

だい第 4 か課 **しょうゆをつけないで食べてください**

? ほかの国の人に紹介したい料理がありますか?
有想要介绍给外国人的菜肴吗?

))) **1. どこかいいい店、ありませんか?**

Can-do+ 14 **おすすめの飲食店についての紹介を聞いて、店の特徴を理解することができる。**
听到推荐的餐饮店的介绍时，能理解该店铺的特点。

1 **1 会話を聞きましょう。**
请听对话。

▶ **おすすめの店について、4人の人が質問しています。**
4个人正在就推荐的店铺进行提问。

(1) 店の名前は何かですか。a-dから選びましょう。

また、おすすめの理由は何ですか。ア-キから選びましょう。
店铺的名字叫什么? 请从 a-d 中选择。另外, 推荐的理由是什么呢? 请从ア-キ中选择。

- a. 「みさきカフェ」 b. 「平兵衛」 c. 「干歩」 d. 「花」

- ア. いろいろなメニューがある イ. きれい ウ. 本物
エ. デザートがおいしい オ. 量が多い カ. 安い
キ. とりの天ぷらがおいしい

	① ラーメン 04-01	② 彼女と食事に行く店 04-02	③ ベトナム料理 04-03	④ 土地の料理 04-04
店の名前				
おすすめの理由	,	,		,

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

(2) もういちど聞きましょう。場所はどこにありますか。メモしましょう。

場所を言っていないときは、「—」を書きましょう。

再听一遍。地点在哪里? 请记录下来。没提到地点的话, 画上“—”。

	① ラーメン 04-01	② 彼女と食事に行く店 04-02	③ ベトナム料理 04-03	④ 土地の料理 04-04
場所				

(3) ことばを確認して、もういちど聞きましょう。04-01 ~ 04-04

确认词汇后, 再听一遍。

おれ 我 (一般的に男性に使う (一般为男性使用) | 看板 招牌 | この辺 这一带 | 新しく 新的
 できる 可以 | 地図 地图 | 送る 送 | このあたり 这附近 | 夫婦 夫妇
 知りませんでした (以前) 不知道



かたち ちゅうもく
形に注目

(1) 音声^{おんせい}を聞いて、^き_____に^かことばを書きましょう。 04-05
听录音，在 _____ 上填写词汇。

A：おいしいラーメンが^た食べたいんですけど、どこがいいですか？

B：ラーメン_____、あそこ（「千歩」）がいちばんおいしいよ。

A：この^{へん}辺で、どこかいい店^{みせ}、ありませんか？

B：それ_____、最近^{さいきん}、新しくできた「みさきカフェ」はどう？

A：この土地^{とち}の料理^{りょうり}が^た食べたいんですが、この^{ちか}近くに、おすすめ^{みせ}の店がありますか？

B：この^{ちか}近く_____、「平兵衛」^{へいべえ}がおすすめです。

❗ 「なら」^{まえ}の前には、どんなことばが^き来ますか。 → [文法ノート①](#)
“なら” 的前面用的是什么词汇？

(2) 形^{かたち}に注目^{ちゅうもく}して、①②④の^{かいわ}会話をもういちど^き聞きましょう。 04-01 04-02 04-04
再听一遍①②④的对话，注意句中所用的形。



