

伝わる・つながる

# やさしい日本語

～“思いやり”のコミュニケーションツール～

活用事例集②



公益財団法人  
東京都つながり創生財団  
Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

# やさしい日本語ってどんなもの？



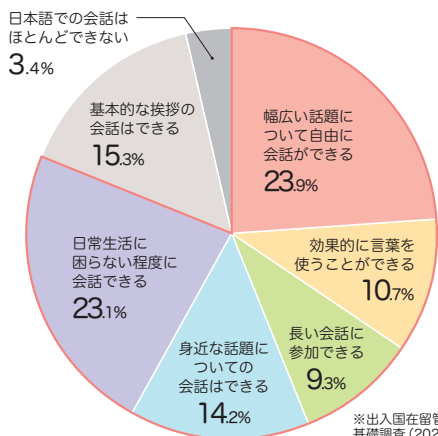
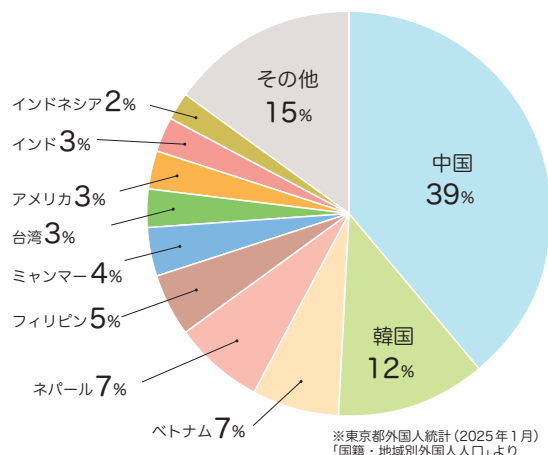
**例** 土足厳禁 .....> 靴を脱いでください。  
地震です。高台に避難してください。.....> 地震です。高い所に逃げてください。

文法・言葉のレベルや文章の長さに配慮し、わかりやすくした日本語のことです。1995年の阪神・淡路大震災の際、地震発生時の緊急速報や避難指示を理解できずに多くの外国人が被災しました。それをきっかけに、外国人にも迅速に正しい情報を伝えるための手段として、やさしい日本語の取り組みは始まりました。



## どうしてやさしい日本語が必要なの？

東京に住む外国人は、この10年で**41.7万人(2015) → 72.1万人(2025) に！**特に外国人住民比率の高い23区の一部の自治体では、既に10人に1人が外国人となっています。さらに**出身国・地域は約190**にも及び、**多言語対応にも限界**があるのです。



「外国人＝英語」というイメージがある方もいるかもしれませんが、**日本に住む外国人の約8割は日本語で会話できる**(「基本的な挨拶の会話はできる」は除く)といえます。

# やさしい日本語のポイント



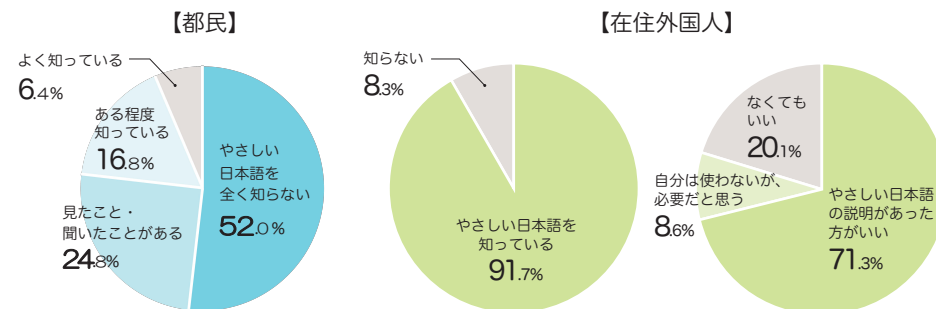
「**優しい(kind)気持ち**」と、「**易しい(easy)伝え方**」が大切です！

- 一文で伝えたいことはひとつにして、文章を短くする
- 漢語や敬語は、簡単な表現にする
- 伝えたいことは**はっきり**伝える(曖昧にしない)
- 写真やイラスト、ジェスチャーなど**視覚的な補助**を使う
- 話すときは、ゆっくりと相手の理解を確認しながら話す
- 書くときは、漢字に**フリガナ**をつけ、**分かち書き**をする



