

【目次(もくじ) Table of Contents/目录】

①文字起こし(もじおこし)と解説 Transcript 文字记录与内容理解

②漢字の読み・語彙 Kanji·Vocabulary/日语汉字

③英語訳と中国語訳

The English translation is available on You Tube. You can choose from subtitles.
YouTube 上有中文翻译, 并有字幕可供选择。



①文字起こし(もじおこし) Transcripts 文字记录

◎話すときに省かれた言葉を、()で付け加えました。

主語(「～は」)も付け加えましたが、日本語では言わないことが多いです。

◎ **あと(=また)** ←この表示は: 話すときは「あと」と言いました。

しかし、書くときや、フォーマルな話し言葉では、使わず、「また」と書きます。

◎Words omitted when speaking are added in (parentheses).

The subject (“～は”) was also added, but is not often said in Japanese.

◎ AAA (= BBB) ← This means, I said “AAA” when speaking, but when writing or in formal spoken language, we don’t write “AAA” but write “BBB”.

◎说话时省略的词语加在(括号)内。主语(“～は”)也被加上, 但在日语中并不常说。

◎ AAA (= BBB) ← 意思是, 我在说话时说“AAA”, 但在写作或正式口语中, 我们不写“AAA”, 而是写“BBB”。

皆さんおはようございます。

Hi, everyone! 大家好, 我是真理。

皆さん、私は真理です。日本語の先生をしています。

あと、英語と中国語も勉強しています。

皆さん、今日も日本語(を)、楽しんでますか？

一緒に日本語をたくさん聞いて、日本語ができるようになっていきましょう。

さあ、このライブですけれども、(私は)毎朝日本時間の朝 7 時半頃からやろうと決めました。

ここに書いてある通り、だいたい毎日ということでやろうと思ったんですけれども、

今日ね、早速ちょっと失敗してしまいました。

朝、私はいつも 4 時半に起きて(い)るんです。

でも、それは、**なんで(なぜ)かって(=と)**いうと、夫が朝 5 時半に出かけて行くんです。

で(=そして)、その時に持って行ってもらうお弁当(を)毎朝作ってるんですね。

お弁当、ランチボックスですね。はい。

でも今日は夫が 5 時半ではなくて、7 時半に出て行くよーって言ってたんですね。

そしたら、ちょっと**気が抜けて★**。気が抜けて**って(=と)**というのは、何だろう？

意識が低くなって。

気が抜けて**って(=とは)**、(説明するのが)難しいですよ。

元気の気ですね。

★気が抜ける=Losing mental tension and motivation and becoming absent-minded. 失去精神紧张和动力, 变得暗淡无光。

