

01  
Unit

## 打招呼超实用

MP3 Track 001

## 01 早安

おはようございます

o ha yō go za i ma su

## 就来练习说一下吧:

A:おはようございます。 早安。

B:おはようございます。 早安。

A:おはよう! 早啊!

B:おはよう! 今日<sup>きょう</sup>はいい天気<sup>てんき</sup>ですね! 早安! 今天天气不错耶!

■注: 在日本, 不管你几点到公司上班, 到了公司和同事打招呼也是说: 「おはようございます。」

## 02 午安 (你好)

こんにちは

ko n ni chi wa

## 就来练习说一下吧:

A:こんにちは。 午安。

B:こんにちは。 午安。

A:こんにちは、お元気<sup>げんき</sup>ですか。 午安, 你好吗?

B:ええ。おかげさまで。 我很好啊!

## 03 你好吗?

お元気<sup>げんき</sup>ですか

o ge-n ki de su ka

## 就来练习说一下吧:

• お久しぶ<sup>ひさ</sup>りです! お元気<sup>げんき</sup>ですか。 好久不见! 你好吗?• (手紙<sup>てがみ</sup>) で無沙汰<sup>ぶさた</sup>しております。先生<sup>せんせい</sup>はお元気<sup>げんき</sup>ですか。  
(书信) 久未问候您。老师您过得好吗?■注: 朋友或同辈之间也可直接说: 「元気<sup>げんき</sup>?」

## 04 对不起

① (用于影响到别人时)

ごめんなさい

go me n na sa i

② (用于请教他人问题、有事麻烦别人时、引人注意时)

すみません

su mi ma se n

③ (多为男生使用, 适用于熟人关系)

わる  
悪い

wa·ru i

## 就来练习说一下吧:

① (人の足を踏みました) 踩到别人的脚

A:あつ、ごめんなさい。 啊, 对不起。

B:痛いっす〜! 好痛啊!

②A:あのう、すみませんが、ちょっと聞いてもいいですか。对不起，可以请教你一些问题吗？

B:いいですよ。好啊。

- (人の家を訪ねるとき) (到别人家里时)
- すみませ〜ん、ごめんください。对不起〜，有人在家吗？

③A:悪いね、昨日は間に合わなくてさ…。对不起，昨天我又没有赶上……。

B:まったく！いつもなんだから！ 真是的！你每次都这样！

## 05 谢谢

① (用于对长辈、上司、老师或平常比较尊敬、有礼貌的说法。)

ありがとう(ございます)

a ri ga tō go za i ma su

② (用于平辈之间，比较随便的说法。)

どうも

dō mo

🗣️ 就来练习说一下吧：

①A:つまらない物ですが、どうぞ。这是一点小意思，请您收下。

B:ありがとうございます。谢谢！

②A:ねえ、君のレポートできたよ。喂，你的报告写好了。

B:マジで、どうも。真的吗?! 谢谢！

MP3 Track 002

## 06 再见

① (用于时间较长的离别时)

さようなら

sa yō na ra

② (用于时间较短的离别时)

それじゃ / じゃね

so re ja, ja ne

🗣️ 就来练习说一下吧：

① (夏休みに入る前の日) (进入暑假的前一天)

学生：先生、さようなら！ 学生：老师再见！

先生：皆さんさようなら！ 老师：大家再见！

②A:そろそろ帰りましょうか。差不多该回去了吧？

B:そうだね。それじゃ(じゃね) 是啊，再见！

## 07 待会见

また後で

ma ta a-to de

🗣️ 就来练习说一下吧：

• 今はちょっと用事があるので、また後でね。现在刚好有点事，待会见！

• ちょっと忘れ物を取りに行きます。また後で会いましょう。我有东西忘了拿，待会见啰！

■注：不限定「待会」见的时候，也可说「またね」再见啰！的意思。

## 08 不客气

どういたしまして

dō i ta shi ma shi te

## ● 就来练习说一下吧:

A:いろいろと手伝ってもらって、どうもありがとう！ 谢谢你帮了我那么多忙，真是谢谢你！

B:いいえ、どういたしまして。 不客气。

A:ケーキを食べて下さい。 请吃蛋糕！

B:うわ～嬉しい！ありがとう！ 哇，好高兴喔！谢谢！

A:どういたしまして。 不客气。

## 09 晚安

① (一般晚上问候语)