2. よく混ぜて食べてください

Can-do
15

りょうり た かた せつめい き りかい
料理の食べ方の説明を聞いて、理解することができる。
能听懂关于菜肴食用方法的说明。

1 ことばの準備

预习词汇

【食べ方】

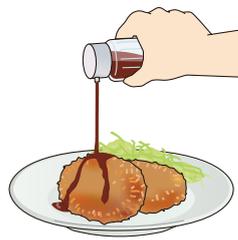
a. つける



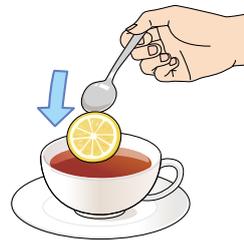
b. 混ぜる



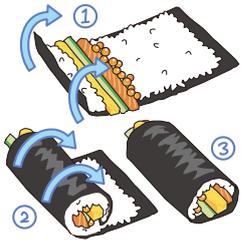
c. かける



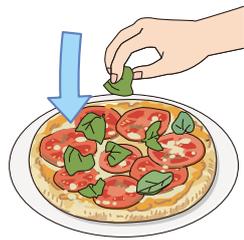
d. 入れる



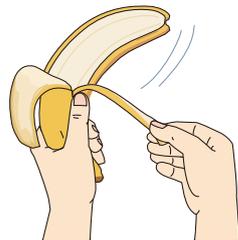
e. 巻く



f. のせる



g. むく



(1) 絵を見ながら聞きましょう。🔊 04-06

边看图边听录音。

(2) 聞いて言いましょう。🔊 04-06

请听后复述。

(3) 聞いて、a-g から選びましょう。🔊 04-07

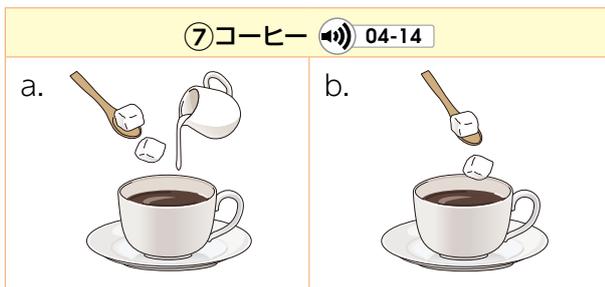
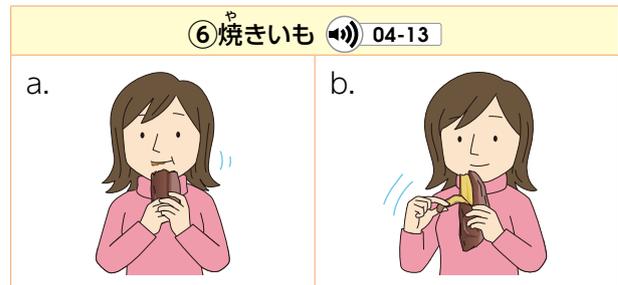
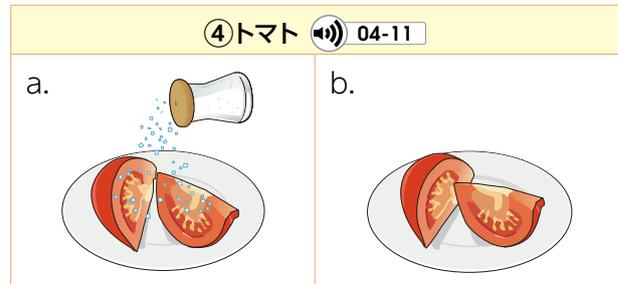
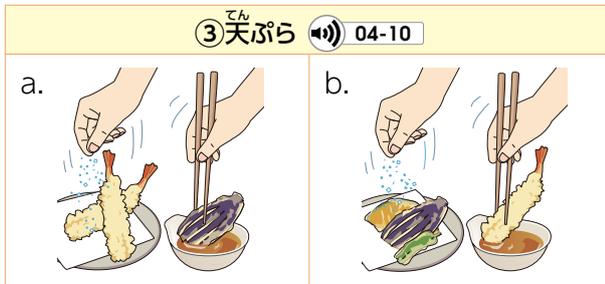
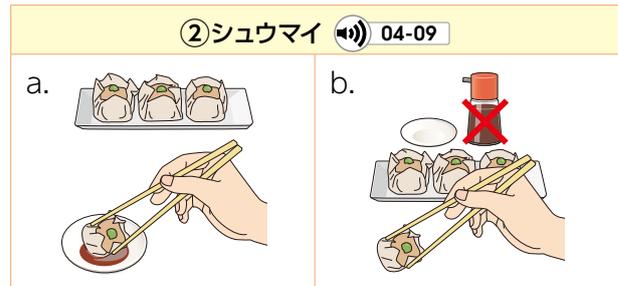
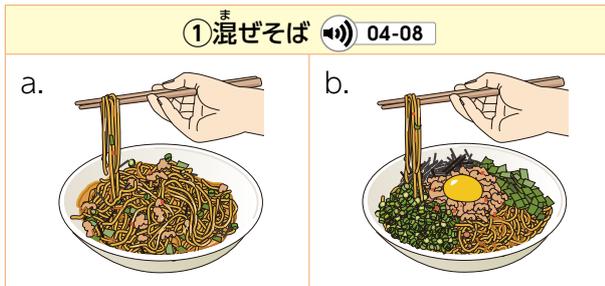
听录音，并从 a-g 中选择。

第4課 しょうゆをつけないで食べてください

2 ^{かいわ} ^き 会話を聞きましょう。
请听对话。

▶ ^た ^{かた} ^の ^{かた} ^{せつめい} ^き 食べ方や飲み方について、説明を聞いています。
正在听有关食用方法或饮用方法的介绍。

(1) ^た ^{かた} ^の ^{かた} ^{かいわ} ^{ないよう} ^あ どんな食べ方、飲み方をしますか。会話の内容と合っているほうに、○をつけましょう。
应该怎么吃、怎么喝？请在正确的食用或饮用方法的图片中划○。



(2) ^{かくにん} ^き ことばを確認して、もういちど聞きましょう。  04-08 ~  04-14
确认词汇后，再听一遍。

^{あじ} 味がついている 有味的的 | ^{しょうゆ} 醤油 | ^{つゆ} 调味汁 | そのまま 直接 | ^{のり} 海苔

^{かわ} 皮 皮

^ま お待たせしました 久等了


 かたち ちゅうもく
形に注目

(1) 音声^{おんせい}を聞いて、^き_____にことば^かを書きましょう。 04-15
 听录音，在_____上填写词汇。

（混ぜそばは）よく_____^た食べてください。

こちらの野菜^{やさい}の天ぷら^{てん}は、つゆに_____^た食べてください。

手巻き^{てま}ずしは、のり^{うえ}の上にご飯^{はん}と刺身^{さしみ}を_____、_____^た食べます。

エビはつゆに_____、塩^{しお}を_____^た食べてください。

このトマト、何も^{なに}_____、そのまま^た食べて。

A: 焼き^やいもは、皮^{かわ}を_____^た食べますか？

B: 私は、_____^た食べます。

^{た かた せつめい}食べ方の説明^{かたち つか}をするとき、どんな形^{ぶんぽう}を使^{ぶんぽう}っていましたか。 → **文法ノート** ②
 介绍食用方法时，用的是什么形？

(2) 形^{かたち ちゅうもく}に注目^{かいわ}して、会話をもういちど聞き^きましょう。 04-08 ~ 04-14
 再听一遍对话，注意句中所用的形。



3. どうやって食べるんですか？

Can-do
16

りょうり た かた について しつもん しつもん こた
料理の食べ方について、質問したり、質問に答えたりすることができる。
能就菜肴的食用方法进行提问或做出回答。