## みんなやさしい日本語を知ってるの？

東京都つながり創生財団の調査(2025年)では、**日本人の約5割が「知らない」と**答えた一方で、**外国人の約9割は「知っている」と**回答。また外国人の約8割が、やさしい日本語での説明は「あった方がいい・必要だと思う」と感じていることが明らかになりました。



## やさしい日本語はみんなに“やさしい”コミュニケーション



もともとは**外国人**向けに始まったやさしい日本語ですが、そのコミュニケーションのポイントを意識することで**子ども**や**お年寄り**、**障害をもつ方**など、多くの人にとって“やさしい”コミュニケーションになります。

またやさしい日本語の活用は「**防災**」の分野から始まりましたが、現在では「行政からの発信」「医療」「教育」「文化」など、さまざまな場に広がっています。

## やさしい日本語で、外国人住民と共に広げる防災の輪

地域の防災力向上を目指す東京都中野区では、外国人住民への防災啓発にやさしい日本語を活用しています。やさしい日本語の研修や広報物の作成などに、中野区国際交流協会（ANIC）が全面的に協力。外国人のための防災訓練で、やさしい日本語の台本を作って説明を行ったり、防災フェアのチラシをやさしい日本語とイラストを使って作成したりと、さまざまな取り組みを実施しています。

文字が多く、外国人にはわかりづらい内容だった中野区の防災地図も、新しくやさしい日本語版を作成。地震が起きたときにまず何をするか、何に気をつけるべきかを、地震になじみのない人にもわかりやすく伝えることを意識しました。



やさしい日本語版「中野の防災」

外国人防災リーダー養成の取り組みもスタート。今後もやさしい日本語を活用しながら、外国人はもちろん、小さな子どもからお年寄りまで、より幅広く防災について伝えていきたいと考えているそうです。



「外国人防災リーダー講座」の様子

## やさしい日本語で、急増・多様化する外国人住民も安心して暮らせるまちに

外国人住民の割合が12%を超え、東京23区で2番目に高い比率となっている東京都豊島区（2025年1月現在）。多国籍化も進んでいることからやさしい日本語の活用を始め、区の基本計画にも情報発信におけるやさしい日本語の活用が盛り込まれています。

2020年度から始めた職員向けの研修に加え、2022年度からは職員向けのeラーニングでもやさしい日本語を紹介。「わかりやすい日本語であれば、外国人とコミュニケーションが取れる」という気づきが庁内で広がっているほか、各課でチラシや冊子づくりにやさしい日本語を活用する事例が出てきているそうです。



職員向けのeラーニング「豊島区の外国人の状況（一部抜粋）」

子育て支援課で制作に取り組んだ、『豊島区子育てスタートガイドブック』のやさしい日本語版もそのひとつ。日本の出産・子育ての情報を分かりやすく伝えるガイドブックは、地域で外国人の親子をサポートしている人たちなどから好評を得ています。



豊島区子育てスタートガイドブック（一部抜粋）



## 日本人・外国人市民がやさしい日本語で 交流しながら作成した、まちの防災ガイド



泉大津市 外国人のためのやさしい日本語防災ガイド

大阪府泉大津市の泉大津国際交流協会が2024年に発行した『外国人のためのやさしい日本語防災ガイド』は、外国人市民と日本人市民が一緒に作った新しい防災ガイドです。

「外国人にもわかりやすく読んでもらえるガイドを」と考えた協会では、全4回の連続ワークショップを企画。日本語学校の学生と市民ボランティア、それぞれ約10名がやさしい日本語で話し合いながら、外国人向け防災ガイドの制作に取り組みました。

各国での災害の体験を共有し合うなど、災害を自分事として捉えてもらう工夫をしながら、既存の外国人用防災ガイドを参考に載せたい内容を検討。掲載内容のやさしい日本語化にあたっては、日本人参加

者が外国人参加者に言葉の説明をして、一緒に適切な表現を見つけていきました。

こうして当事者である外国人と一緒に完成させた防災ガイドは、市民からも「わかりやすい」と好評を得ているそうです。



ワークショップで、新しく作る防災ガイドに掲載するトピックを話し合っている様子

## 多様なルーツの子どもたちが安心して学べるよう、 学校現場でのやさしい日本語活用を支援

外国にルーツのある子どもの多い静岡県浜松市では、学校現場での「やさしい日本語」の活用が進められています。常葉大学の坂本教授は、長年の日本語教育の経験をもとに、浜松市教育委員会と協力して『学校版やさしい日本語の手引き』を作成しました。外国人児童生徒の保護者向け文書の作成支援と、教員が「やさしい日本語」を学ぶための教材という二つの役割を持つ『手引き』は、浜松市の小中学校の教員であれば誰でも利用できるオンライン環境に保存されています。