こんばんは

ko n ba n wa

② (就寝前问候语)

やす  
お休みなさい

o ya-su mi na sa i

## ● 就来练习说一下吧:

①A:あ、筒井さん、こんばんは！ 啊、筒井先生，晚安！

B:あら、静子さんじゃない。こんばんは！ 哎呀，这不是静子小姐嘛，晚安！

② (寝る前) 就寝前

A:早く寝なさい。 赶快上床睡觉。

B:はい、お休みなさい。 好～晚安。

## 10 初次见面，请多多指教

はじ  
初めましてどうぞよろしく

ha-ji me ma shi te dō zo yo-ro shi ku

## ● 就来练习说一下吧:

A:初めまして、金本と申します。 初次见面，我叫金本。

B:初めまして、田中と申します。どうぞよろしく。 初次见面，我叫田中。请多多指教。

A:こちらこそ、どうぞよろしく。 初次见面，请多多指教。

B:こちらこそ。 我也是。

MP3 Track 003

## 11 托您的福，我很好/ 马马虎虎、还好

かげさま げんき  
お陰様で元気です

o ka-ge sa-ma de ge-n ki de su

まあまあです

mā mā de su

## ● 就来练习说一下吧:

①A:お元気ですか。 你好吗？

B:お陰様で元気です。 托您的福，我很好！

②A:最近はどうです。 最近过得怎么样啊？

B:まあまあですね。 马马虎虎啦！（还好啦！）

## 12 不是，不会，没有

いいえ！

i e

### 就来练习说一下吧：

A:あなたは森下さんですか。 请问你是森下先生吗？

B:いいえ！僕は森下ではありません。 不，我不是。

A:助けてくれて、ありがとうございました！ 真是非常谢谢你的帮忙。

B:いいえ、とんでもないことです。 不会，哪儿的话！也不是什么大不了的事啦！

## 13 是的

はい、そうです

ha i sō de su

### 就来练习说一下吧：

A:あの先生は君の担当の先生ですか。 那位老师是你的级任老师吗？

B:はい、そうです。 是的，他是。

A:これは君の書いたレポートですか。 这是你写出来的报告吗？

B:はい、そうです。 是的。

## 14 好啊

いいですよ

i de su yo

### 就来练习说一下吧：

A:あのう、ちょっと手伝ってられないかなあ。 嗯一，可以请你帮个忙吗？

B:いいですよ。何でしょうか。 好啊，什么事呢？

A:すみませんが、ちょっと煙草を吸ってもいいですか。 不好意思，我可以抽个烟吗？

B:いいですよ。 好啊。

## 15 谁？

だれ  
誰

da·re

### 就来练习说一下吧：

A:ごめんください。 请问有人在吗？

B:誰。 谁啊？

A:あのう、田中さんはいらっしゃいますか。 请问一下，田中先生在家吗？

B:誰でしょうか。 请问你是谁？

■注：比较正式的说法还有：「どちらさまですか。」请问是哪一位呢？

MP3 Track 004

## 16 让您久等了

ま  
お待たせしました

o ma ta se shi ma shi ta

### 就来练习说一下吧：

A:すみません、お待たせしました。 对不起，让您久等了！

B:いいえ、私もついたらばかり。 不会，我也才刚到而已。

•お待たせしました。じゃ、行きましょうか。 让您久等了。那么，我们走吧！

## 17 近来过得如何？

か  
お変わりありませんか

o ka wa ri a ri ma se n ka

## ● 就来练习说一下吧：

- (手紙)で無沙汰しております。社長はお変わりありませんか。  
(书信)久未问候。董事长近来过得如何呢？

A: お久しぶりですね。お変わりありませんか。 好久不见！近来过得如何？

B: 相変わらずです。 还是老样子。

## 18 现在几点？

なんじ  
いま何時

i ma na-n ji

## ● 就来练习说一下吧：

A: すみません、いま何時ですか。 对不起，请问现在几点？

B: いま9時です。 现在9点。

- いま何時？もしかしたら、もう遅れたかもしれない。 现在几点了？搞不好已经迟到了。

## 19 多少钱？

いくら

i ku ra

## ● 就来练习说一下吧：

- このスカートはいくらですか。 这件裙子多少钱？

A: いくらですか。 多少钱？

B: 全部で500円です。 总共500日元。

## 20 辛苦了

① (用于下对上)