1 会話を聞きましょう。

请听对话。

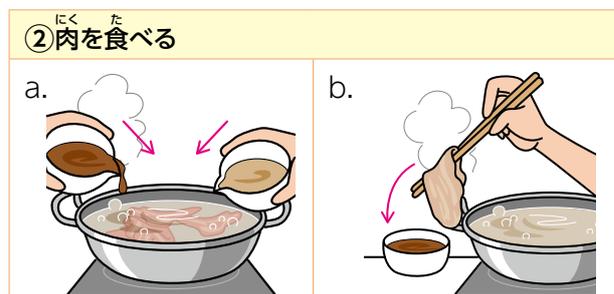
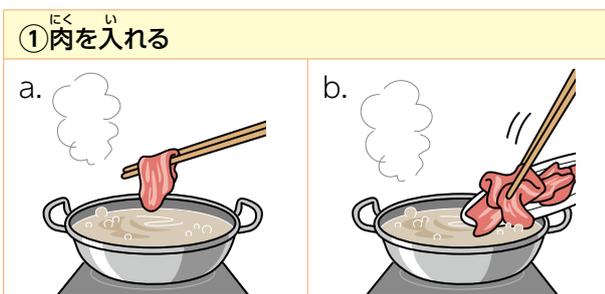
- ▶ あらい 新井さん、フンさん、ドウックさんは会社の同僚です。
 フンさんとドウックさんは、今日はじめて、しゃぶしゃぶを食べることになりました。
 新井さんが食べ方を説明しています。
 新井、小黄和杜克是公司同事。小黄和杜克今天是第一次吃涮锅。新井正在介绍食用方法。



(1) はじめに、スクリプトを見ないで会話を聞きましょう。🔊 04-16

① - ③について、説明に合っているほうに、○をつけましょう。

先只听对话，不要看课文。关于① - ③，请在符合说明内容的项目上打○。



(2) スクリプトを見ながら会話を聞きましょう。🔊 04-16

边看课文边听对话。

ドウツク： お肉、もう入れてもいいですか？

新井： どうぞ。あ！ 一度に、そんなにたくさんお肉を入れちゃだめですよ。

ドウツク： え、そうなんですか？

どうやって食べるんですか？

新井： しゃぶしゃぶは、お肉を1枚ずつ取って、お湯の中で、こうやって
2、3回しゃぶしゃぶってするんですよ。

ドウツク： へー、こうですか？

新井： そうそう。

ドウツク・フン： いただきます！

新井： あ、スープには味がありませんから、たれをつけて食べてください。

フン： たれは、どれがいいですか？

新井： ポン酢とごまだれがあります。

私はポン酢が好きですけど、両方試してみてください。

ドウツク： 野菜は、もう食べられますか？

新井： ええ、どうぞ。あ、でも、白菜はまだですね。

もう少し待ってくださいね。

ドウツク・フン： はい。

フン： うどんを入れてもいいですか？

新井： うどんは、まだ入れちゃだめ。

お肉と野菜を食べてから、入れましょう。

フン： そうなんですか。

いちど 一度に 一次 | そんなに 那么多 | こうやって 这样 | ポン酢 橙醋

ごまだれ 芝麻酱 | はくさい 白菜 白菜


 かたち ちゅうもく
形に注目

(1) ^{おんせい き} 音声を聞いて、^か _____ にことばを書きましょう。 04-17
 听录音，在 _____ 上填写词汇。

^{いちど} 一度に、そんなにたくさんお肉を入れ _____ ですよ。

うどんは、まだ入れ _____。

(うどんは) ^{にく やさい} お肉と野菜を _____、^い 入れましょう。

^い してはいけないことを言うとき、^{かたち つか} どんな形を使っていましたか。 → ^{ぶんぽう} 文法ノート ③
 谈到不能做的事时，用的是什么形？

^{どうさ じゅんばん い} 動作の順番を言うとき、^{かたち つか} どんな形を使っていましたか。 → ^{ぶんぽう} 文法ノート ④
 谈到动作的顺序时，用的是什么形？

(2) ^{かたち ちゅうもく} 形に注目して、^{かいわ き} 会話をもういちど聞きましょう。 04-16
 再听一遍对话，注意句中所用的形。

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

2 ^{りょうり た かた しつもん}料理の食べ方を質問しましょう。

就菜肴的食用方法进行提问吧。

① ^{た かた}食べ方どうやって^た食べるんですか？たれをつけて^た食べてください。そのまま^た食べてください。

② どれがいいか

たれは、どれがいいですか？

ポン酢^ずとごまだれ^{わたし}があります。私は^ずポン酢^ずが好きです。

③ してもいいか

うどんを^い入れてもいいですか？まだ、^い入れちゃだめです。

どうぞ。

(1) ^{かいわ き}会話を聞きましょう。  04-18  04-19 /  04-20 /  04-21

请听对话。

(2) シャドーイングしましょう。  04-18  04-19 /  04-20 /  04-21

请跟读。

(3) ^{じぶん くに りょうり し りょうり た かた しつもん こた}自分の国の料理や知っている料理について、食べ方を質問したり答えたりしましょう。^い言いたいことが^{にほんご}日本語でわからないときは、^{しら}調べましょう。