成績（小学校）		
英語	普通の日本語	やさしい日本語
“How many?”の学習では、1から20までの数の言い方を知ることができました。友達やALTと積極的に交流を図ることができました。	“How many?”の学習では、1から20までの数の言い方を知ることができました。友達やALTと積極的に交流を図ることができました。	“How many?”の勉強では、1から20までの数の言いかたを知ることができました。友達やALTと外国人の英語の先生と自分からたくさん話すことができました。
「いろいろなものを数えよう」の学習では、繰り返し発音する活動を通して数字での英語表現に慣れ親しんだ。また、いろいろな国の数の数え方の違いに気付いた。	「いろいろなものを数えよう」の学習では、繰り返し発音する活動を通して数字での英語表現に慣れ親しんだ。また、いろいろな国の数の数え方の違いに気付いた。	外国語の勉強では、たくさん発音の練習をして、数字（1、2……10など）の言いかたに慣れた。それから、国がちがうと、数えかたもちがうことが分かった。

『学校版やさしい日本語の手引き』一部抜粋

さらに、市内小中学校を巡回しての研修会も実施。『手引き』を使って言い換えるワークなど実践的に「やさしい日本語」を学ぶ機会を提供し、参加者から「普段の言葉遣いがわかりづらいと気づいた」といった声が寄せられているそうです。学校の枠を超えた研修会・勉強会や、小中学校の先生方とのさらなる連携など、学校現場での活用促進に向けた取り組みは、今後も続いていきます。

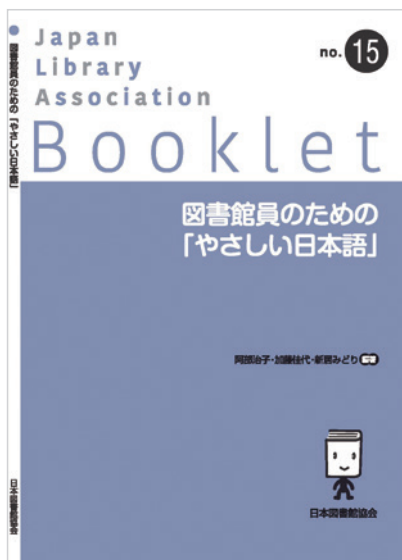


浜松市の公立小中学校教職員を対象とした、やさしい日本語研修会の様子



## 一人からでも始められる、住民一人ひとりを尊重した、やさしい図書館づくり

図書館における「ことばと心のバリアフリー」を目指し、やさしい日本語の活用が広がっています。日本図書館協会が2023年に刊行した『図書館員のための「やさしい日本語」』は、増加・



日本図書館協会から発行した『図書館員のための「やさしい日本語」』

多様化する外国人利用者への対応に向けた実践的な内容で、大きな注目を集めました。

「あなた一人からでも始められる」をコンセプトに、やさしい日本語化に取り組む際のノウハウを紹介。さらに、地域の図書館で研修プログラムを行い、その様子を実践例として掲載しました。書籍の出版後には、やさしい日本語に関する相談や研修の依頼が寄せられ、関心の高まりを実感したそうです。

カウンターまわりのやさしい日本語化を進めた図書館では、日本人も迷いにくくなるという相乗効果があったとか。誰でも足を運びやすく、地域につながる身近な場となる図書館。そこでのやさしい日本語の活用は、共生社会の実現に向けた一歩となります。



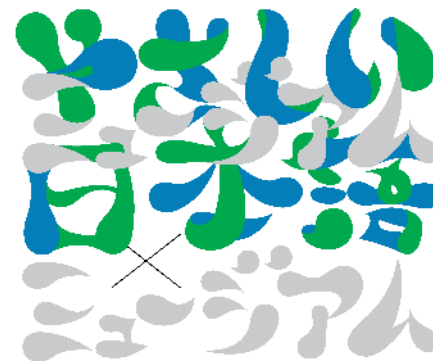
豊島区立図書館内でのやさしい日本語活用の様子



## アートとやさしい日本語を介して、すべての人がつながれるミュージアムに

岡山県立美術館では、アートを介して多様な人たちが地域や社会とつながる場となることを目指して、さまざまな取り組みを行っています。わかりやすい日本語と写真で美術館を案内する“ミュージアムの使い方「あいうえお」”を制作する中で出会ったやさしい日本語の活用もそのひとつです。