つか さま  
お疲れ様

o tsu-ka re sa-ma

② (用于上对下)

くろうさま  
ご苦労様

go ku rō sa-ma

## ● 就来练习说一下吧：

① お疲れ様でした。 辛苦了。

② 社員: お疲れ様でした。 公司员工: 辛苦了。

社長: ご苦労様でした。 董事长: 辛苦了。

MP3 Track 005

## 21 很高兴认识你

であ  
あなたと出会えてよかった

a na ta to de a e te yo ka t ta

## ● 就来练习说一下吧：

• 今日は嬉しかった。あなたと出会えてよかった。 今天好高兴喔！很高兴认识你。

• あなたと出会えてよかった！また誘ってね。 很高兴认识你！下次再找我喔！

■注：句中两个「つ」皆不发音，「か」要念的简短。

## 22 好久不见

ひさ  
お久しぶり

o hi-sa shi bu ri

🗣️ 就来练习说一下吧:

• お久しぶり! 最近何してるの? 好久不见! 最近在做什么啊?

A: お久しぶりですね。 好久不见!

B: そうだね。 是啊。

## 23 叫什么名字?

なまえ  
お名前は?

o na ma-e wa

🗣️ 就来练习说一下吧:

• お名前は? 你叫什么名字?

A: 初めまして、百合です。お名前は? 初次见面，我叫百合。你叫什么名字呢?

B: 初めまして、青山です。 初次见面，我叫青山。

## 24 保重

だいじ  
お大事に

o da-i ji ni

🗣️ 就来练习说一下吧:

• (人と別れる時) (和别人分开的时候)

• お大事に。 保重。

# 02 Unit

## 每天都要吃饱饱

MP3 Track 006

### 01 肚子饿了

① (多为女生用, 较有气质之说法)

なかす  
お腹空いた

o na-ka su i ta

② (多为男生用, 较为粗鲁之说法)

はらへ  
腹減った

ha-ra he t ta

🗣️ 就来练习说一下吧:

① お腹空いたよ。ケーキ食べてもいい? 肚子饿了。可以吃蛋糕吗?

② 腹減った! 料理できた? 肚子饿了! 饭煮好了吗?

■注: 句中的「つ」不发音, 「減」要念的简短。

### 02 口好渴

のどかわ  
喉が渴いた

no-do ga ka-wa i ta

🗣️ 就来练习说一下吧:

• 暑い! 喉が渴いた! 好热喔! 口好渴!

