です！

今の僕の目標は、自在に動く身体に戻ることです。かっこちゃんの鬼のリハビリ(笑)のおかげで、日々元の身体を取り戻すための道を歩み続けています。

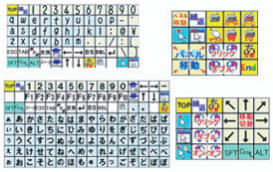
様々な経験とリハビリを通じて痛感したことは、自分が何を感じ、何を考えているかが、相手に「伝わる」ということの大切さです。コミュニケーションがもうとれない、と思われている方でも、もしかしたら意識はあるかもしれません。どうぞ皆さん、ご家族や友人・知人の方で、意思の疎通ができないと思われている方がいらっしゃいましたら、語りかけてみてください。そして、もし気持ちが通じたら、あらゆる方法で意思をくみ取って下さい。

僕の願いは、様々な方法や意思伝達装置によって一人でも多くの方に気持ちが通じあう日常が送れるようになることです。僕も、そのために日々活動してまいりますので応援をよろしくお願いします。

平成22年8月　宮田俊也

**伝の心（でんのしん）**
日立ケーイーシステムズ
http://www.hke.jp/products/dennosin/denindex.htm

**レッツチャット**
取扱：パシフィクサプライ㈱
http://www.p-supply.co.jp/comaid/letschat/index.html



**ハーティーラダー**
無料でダウンロードできるソフトです。
http://takaki.la.coocan.jp/hearty/

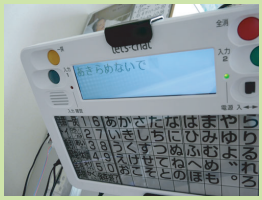
## かっこちゃんのお友達からのメール

かっこちゃん、ありがとうございます。義妹と今朝は時間をあわせて、おじいちゃんのところに行きました。まず、かっこちゃんが言っていたように、「じいちゃん、私たちね、じいちゃんが何でもわかってるって思っていて、だから、今日からね、二人でおじいちゃんと話す方法を見つけることにしたよ。じいちゃんと三人でじいちゃんの気持ちを知る方法を探していこう、あきらめないで探していこう」と言ったら、かっこちゃん、おじいちゃんが、涙を流したの。かっこちゃん、おじいちゃんは全部分かってたよ。全部。みんな聞いてた。待ってたんだよ。待ってたんだね。それで、瞬きができることがわかりました。目が時々瞬きするので、今までしていても気がつきませんでした。「おじいちゃんわかったらまばたきして」と言ったらしてくれて、「一回して」と言ったら一回、「二回して」と言ったら二回できました。義妹と私は「すごい」「すごい」と泣きながら喜んで、じいちゃんを見たらじいちゃんも、表情は変えないのだけど涙を流していました。