2024年の夏には、岡山県立美術館、林原美術館、夢二郷土美術館の3館合同で、「やさしい日本語 × ミュージアム」プログラムを実施。



やさしい日本語の普及を願い、「やさしい日本語ロゴ」を制作  
(グラフィックデザイナー桑田知明氏作成)

各館の展示室にやさしい日本語の解説を加えたほか、岡山県立図書館でやさしい日本語に関する書籍の紹介を行いました。また、やさしい日本語がさまざまな場所や形で広がることを願って、やさしい日本語のロゴも制作。海外にルーツを持つ人たちや子ども連れの来館者からも反響があり、やさしい日本語が美術館のアクセシビリティを高めるツールの一つになり得ることを実感したそうです。



各美術館で制作した、やさしい日本語の解説キャプション



美術館の説明や利用方法についてまとめた案内書「岡山県立美術館の「あいうえお」」



## やさしい日本語を使った演劇ワークショップで 進める、地域の多文化共生



兵庫県立ピッコロ劇団は、地域に暮らす外国人と日本人の交流や相互理解を深めることを目的とした、「ワークショップにほんごであそぼう！」を実施しています。

県内の文化施設、国際交流協会と協力して開催しているこのワークショップには、多様な年齢・国籍の人が参加します。そのため、日本語の習熟度による差を意識させないよう、まずは言葉を使わない遊びからスタート。ひらがなや身体を使ったワークを楽しんだ後、グループでのシーン発表を行います。宗教や文化の違いにも配慮しつつ、参加者同士が楽しく・自然に交流できることを大切に、メニューを作っているそうです。

外国人参加者から「職場と家を行き来するだけだったのが、地域の人と繋がることができた」といった喜びの声が寄せられるなど、ワークショップを通じて地域住民同士のコミュニケーションが生まれています。



「ワークショップにほんごであそぼう！」の実際の様子。  
様々な年代・国籍の方が参加



兵庫県立の劇団がある  
ピッコロシアター

## やさしい日本語で、 誰もが安心して利用できる病院へ

岡山県の倉敷中央病院では、やさしい日本語を外国人患者の対応などに活用しています。

やさしい日本語の推進に取り組んでいるのは、多様な言語や文化的背景を持つ患者と接する職員を支援するために発足した、多文化共生支援ラボのメンバーです。外国人患者の急増を受けて、2020年に院内でアンケートを実施したところ、各診療科において日本語も英語も苦手な外国人患者の対応に困っていることが分かったため、やさしい日本語のワークショップを開始しました。



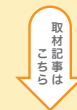
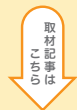
なるべく少人数かつ実践形式で  
ワークショップを実施している

まずは、外国人患者数の多い産婦人科の助産師を対象とし、その後、さまざまな職種へと対象を拡大。忙しい医療職に向けて短時間のワークショップを開催するなどの工夫もしています。

地道な取り組みを続けたことで、院内でのやさしい日本語の認知度が12%（2020年）から50%（2024年）までアップし、やさしい日本語を活用する職員も増え、外国人への対応のハードルが低くなってきているそうです。



ウェブサイトにも、やさしい日本語の「外国人患者さんの受診」ページがある



誰もが自分らしく働けるよう、  
ユーザーをやさしい日本語でサポート



やさしい日本語版「SmartHR」ホーム画面

株式会社SmartHRでは、雇用契約や年末調整などの手続きをオンライン上で行えるクラウド人事労務ソフト『SmartHR』に、やさしい日本語への切り替え機能を実装しています。導入に取り組んだのは、アクセシビリティの担当部署。誰もが使いやすいサービスを追求する中で、外国人や障害のある人などにとって、やさしい日本語が有効と考えたそうです。

お客様向けマニュアルのやさしい日本語化に取り組みながら社内での認知と理解を広げ、まずはホーム画面でやさしい日本語切り替え機能の提供を開始しました。その後、構想から約1年という短期間で、専門用語の多い年末調整機能への実装を実現。ユーザー企業の外国人や障害のある従業員から、「前より使いやすい」「一度使えば1人でもできるかも」といった反応を得たことから、現在は、ログイン画面から入社手続き、勤怠管理などやさしい日本語の対象範囲をさらに拡大しています。