就自己国家的菜肴或者自己知道的菜肴的食用方法进行提问或回答。

不知道想说的词汇用日语如何表达时，查查看吧。



4. ぎょうぎに似ています

Can-do 17

自分の国の料理について、料理の特徴、材料、食べ方などを、簡単に紹介することができる。
能简单介绍自己国家菜肴的特点、食材、食用方法等。

1 ことばの準備

预习词汇

ちょうみりょう 【調味料】

a. 砂糖



b. 塩



c. こしょう



d. スパイス



e. ソース



f. たれ



g. 油



(1) 絵を見ながら聞きましょう。 04-22

边看图边听录音。

(2) 聞いて言いましょ。 04-22

请听后复述。

(3) 聞いて、a-g から選びましょ。 04-23

听录音，并从 a-g 中选择。

ちょうりほうほう 【調理方法】

a. 切る



b. 焼く



c. 煮る



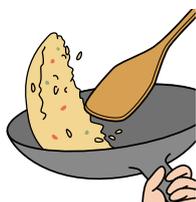
d. ゆでる



e. 蒸す



f. いためる



g. 揚げる



第4課 しょうゆをつけないで食べてください

(1) 絵を見ながら聞きましょう。🔊 04-24
 边看图边听录音。

(2) 聞いて言いましょう。🔊 04-24
 请听后复述。

(3) 聞いて、a-g から選びましょう。🔊 04-25
 听录音，并从 a-g 中选择。

2 会話を聞きましょう。
 请听对话。

▶ 国際交流パーティーで、自分の国の料理について、4人の人が説明しています。
 在国际交流聚会上，4个人正就自己国家的菜肴进行介绍。



(1) どんな料理だと言っていますか。() に入ることばを a-d から選びましょう。
 是什么样的菜肴？请从 a-d 中选择填入 () 的词汇。

a. お菓子 b. サラダ c. 餃子 d. 家庭料理

	① フェイジョアード 🔊 04-26	② モモ 🔊 04-27	③ ガドガド 🔊 04-28	④ マーホア 🔊 04-29
				
どんな料理？	ブラジルの ()	ネパールの料理 () に 似ている。	インドネシアの ()	中国の ()

第4課 しょうゆをつけないで食べてください

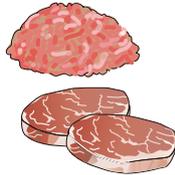
(2) もういちど聞きましょう。どうやって作りますか。

再听一遍。是怎么做的？

1. 材料をa-fから選びましょう。

请从a-f中选择材料。

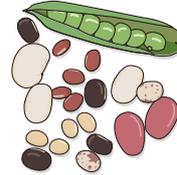
a. 肉



b. 野菜



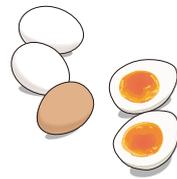
c. 豆



d. 小麦粉



e. 卵



f. 砂糖



2. 調理方法をア-エから選びましょう。

请从ア-エ中选择烹调方法。

ア. 揚げる

イ. 煮る

ウ. ゆでる

エ. 蒸す

	①フェイスジョアード 🔊 04-26	②モモ 🔊 04-27	③ガドガド 🔊 04-28	④マーホア 麻花 🔊 04-29
1. 材料	,	,	,	,
2. 調理方法				

(3) もういちど聞きましょう。どうやって食べますか。() にことばを書きましょう。

再听一遍。它应该怎么吃呢？请在()中填写词汇。

	①フェイスジョアード 🔊 04-26	②モモ 🔊 04-27	③ガドガド 🔊 04-28	④マーホア 麻花 🔊 04-29
食べ方	ご飯と() 食べる。	たれを() 食べる。	ピーナッツソースを ()食べる。	—

(4) ことばを確認して、もういちど聞きましょう。🔊 04-26 ~ 🔊 04-29

确认词汇后，再听一遍。

かわ 皮 | たまご 卵 | ゆで卵 白煮蛋 | ~など ……等 | あまから 甘辛い 甜辣 | かつ 固い 硬

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

3 じぶん くに りょうり しょうかい
自分の国の料理を紹介しましょう。

介绍自己国家的菜肴。

どんな料理

これはネパールのモモという料理です。

これはモモです。ネパールの料理です。

ぎょうざ に
餃子に似ています。かていりょうり
家庭料理です。ざいりょう つく かた
材料・作り方かわ なか やさい にく い む
皮の中に、野菜と肉を入れて、蒸します。た かた
食べ方

たれをつけて、食べます。

(1) かいわ き
会話を聞きましょう。 (04-30)

请听对话。

(2) シャドーイングしましょう。 (04-30)

请跟读。

(3) 2 のよつ りょうり しょうかい
の4つの料理について、紹介しましょう。

介绍 2 中的4道菜肴吧。

(4) じぶん くに ちいき りょうり しょうかい
自分の国や地域の料理を紹介しましょう。しゃしん
写真やイラストなどがあれば、みせながら話しましょう。言いたいことばが日本語でわからないときは、しら
調べましょう。