（宮ぷーこころの架け橋ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄﾒﾙﾏｶﾞより抜粋）

**ブログやメルマガで日々を綴っています、どうぞ応援よろしくお願いします。**

「宮ぷー」こと宮田俊也の一言ブログ
**「宮ぷー、レッツチャットで、今日もお話」**

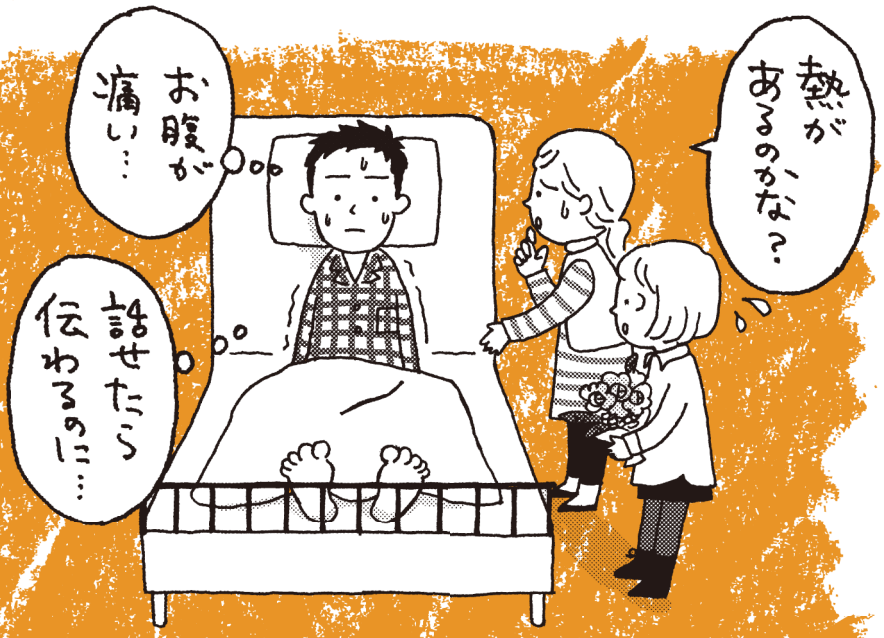


かっこちゃんが綴る宮ぷー日記
**「宮ぷーこころの架け橋プロジェクト」**

「おはなしノート」を紹介するページ
**「おはなしだいすき」**
**～あなたの想いが知りたいです～**

http://ohanashi-daisuki.com

# 気持ちを伝える方法はたくさんあります




**あなたのお近くに、
お話ができないでいる
たいせつな人はいませんか？**

## あいうえお表

あいうえおの透明文字盤を使って、話し手の視線から気持ちを伝えあいます。

## レッツ・チャット

起動が早く、パソコンより操作が簡単です。スイッチで、使う人の声となります。

## トーキングエイド

話すことは難しくても、手で入力出来る人に。壊れにくいのも大きな魅力です。

## 伝の心（でんのしん）

パソコン操作が得意な人に。インターネットやメールも出来て機能がいっぱい。

## おはなしノート

イラストを、指したり指してもらって、選ぶことで、気持ちを伝えられます。

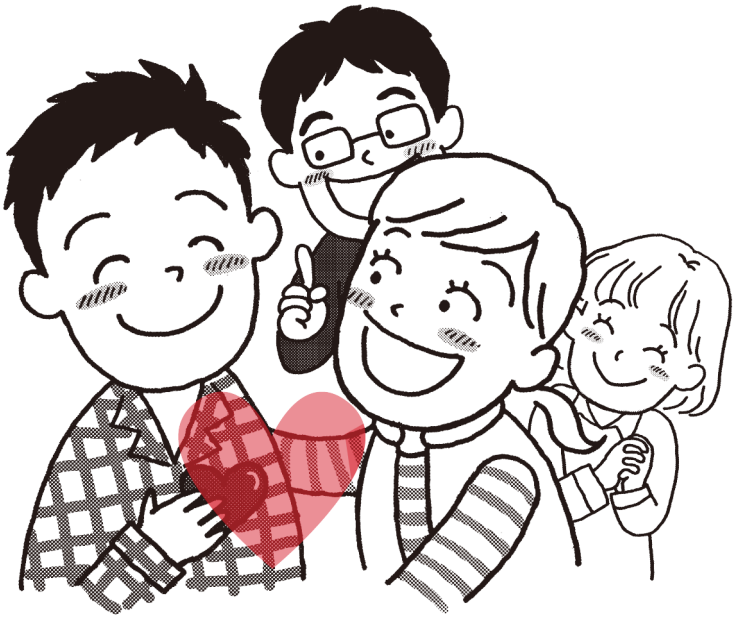
可愛いイラストがいっぱい！

詳しくはホームページに掲載しています。

Check!

**http://ohanashi-daisuki.com**
おはなし-だいすき-こむ

意思伝達装置のほか、介助のこと、リハビリのことなど、お役立ち情報を少しずつアップして行きますので皆さんチェックして下さいね！



「おはなしだいすき」「おはなしノート」は
このメルマガから生まれました

## メルマガ登録をお願いします!!

宮ぷーこころの架橋ぷろじぇくと
**http://www.mag2.com/m/0001012961.html**

脳幹出血で倒れ、これまでの医学の常識では再起不能と思われていた宮ぷーの病院での毎日を、親友の山元加津子さん（かっこちゃん）が綴った日記からその一部を星野ひとつさんが配信しています。宮ぷーの必死な頑張り、温かい周囲の方々のことをはじめ、22 年間話せなかったおじいちゃんの嬉しいお話、結婚式直前でクモ膜下出血で倒れ婚約者と別れて生きることを選択した後、再び彼女に連絡をすることを決めたてつやさんのお話（さてそれから二人はどうしたでしょう?）など、素敵なお話がいっぱいあり、ここから新しい交流も生まれています。