やさしい日本語版「SmartHR」  
年末調整ページ



目指せ！伝わる情報発信  
やさしい日本語の  
チラシを作ってみよう

東京都つながり創生財団が2025年に実施した、在住外国人への情報伝達に関する調査では、8割弱の外国人がチラシや手紙を「やさしい日本語で読みたい」と答えています。やさしい日本語でチラシを作成する際には、伝えたい内容を整理することに加え、デザインやレイアウトの工夫も欠かせません。

外国人の皆さんに教えてもらった  
「わかりやすいチラシ」のポイントをまとめました！

● 情報の優先順位をつける

● 外国人のためのなどと表記する

● 文章を短くする

● 分かち書きにする

● 漢字にふりがなをふる

● 行間をあける

● 地図や詳細ページのQRをつける

かもめ市 Kamome City Disaster prevention training for foreign residents

がい こく じん ぼう さい くん れん  
**外国人のための防災訓練**

にほん じしん おお じしん  
日本は、地震が多いです。地震のとき、どうしたらいいか知っていますか。  
じしん き ねんしゅう ぜんか ぶらう えん  
地震が来たときのための練習をします。参加は、無料(0円)です。  
There are many earthquakes in Japan. What should we do in the event of an emergency?  
Let's practice and get ready to act. Participation is **free**.

**日時 (いつ)** 2022年9月12日(日曜日) 10時から 12時  
**場所 (どこで)** さくら 防災 センター (かもめ市 さくら町 1-1-1)  
**お金 (いくら)** 無料 (0円)

**内容 (何をしますか)**

- じしん たいけん 地震の体験
- けいりょう 煙の体験
- ぼうさいようひん 防災用品の紹介
- たきだし (避難所の食事) 炊き出し(避難所の食事)

**申し込み方法**  
もう 右の QR から 申し込みください。

**わからないとき**  
00-0000-0000  
月曜日から 金曜日 9時から 17時

● 要所に英語を併記する

● 大事な箇所は目立たせる

● 日時・場所に見出しをつける

● イラスト・写真で補足する

● 問い合わせ先を書く



載せる情報は  
大事なことに絞ろう！

もっと知りたい人は  
こちらから




## まだまだあります！やさしい日本語の活用事例



外国から日本に来て子育てする  
保護者のために日本の学校を  
わかりやすく説明した本

認定NPO法人 キッズドア




やさしい日本語とイラストで  
紹介する鑑賞マナーガイド  
練馬文化センター  
(公益財団法人練馬区文化振興協会)




福祉保健サービスを利用されている方の  
苦情相談窓口をわかりやすく案内

横浜市




ごみ・病院・防災などの生活情報について、  
やさしい日本語で説明した動画

江東区




LINEを活用して、  
区の生活情報やイベント紹介などを  
やさしい日本語で配信

品川区




日本で安心・安全に過ごすための  
情報をやさしい日本語で発信

警視庁国際犯罪対策課



やさしい日本語の施設案内  
パンフレット

東京都写真美術館



薬局・ドラッグストアで、  
やさしい日本語を使って  
対応するコツがわかる動画  
やさしい日本語を広める会

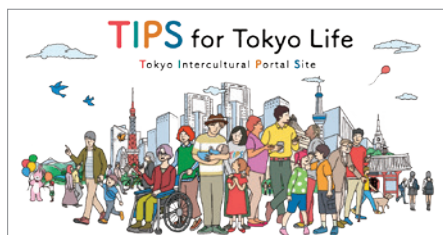


# 東京都つながり創生財団のコンテンツ

## TIPS (東京都多文化共生ポータルサイト)

### やさしい日本語コーナー

やさしい日本語の活用事例や役立つツールのほか、財団が実施する研修やイベントの情報も掲載しています。



## やさしい日本語ポイント動画

伝わる・つながる やさしい日本語  
～外国人にやさしく伝えるためのポイント～

やさしく伝えるためのポイントをまとめた動画と、生活に身近な19の場面の会話の動画から、やさしい日本語で話すコツを学ぶことができます。



## やさしい日本語 用語集・イラスト集

やさしい日本語のお知らせやチラシを作るとき等に役立つ用語とイラストをまとめました。



## やさしい日本語 調査報告書

財団が実施した、やさしい日本語に関する調査の報告書を掲載しています。



## やさしい日本語の書き換えに役立つツール

### リーディング・チュウ太



入力した文章で使われている語彙、漢字、文法などが、わかりやすいかどうかを判定してくれます。

### やさになちチェッカー