介绍自己国家或地区的菜肴吧。如果有照片或者插图，请一边展示一边讲解。

不知道想说的词汇用日语如何表达时，查查看吧。



5. 飲食店の口コミ

Can-do
18

飲食店についてのネットの口コミを読んで、味や値段などの情報を読み取ることができる。
阅读网络上关于餐饮店的评价，能看懂味道、价格等方面的信息。

1 グルメサイトの口コミを読みましょう。

请阅读美食网站上的评论。

- ▶ おいしい定食屋さんを探しています。
正在找好吃的日式套餐店。

(1) いちばん高い評価をつけているのは、どの人ですか。

给出了最高评价的是哪个人？

いろいろい食堂 4.0 ★★★★★ (374)
☰

長野県
レポートを書く

① Shiori Aso ▶ 35 件のレポート

★★★★★
20 年 8 月 3 日
友だちと二人で行きました。ミックスフライ定食をたのみました。
とてもおいしかったです、私には量が多かったです…

② 浅野武史 ▶ 8 件のレポート

★★★★★
20 年 7 月 24 日
料理はどれもおいしいです。
煮込みハンバーグ定食がオススメ。ごはんのおかわり自由です！！

③ moon_keiko_0917 ▶ 224 件のレポート

★★★★★
20 年 6 月 3 日
安くておいしい定食屋さん。お店は新しくきれいです、
お昼は混んでいます。12 時前に行くことをおすすめします。

④ Atsushi lwase ▶ 51 件のレポート

★★★★★
20 年 5 月 23 日
味もボリュームも満足ですが…おばちゃん一人でやっているの、
ちょっと時間がかかります

⑤ Yuta Kawashima ▶ 121 件のレポート

★★★★★
20 年 5 月 5 日
定食は 600 ~ 700 円で食べられます。とってもリーズナブル。
大好きな店の一つです。

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

(2) 5人は、どのポイントについて書いていますか。a-dから選びましょう。

5个人分别写了哪些要点？请从a-d中选择。

a. 味 b. 量 c. 値段 d. サービス・その他

①	②	③	④	⑤
,	,	,	,	

(3) この店についてわかった情報を表にメモしましょう。

关于这家店，请记录了解到的信息。

a. 味	
b. 量	
c. 値段	
d. サービス・その他	



大切なことば

どれも 哪个都 | 定食屋 日式套餐店 (～屋 ……店)

ボリューム 量 | 満足(な) 满足(的) | おばちゃん 大妈

リーズナブル(な) 实惠(的)