山元加津子さんのこと＊特別支援学校の教員で作家。著書に「宇宙は、今日も私を愛してくれる」（三五館）など、多数。

気持ちが伝わる・楽しく伝える

# おはなしノート

**おはなしノートは「おはなしだいすき」のページから**
**カンタンに『無料』でダウンロードできます。**

おはなしノート　検索　CLICK
http://ohanashi-daisuki.com/

**おはなしノートは**
**プリントアウトして使ってね！**

## おはなしノートの使い方

ノートの中のイラストを指さしながら、相手に気持ちを伝えたり、相手の気持ちをくみ取ったりして使います。

## こんな時に使ってほしい！

- 文字を読むことや話すことが難しい方と
- 聴力に障がいのある方と
- 自閉症などの障がいで、言葉より絵が得意な方と
- 小さなお子さんと
- 日本語での会話が難しい方と
  ＊海外旅行先などでも使えます。

## おはなしノートを使った方のお話

僕は美容院を経営しています。時々、タイやマレーシアやブラジルの女性の方が来店くださいます。皆さん少しずつ日本語を覚えていかれますが、僕たちも日常的な会話を他の日本の方としているようにはいきません。ぜひ、このノートを使おうと思っていたら、今日早速ブラジルの女性がお見えになりました。おはなしノートってすごいですよ。食べ物の話、彼女の家族の話。今まで分かりあえなかったことが話せるってすごいですね。どんどん会話が面白くなっていく。かっこちゃんがよく書いているでしょ。大好きになったり分かりあうと特別の人になっていく。その女性は僕たちにとって、お話ができたことで特別な女性になって「風邪引かないでね」というようなことを気遣ってあげられる。おはなしノート、もちろん広めます。今度、美容院の研修会があります。持っていきますね。

家に自閉症の子供がいます。自閉症のシンボリックなコミュニケーションノートを使っていました。けれど表情も背景も、それに気を取られないようにということで、シンプルなものになりすぎていて、面白味がないんです。おはなしノートはどうかなと思い、使ったところ使えました。シンボリックなだけでなくて成長したということなのか、それとも以前からおはなしノートがあれば使えたのかわかりませんが、自由に作れるページがいいですね。お母さん方に見せます。

僕は17歳です。本当なら高校生ですが、小学5年生の時にたいした理由もなく学校へ行けなくなりました。講演会でかっこちゃんに出会ってから、障害のある方と友達になりたいと思い、ボランティアで働ける授産所をに通い出して丁度1ヶ月になります。そこに僕よりも4つ年上で自閉症の慶さんという方がいます。僕は慶さんと話したいという気持ちから、おはなしノートを印刷して授産所へ持って行きました。慶さんは、おはなしノートがとても気に入ってくれました。驚いたことに、慶さんはカードを使って英語を話していました。食べ物のページの絵を指さして、英語を読むのです。なぜ日本語でなくて英語なのかはわかりません。その絵を指さして僕にも英語を発音しろと言います。発音すると慶さんは僕のまねをします。おはなしノートの本来の使い方とは違うかもしれませんが、僕と慶さんの間に結びつきができました。職員さんにはできることなら、アルバイトとして来てもらえないかと言っていただきました。ずっと引きこもっていた僕に何かが起きて、未来への階段を一つだけですが上ったこと、かっこちゃんにお話します。

## もっと、気持ちは通じ合えるよ

毎日、私たちは当たり前のように気持ちを伝え合っています。

でも世界中には気持ちを伝えることが当たり前じゃない方々が本当にたくさんいらっしゃいます。

世界中のすべての『気持ちを伝えたい人』が自由に気持ちを伝えられるようにしたい。

しかも、気持ちを伝えるってことは、当たり前のことなんだから、無料でそういうことができるものがあってもいい。

そんな思いから、みんなのボランティアで「おはなしノート」を作ることができました。

どうか皆さん、たくさん使って、たくさんいろんなアイデアや使い心地をメールで教えてください。

ohanashidaisuki@gmail.com

そして、このノートがもっとたくさんの人のこころの架け橋となるように、ご協力お願いします。

特別支援学校教諭
山元加津子

ツイッターやっています。
よかったらフォローしてくださいね。

twitter
山元加津子
kakko_y

【おねがい】このノートはみんなが気持ちを伝えられるようになるために制作されました。なお、印刷物・Webサイトなどでご使用になりたい場合は、下記までご相談ください。（ohanashidaisuki@gmail.com）

© Ohanashi Note Project 2010