• 喉が渴いた! ビールでも飲もうか。 口好渴! 我们去喝杯啤酒吧。

## 03 我开动了（我要吃了）

（多为吃东西前使用，也可用于接受人家东西时所说之感谢用词）

いただきます

i ta da ki ma su

## 就来练习说一下吧：

（食べる前）（吃东西之前）

A:いただきます。我动筷了。

B:どうぞご遠慮なく。请享用，不用客气。

A:水はどうでしょうか。你要不要喝杯水呢？

B:はい、いただきます。好的，请给我一杯。

## 04 我吃饱了（谢谢你的款待）

为受人招待后或饱餐一顿之后所使用之感谢词

ちそうさま  
ご馳走様でした

go chi sō sa-ma de shi ta

## 就来练习说一下吧：

①ご馳走様でした。美味しかったです。我吃饱了！（谢谢你的款待）。非常好吃。

②A:ご馳走様でした。我吃饱了！（谢谢你的款待）。

B:お口に合ったでしょうか。合您的胃口吗？

## 05 让我来付！

わたし はら  
私に払わせて！

wa-tashi ni ha-ra wa se te

## 就来练习说一下吧：

•この間奢ってもらったから、今回は私に払わせて！前阵子让你请，这次就让我来付吧！

（居酒屋で）（在居酒屋里）

A:（店員に）全部でいくらですか。カードで。（跟店员说）总共多少钱？刷卡。

B:いいよ、いいよ。私に払わせて！もう約束だから！不用了，让我来付！我们都已经说好了！

MP3 Track 007

## 06 平均分摊

わ かん  
割り勘

wa ri ka-n

## 就来练习说一下吧：

•日本の若者は食事の時、ほとんど割り勘にします。日本年轻人吃饭的时候，几乎都是平均分摊。

A:日本人はどんなに親友でも、食事の時はほとんど割り勘にするんだって。日本人的话不管是多么好的朋友，听说在吃饭的时候几乎都是平均分摊。

B:そう。その方が公平だよね。真的啊。这样子比较公平。

## 07 再来一碗（一杯）

おかわり

o ka wa ri

## 就来练习说一下吧：

（レストランで）（在餐厅里）

•コーヒーはおかわりできますか。咖啡可以续杯吗？

（晩御飯時間）（晚餐时间）





03  
Unit

## 请问这里要怎么走

MP3 Track 008

## 01 对不起，请问一下

あのう、ちょっと <sup>うかが</sup> お伺いしますが、...

a nō cho t to o u·ka-ga i shi ma su ga

## 就来练习说一下吧：

- あのう、ちょっとお伺いしますが、<sup>うかが</sup> 明治神宮<sup>めいじじんぐう</sup>はどこにあるのでしょうか。对不起，请问一下，明治神宮在哪里？
- あのう、ちょっとお伺いしますが、<sup>うかが</sup> 鳥居先生<sup>とりいせんせい</sup>はいらっしゃいますか。对不起，请问一下，鸟居老师在吗？

■注：句中的「つ」不发音，「ちょ」要念的简短。



## 练习

れん しゅう

学到这里，有没有哪里比较不熟悉的呢？  
试着自己写下需要加强的部分吧！！

---



---



---



---



---



---

がんば  
頑張って  
加油哦！

04  
Unit

## 打电话和朋友聊天

MP3 Track 009

## 01 电话中（正在打电话）

でんわ ちゅう  
電話中

de:n wa chū

## 就来练习说一下吧：

- A: 山本<sup>やまもと</sup>ですが、春名<sup>はるな</sup>さんはいらっしゃいますか。我是山本，请问春名先生在吗？
- B: ただいま電話中<sup>でんわちゅう</sup>ですけど、、、。他现在正在打电话……。
- 黒田<sup>くろだ</sup>さんはただいま電話中<sup>でんわちゅう</sup>ですが、何か<sup>なに</sup>で伝言<sup>でんごん</sup>ありませんか。黒田先生正在打电话，您需要留言吗？

## 02 打错了

か まちが  
掛け間違い

ka ke ma chi-ga i

## 就来练习说一下吧：

- 何番<sup>なんばん</sup>にお掛け<sup>か</sup>でしょうか。掛け間違い<sup>かまちが</sup>ではありませんか。你打几号？你是不是打错了呢？
- ここは2784<sup>になはちよん</sup>です。掛け間違い<sup>かまちが</sup>ですよ。这里是2784喔！你打错了。

## 03 打电话给

でんわ  
～に電話する

ni de:n wa su ru

③ 就来练习说一下吧:

- 後で先生に電話するわ。 等一下打电话给老师。
- 私に電話してね。 打电话给我喔!

04 我来接

わたし でんわ で  
私が(電話に)出る

wa-ta-shi ga de-n wa ni de ru

③ 就来练习说一下吧:

- でんわ な (電話が鳴った) (电话铃响)
- 私が(電話に)出るよ。 我来接。
- A: だれ でんわ で 誰か電話出てよ。 谁去接个电话嘛。
- B: はい、私が出るよ。 好，我来接。

05 你打几号?

なんばん か  
何番にお掛けですか

na-n ba-n ni o ka ke de su ka

③ 就来练习说一下吧:

- 何番にお掛けですか、掛け間違いですよ。 你打几号? 你打错了喔!
- ここには安川さんという人はいません。何番にお掛けですか。 这里没有安川这个人，你打几号?