2 あなたなら、どのポイントを重視しますか。

你会重视哪一点呢？



かたち ちゅうもく
形に注目

_____にことばを書きましょう。
在 _____上填写词汇。

とてもおいしかったです _____、わたしには量が多かったです。

お店は新しくきれいです _____、お昼は混んでいます。

味もボリュームも満足です _____、……ちょっと時間がかかります。

! 「が」の前の文と後ろの文は、どんな関係だと思いますか。 → 文法ノート ⑤
你觉得“が”前后的句子是什么关系？

ちょうかい
聴解スクリプト

1. どこかいいい店、ありませんか？

① 04-01

A：おいしいラーメンが食べたいんですけど、どこがいいいですか？

B：うーん、おれのおすすめは「干歩」かなあ。

A：あ、あの商店街にある赤い看板のお店ですか？

B：そうそう。ラーメンなら、あそこがいちばんおいしいよ。

やす りょう おお
安いし、量も多いし。

A：じゃあ、今度行ってみます。

② 04-02

A：今度、彼女と食事に行きたいんですけど、この辺で、どこかいいい店、ありませんか？

B：そうねえ……。それなら、最近、新しくできた「みさきカフェ」はどう？

じよせい にんき
女性にすごく人気があるよ。

A：どんな店ですか？

B：きれいだし、デザートがすごくおいしいよ。

A：へー。どこにありますか？

B：まって。じゃあ、今、地図送るね。

③ 04-03

A：あおう、このあたりにベトナム料理のお店、ないですか？

B：うーん、この町にはないですけど、もみじ町にありますよ。

はな みせ じん ふうふ
「花」っていう店で、ベトナム人の夫婦がやっていて、ほんもの りょうり た
本物のベトナム料理が食べられるそうです。

A：へー、そうなんですか！ 知りませんでした。今度行ってみます。

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

④  04-04

A：すみません。この土地の料理が食べたいんですが、この近くに、おすすめの店がありますか？

B：そうですね。この近くなら、「平兵衛」がおすすめです。
とりの天ぷらがおいしいし、ほかにもいろいろなメニューがありますよ。

A：それ、どこですか？

B：ここから歩いて10分ぐらいです。地図、ありますよ。

A：わかりました。ありがとうございます。

2. よく混ぜて食べてください

①  04-08

A：混ぜそば、お待たせしました！ よく混ぜて食べてください。

B：はい。

②  04-09

A：このシュウマイは味がついてますから、しょうゆをつけないで食べてください。

B：わかりました。

③  04-10

A：こちらの野菜の天ぷらは、つゆにつけて食べてください。

エビはつゆにつけないで、塩をかけて食べてください。

B：はい。

④  04-11

A：このトマト、何もかけないで、そのまま食べて。

B：はい。……あ、甘くておいしい！

⑤  04-12

A：手巻きずしは、のりの上にご飯と刺身をのせて、巻いて食べます。

B：どうですか？

第4課 しょうゆをつけないで食べてください

⑥  04-13

A：焼きいもは、皮をむいて食べますか？

B：私は、むかないで食べます。

A：へー、そうですか。

⑦  04-14

A：コーヒーに砂糖とミルク、入れますか？

B：砂糖、お願いします。ミルクは入れないでください。

4. 餃子に似ています

①  04-26

これはフェイジョアダです。ブラジルの家庭料理です。

まめ ぶたにく ぎゅうにく に つく
豆、豚肉、牛肉を煮て作ります。

ブラジル人はよく食べます。ご飯といっしょに食べてください。

②  04-27

これはモモです。ネパールの料理です。

かわ なか やさい にく い む
皮の中に、野菜と肉を入れて、蒸します。ぎょうざ に
餃子に似ています。たれをつけて食べると、おいしいですよ。③  04-28

これはインドネシアのガドガドというサラダです。

ゆでた やさい やゆで たまご など がい
ゆでた野菜やゆで卵などが入っています。

ピーナッツのソースをかけて食べます。このソースは甘辛いです。

④  04-29

これは中国のお菓子で、麻花といいます。

こむぎこ みず さとう い あぶら あ
小麦粉に水、砂糖などを入れて、油で揚げます。

ちょっと固いです。

第4課 しょうゆをつけないで食べてください

かんじの**ことば**

1 よ読んで、意味を確認しましょう。

读单词，并确认意思。

しお 塩	塩	塩	まんぞく 満足(な)	満足	満足
あぶら 油	油	油	き 切る	切る	切る
りょう 量	量	量	や 焼く	焼く	焼く
かた ~方	方	方	い 入れる	入れる	入れる
や ~屋	屋	屋			

2 _____の漢字に注意して読みましょう。

读下面的句子并注意横线上的汉字。

- ① 魚を焼きます。
- ② この料理の食べ方を教えてください。
- ③ このお菓子は、油で揚げて作ります。
- ④ この定食屋さん、味も量も満足です。
- ⑤ まず、野菜を切ります。それから、お湯に塩を入れてゆでます。

3 上の _____のことばを、キーボードやスマートフォンで入力しましょう。

用电脑或手机输入上方 _____ 的词汇。

ぶんぼう
文法ノート

① Nなら、～

A: この近くに、おすすめの店がありますか？
这附近有推荐的店吗？

B: この近くなら、「平兵衛」がおすすめです。
这附近的话，我推荐“平兵卫”。

- 这是在回答问题时，引用对方的话进行回答时使用的表达方式。N为对方说过的内容的关键词。在例句中，被问到推荐的店时，使用了这个句型进行回答。

• 質問に答えるときに、相手の言葉を引用して、答えるときの言い方です。Nには、相手が言った内容のキーワードとなる言葉がきます。ここでは、おすすめの店を聞かれて、答えるときに使っています。

【例】▶ A: おいしいラーメン屋さん、知りませんか？
你知道什么好吃的拉面店吗？

B: おいしい店なら、「千歩」だね。
好吃的店的话，“千步”不错。

▶ A: 安くお昼ご飯が食べたいんですけど…。
想找个便宜的地方吃午饭……。

B: 安い店がいいなら、「田山食堂」かな。安いし、おいしいよ。
想找便宜的店的话，可以去“田山食堂”。既便宜，又好吃。

② V-て、～

V-ないで、～ <方法 ほうほう 方法>

こちらの野菜の天ぷらは、つゆにつけて食べてください。
这个蔬菜天妇罗，请蘸着调味汁吃。

エビはつゆにつけないで、塩をかけて食べてください。
虾不要蘸调味汁，请撒上盐吃。

- 这是对菜肴的食用方法或饮用方法等进行说明时使用的表达方式。“V-て／V-ないで”可以表示接下来的动作是在怎样的状态下进行的。

- “V-て、～”用于表示在怎样的状态下，进行下面的动作。

- “V-ないで、～”则表示在不要怎样的状态下，进行下面的动作。动词的ない形后面加“で”。

• 料理の食べ方や飲み方などの方法を説明するときの言い方です。「V-て／V-ないで」は、次に続く動作をどのような状態であるかを述べることができます。

• 「V-て、～」は、その状態で、次の動作をすることを述べるときに使います。

• 「V-ないで、～」は、そうしないで、次の動作をすることを述べるときに使います。動詞のナイ形に「で」をつけます。

第4課 | しょうゆをつけないで食べてください

【例】 ▶ サラダには、このドレッシングをかけて食べてください。
沙拉请浇上沙拉汁以后再吃。

▶ この果物は、皮をむかないで、そのまま食べられます。
这个水果，不用剥皮，可以直接吃。

3

V- ちゃだめです

一度に、そんなにたくさんお肉を入れちゃだめですよ。
一次放那么多肉可不行啊。

- 这是告诉对方不可以怎么做时使用的表达方式。
- “V-ちゃだめです”是“V-てはだめです”的缩略形(缩短后的口语形式),是口语中使用的非正式的表达方式。像“飲んで”“泳いで”这样,动词的て形为“V-で”的动词时,则变成“V-じゃ”的形式,如“飲んじゃ”“泳いじゃ”。
- 相手に、してはいけないことを伝えるときの言い方です。
- 「V-ちゃだめです」は、「V-てはだめです」の縮約形(縮めて言う形)です。話し言葉で使われるカジュアルな言い方です。「飲んで」「泳いで」のように、動詞のテ形が、「V-で」となる動詞の場合は、「飲んじゃ」「泳いじゃ」のように「V-じゃ」となります。

【例】 ▶ そんなにたくさんしょうゆをかけちゃだめですよ。
倒那么多酱油可不行啊。

▶ A: あっ、これはもう古いから、食べちゃだめです。
啊,这个已经放太久了,不能吃。

B: そうなんですか。
这样啊。

4

V- してから、～

うどんは、お肉と野菜を食べてから、入れましょう。
吃完肉和蔬菜以后再放乌冬面吧。

- 这是明确表示动作顺序的表达方式。
- “V-してから、～”表示,先做V的动作,然后做下面的动作。
- 接在动词的て形后面。
- 動作の順番をはっきり言うときの言い方です。
- 「V-してから、～」は、Vの動作を最初にして、それから次の動作をすることを言います。
- 動詞のテ形に接続します。