はい

気が抜けてリラックスしすぎてしまって、寝坊してしまったということなんですね。

寝坊というのは、決まった時間に起きることができずに、遅れて起きてしまったことを寝坊といえます。

でも実は 4 時には 1 回目が覚めたんですよ。

でもまだ早いからもう 1 回寝ました。1 回、目が覚めて。

でも、まだいっか(いいか)と思って、**(=朝早いから、まだ起きなくてもいいかと思って)**

もう 1 回寝ること。

これを日本語で二度寝と言います。

二度寝ること、2 回寝ることなので、二度寝と言います。

なので、私は、

まとめると、今日は 4 時に 1 回起きて二度寝をして、そして、起きたのが 7 時過ぎという

ことで、**そっから(=そこから)**バタバタと**★**朝ごはんを食べて、

今 7 時 47 分になってしまいました。少し遅れました。

★バタバタと=いそがしく動き回っている様子 Being busy moving around
忙着走来走去。

はい、でもね。

日本語の勉強もそうですけれども、毎日ね、やると決めたら、ほんの少しでもいいから、やること、これが大事だと思います。

いいんです。ちょっとぐらいできなくても。ね。

ちょっとぐらい。あの、できなくてもいいので、でもちょっとはやる。

ほんの 1 分でもいいからやる、というのが本当に、その、大事だし、その積み重ねでね。

その積み重ねが、未来ができていく。

→より自然な日本語は、「その積み重ねで、未来ができていく。」

未来の自分になっていくということなので。

なので、ちょっとでもいいからね。毎日日本語を聞いてみましょう。

私の話し方、少し速いですか？どうですか？

速いなあと思う方は、YouTube の、この、後で録画をね、見ることもできるので、録画の設定を、この、速さの設定を遅くすることができます。

遅くして聞いてみてください。

で、あと、また transcript 日本語でいうと「文字起こし」というんですけれども。

「文字を書き起こす」

言葉だったものを、文字を書き起こすといいます。

→より自然な日本語は、「話したことを、文字に書き起こします。」

その、それをダウンロードできるようにしておきますので、それを見ながら、ぜひね。

見てみてください。

はい、今日は、なので、朝寝坊と二度寝という 2 つのワード、2 つに単語を皆さんもぜひ覚えてくださいね。はい。では。今日は以上です。今日も 1 日素晴らしい日を過ごしていきましょう。

では、また明日。

②漢字の読み・語彙 Kanji·Vocabulary/日语汉字

漢字	読み方	日本語の意味	英訳	中国語訳
ライブ	らいぶ	生放送、ライブ配信	Live broadcast	直播
毎朝	まいあさ	毎日朝に	Every morning	每天早上
日本時間	にほんじかん	日本の標準時間	Japan Standard Time	日本标准时间
決める	きめる	決定すること	To decide	决定
早速	さっそく	すぐに	Immediately	立刻
失敗する	しっばい	うまくいかないこと	Fail	失败
起きる	おきる	目を覚ますこと	To wake up	起床
夫	おっと	配偶者、夫	Husband	丈夫
出かける	でかける	外に出ること	To go out	出去
行く	いく	移動すること	To go	去
お弁当	おべんとう	日本の弁当	Bento (lunch box)	便当
作る	つくる	何かを作ること	To make	制作
気が抜ける	きがぬける	緊張が解けること	To lose mental tension	放松精神紧张
意識	いしき	知覚や認識	Consciousness	意识
リラックス	りらくす	緊張を解くこと	To relax	放松
寝坊	ねぼう	遅れて起きること	Oversleeping	睡过头
目が覚める	めがさめる	目を覚ますこと	To wake up	醒来
二度寝	にどね	再び寝ること	To go back to sleep	二次入睡
まとめる	まとめる	要約すること	To summarize	总结
遅れる	おくれる	時間に遅れること	To be late	迟到
バタバタ	ばたばた	忙しく動き回る様子	Being busy moving around	忙忙碌碌
大事な	だいじな	重要な、大切な	Important	重要
ちょっと	ちょっと	少し、わずか	A little	一点
できる	できる	可能であること	To be able to	能够

分	ふん	時間の単位	Minute	分钟
積み重ね	つみかさね	蓄積すること	Accumulation	积累
未来	みらい	将来のこと	Future	未来
自分	じぶん	自己、自ら	Oneself	自己
聞く	きく	音や言葉を耳にすること	To listen	听
話し方	はなしがた	話す方法	Way of speaking	说话方式
速い	はやい	スピードが速いこと	Fast	快
録画	ろくが	映像を記録すること	Recording	录制
設定	せってい	仕様や条件を決めること	Setting	设置
遅く	おそく	スピードを遅くすること	Slowly	慢
聞く	きく	音を耳にすること	To listen	听
文字起こし	もじおこし	話した内容を文字にすること	Transcription	文字记录
書き起こす	かきおこす	文字にすること	To write down	写下来
見る	みる	目で見ること	To see	看
ダウンロード	ダウンロード	データを取得すること	Download	下载
単語	たんご	言葉の最小単位	Word	单词
覚える	おぼえる	記憶すること	To remember	记住
以上	いじょう	これまでの内容	Above, that' s all	以上
素晴らしい	すばらしい	非常に良いこと	Wonderful	精彩
過ごす	すごす	時間を使うこと	To spend (time)	度过