MP3 Track 010

06 待会再打给你

あと でんわ  
後で電話する

a-to de de-n wa su ru

③ 就来练习说一下吧:

- また後で電話するね。 待会再打给你喔!
- 後で電話するから、待っててね。 待会再打给你，等我一下喔。

07 不在位子上

せき はず  
席を外しております

se-ki o ha-zu shi te o ri ma su

③ 就来练习说一下吧:

- A: もしもし、鈴木さんはいらっしゃいますか。 喂，请问铃木先生在吗?
- B: すみません、ただ今席を外しております。 对不起，他刚好不在位子上。
- 社長は席を外しておりますので、もう暫くお待ち下さい。 董事长刚好不在位子上，请您再稍等一下。

08 谁打来的电话

だれ でんわ  
誰からの電話

da-re ka ra no de-n wa

③ 就来练习说一下吧:

- A: 誰からの電話? 谁打来的电话?
- B: 君の彼女からだよ。 你的女朋友打来的。
- A: さっき君に電話あったよ。 刚才有你的电话喔。
- B: 誰からの電話? 谁打来的电话?

## 09 在吗？

~さんはいらっしゃいますか

sa n wa i ra s sha i ma su ka

## 就来练习说一下吧：

•ごめんください。木村さんはいらっしゃいますか。 有人在家吗？请问木村先生在家吗？

•もしもし、井波先生はいらっしゃいますか。 喂，请问井波老师在吗？



## 练习

れん しゅう

学到这里，有没有哪里比较不熟悉的呢？  
试着自己写下需要加强的部分吧！

がんばって  
頑張って  
加油哦！

05  
Unit

## 「我要出门了喔！」

MP3 Track 011

## 01 我出去一下

行って来ます

i t te ki ma su

## 就来练习说一下吧：

(がいしゅつ まえ) (外出する前) (外出之前)

A: 行ってきます。 我出去一下。

B: 気をつけてね。 要小心喔！

A: 行って来ます。 我出去一下。

B: 行ってらっしゃい。 路上小心！

■注：「行ってきます」发音时「っ」不发音，而前一个音「行」的发音「i」则要念的较简短，有跳音的感觉。

## 02 路上小心

行ってらっしゃい

i t te ra s sha i

## 就来练习说一下吧：

A: これから台北へ出張に行きます。 我要去台北出差了。

B: 行ってらっしゃい！ 路上小心！

A: お母さん、ちょっと友達の家に行って来るね。 妈，我去朋友家，一下就回来喔!

B: 行ってらっしゃい! 路上小心!

■注: 句中两个「っ」皆不发音, 「行」和「ら」要念的较简短。

### 03 小心

き  
気をつけて  
ki o tsu ke te

🗣️ 就来练习说一下吧:

A: そろそろ帰ろうか。 差不多该回去了。

B: 気をつけて帰ってね。 回家小心喔!

A: これから仕事に行くよ。 我现在要去上班了。

B: はい、気をつけてね。 我知道了，小心一点喔!



## 练习

れん しゅう

学到这里，有没有哪里比较不熟悉的呢？  
试着自己写下需要加强的部分吧!!

---



---



---



---



---



---



---



---

がんば  
頑張って  
加油哦!



## 去加油站加油

MP3 Track 012

### 01 没油了

ガソリンがなくなった  
ga so ri n ga na ku na t ta

🗣️ 就来练习说一下吧:

• あっ、しまった! ガソリンがなくなった! 啊、糟了! 没油了!

A: どうして急に止まったの? 怎么突然停下来了?

B: 困ったな。ガソリンがなくなったみたい。 伤脑筋啊。好像没油了。

■注: 句中的「っ」不发音, 「な」要念的简短。

### 02 加满(油)

まん  
満タンにして  
ma·n ta n ni shi te

🗣️ 就来练习说一下吧:

(ガソリンスタントで) (在加油站)

• 満タンにして下さい。 请加满。

A: 満タンですか。 要加满吗?

B: はい、満タンにして下さい(満タンお願いします)。 是的，请加满。