【例】 ▶ お好み焼きは最初に具をよく混ぜてから、焼きます。
什锦煎饼要先把材料拌匀,然后再煎。

⑤

S1 が、S2

^{みせ あたら}お店は新しくきれいですが、^{ひる こ}お昼は混んでいます。
 店舗很新很干净,但是中午人很多。

- “～が”用于连接具有对比关系的2个分句。
- 在《初級1》第5课中,我们学过用“～けど”来表示对比。“～けど”在口语中用的比较多。而“～が”则常用于书面语或正式场合。
- 「～が」は、対比的な2つの文をつなぐときに使います。
- 『初級1』第5課では、対比を表すときに「～けど」を使うことを勉強しました。「～けど」は話し言葉で使われることが多いです。それに対し、「～が」は書き言葉で使われたり、改まった場面で使われたりすることが多いです。

^{れい}【例】▶ ^{りょうり}料理はとてもおいしかったですが、^{すこ ねだん たか}少し値段が高かったです。
 菜很好吃,但是价格有点贵。

日本の生活
TIPS

● ラーメン 拉面

拉面是一种以中国的面类为基础，由日本独自开发的食品。目前，日本拉面已经遍布全世界。

拉面根据汤头的调味，分为“しょうゆラーメン（酱油拉面）”“塩ラーメン（盐味拉面）”“味噌ラーメン（味噌拉面）”等。此外，还有用猪骨熬制的乳白高汤做底的“豚骨ラーメン（猪骨拉面）”。

在日本各地，都有具有当地特色的“ご当地ラーメン（当地拉面）”。例如，福岡的“博多拉面”的特色是猪骨汤底搭配细面。北海道札幌的“札幌拉面”则是在味噌汤底中加入大量的黄油和玉米。福島县的“喜多方拉面”的特色则是清淡的酱油汤底搭配较粗的曲面。

ラーメンは、中国の麺料理をもとに、日本で独自の発展をしてきました。現在、日本のラーメンは、世界に広がっています。

ラーメンは、スープを何で味付けをするかによって、「しょうゆラーメン」「塩ラーメン」「味噌ラーメン」などがあります。また、豚の骨からスープをとった白濁のラーメンを「豚骨ラーメン」と呼びます。

日本の各地には、地域ごとに特徴をもった「ご当地ラーメン」があります。例えば、福岡の「博多ラーメン」は豚骨スープと細い麺が特徴的です。北海道札幌の「札幌ラーメン」は、味噌を使ったスープに、しばしばバターやコーンを入れます。福島県の「喜多方ラーメン」は、あっさりしたしょうゆ味のスープと太めの縮れ麺が特徴です。

● きょうどりょうり
郷土料理 乡土菜肴

toriten とり天



kiritanpo-nabe きりたんぼ鍋



hitsumabushi ひつまぶし

在日本各地，都有当地有名的菜肴，这也是很多人的旅行乐趣之一。在课文中出现的“とり天（鸡肉天妇罗）”是大分县的一道名菜，是用鸡肉做成的天妇罗。除此之外，日本还有各种各样有名的乡土菜肴，例如，秋田的“きりたんぼ鍋（米棒火锅）”、名古屋的“ひつまぶし（鰻鱼饭）”、香川の“讃岐うどん（赞岐乌冬）”、长崎の“ちゃんぽん（什锦海鲜面）”、沖縄的“ゴーヤチャンプルー（什锦炒苦瓜）”等。每一道菜肴都充分利用了当地的食材，在该地区代代相传。

日本各地には、その土地の名物の料理があり、旅行の楽しみの1つになっています。本文に出てきた「とり天」は、鶏肉を天ぷらにした料理で、大分県の名物料理です。そのほかに、日本の有名な郷土料理には、例えば、秋田の「きりたんぼ鍋」、名古屋の「ひつまぶし」、香川の「讃岐うどん」、長崎の「ちゃんぽん」、沖縄の「ゴーヤチャンプルー」など、さまざまなものがあります。どの料理も、その土地で採れる食材を活用し、その地域で受け継がれてきた料理です。

● しょうゆ/ソース/つゆ/たれ

醤油/酱汁/调味汁/蘸料

用于给菜肴调味的调味料有很多种。

“酱油”是在日本菜中使用最广的一种调味料，由大豆制成。不仅可以在吃生鱼片或寿司时沾着吃，还可以给日本菜调味。

“酱汁”来源于英语“sauce”。在日语中单独使用“ソース”一词时，指的是在吃炸物或炸肉排时浇在表面的黑色伍士达酱或同一类型的酱汁中调整过浓度的中等浓度酱汁或炸猪排酱汁。而在说除此以外的酱汁时，则会在“～ソース”前面加入其他词汇进行指定，比如“タルタルソース（塔塔酱）”“ピーナッツソース（花生酱）”“デミグラスソース（多明戈拉斯酱）”等。

“调味汁”混合了酱油和高汤，然后加入酒或甜料酒调味。一般会放在较深的容器里，在用餐的时候沾着吃，比如在吃天妇罗或荞麦面时，便会沾着调味汁吃。调味汁不仅可以直接沾着吃，还可以给日本菜调味。

“蘸料”是指倒在小碟中、味道较重的液体，供客人蘸着吃的调味料。除了烤肉时蘸的“烤肉蘸料”、涮锅时蘸的“芝麻蘸料”等之外，在各国菜肴中，蘸着吃的调味料在日语中都统称为“たれ（蘸料）”。

料理に味付けをする調味料には、さまざまなものがあります。

「しょうゆ」は日本料理で最もよく使われる調味料で、大豆から作られます。刺身やすしなどに直接つけるほか、日本料理の味付けに使われます。

「ソース」というのは英語の“sauce”からくることばですが、日本語で単独で「ソース」という場合には、フライやカツにかける、黒いウスターソース、または、同じ系統のソースで濃さを調整した、中濃ソース、豚カツソースのことを指します。これ以外のソースをいう場合は、「タルタルソース」「ピーナッツソース」「デミグラスソース」のように、「～ソース」の前にことばを入れて、特定する必要があります。

「つゆ」というのは、しょうゆと出し汁を合わせ、酒やみりんなどで調整した調味料です。比較的深い器に入れて、料理を浸して食べるイメージで、天ぷらやそばを食べるとき、つゆにつけて食べます。料理を直接つけるだけでなく、日本料理の味付けにも使われます。

「たれ」は、平たい小皿に濃い目の液体が入れられ、料理をつけて食べるものをいいます。焼き肉をつける「焼き肉のたれ」や、しゃぶしゃぶの「ごまだれ」などのほか、各国料理で、料理をつけて食べる調味料は、日本語では広く「たれ」に分類されます。



● てま 手巻きずし 手巻寿司



在寿司中，将米饭铺在海苔上，然后放上其他食材后卷起来吃的叫做“巻きずし（寿司卷）”。在寿司卷中，吃的人自己在手上卷起来吃的寿司，叫做“手巻きずし（手巻寿司）”。手巻寿司制作简单，省时省力，在举办家庭聚会时很受欢迎。手巻寿司的材料除了金枪鱼、三文鱼、虾等海鲜之外，还常用到黄瓜、牛油果、厚蛋烧、腌葫芦干、纳豆等。

すしの中でも、のりの上にご飯をのせ、その上に具をのせて巻いて食べるすしを「巻きずし」といいます。巻きずしの中でも、食べる人が自分で手の上で巻いて食べる巻きずしを、「手巻きずし」と言います。

手巻きずしは、簡単に作れて手間もあまりかからないことから、ホームパーティーのメニューとして人気があります。手巻きずしの具は、マグロやサーモン、エビなどの魚介類のほか、きゅうり、アボカド、卵焼き、かんぴょう、納豆などが使われます。

● やきいも 烤红薯

“烤红薯”是将整个红薯用火慢烤而成。使用将红薯放入热的石头中进行加热的方法制成的红薯，叫做“石烤红薯”，据说与普通烤制而成的红薯相比，味道更甜。在日本，到了冬天，路上能够看到开着卡车、拉着石烤红薯设备的人，在卖烤红薯。他们一边用扩音器放着“やきいも〜いしや〜きいも〜焼きたて〜（烤红薯～石烤～红薯～现烤现卖～）”的吆喝声，一边推着小车慢悠悠地走街串巷，成为了日本冬季的一道风景线。不过，在有的地方最近这种开着卡车卖石烤红薯的摊子越来越少，取而代之的是超市食品卖场里使用电热烤红薯机烤出的红薯，很受客人们的欢迎。烤红薯的价格根据大小有所不同，每个大约 500 日元到 700 日元左右（如果担心价格的话，可以跟老板说“请给我 500 日元的”）。



「焼きいも」は、サツマイモを丸のまま、弱火で時間をかけてじっくりと焼いた料理です。加熱の方法として、熱した石の中にもを入れて焼いたものを「石焼きいも」といい、普通に焼くよりも甘みが増すといわれています。日本では、冬になると、トラックの荷台などに石焼きいもの設備を載せて、焼きいもを売る人が見られます。スピーカーで「やきいも〜いしや〜きいも〜焼きたて〜」のような独特の節回しを流しながら、町中をゆっくり走る屋台は、冬の風物詩となっています。しかし、地方によっては最近このような車載の屋台の石焼きいもが減り、代わりにスーパーの食品売り場で、電気式の焼きいも機を使った焼きいもコーナーが人気となっています。焼きいもは、大きさによって違いますが、だいたい1本あたり 500 円～700 円ぐらいです（値段が心配なときは、「500 円ください」のように言って頼むといいでしょう）。

● しゃぶしゃぶ 涮锅

“涮锅”是一种用筷子夹住薄片在沸腾的高汤中涮熟后食用的一种菜肴。涮锅中使用的肉一般为牛肉或猪肉，关西多用牛肉，关东则多用猪肉。在北陆地区，还有使用了青甘鱼切片的“青甘鱼涮锅”。涮锅给人一种高级的印象，但在最近，能以比较便宜的价格吃到涮锅自助的连锁店也越来越多。

涮锅用的肉和高汤本身并没有什么味道，因此一般会蘸着芝麻蘸料或橙醋来吃。不过，最近，尤其是以连锁店为主，推出了寿喜烧风味、番茄风味、咖喱风味等各种调味高汤锅底的涮锅，食用方法越来越多。

涮锅的最后，会在剩余的锅底中加入乌冬面、中华面等，或者加入米饭和鸡蛋做成汤饭等，以碳水化合物收尾。这种在最后吃碳水化合物类主食的习惯叫做“シメ（收尾）”，不仅是在涮锅时，在吃其他日本的火锅类菜肴时，也是值得享受的乐趣之一。



「しゃぶしゃぶ」は、薄く切った肉を箸で1枚ずつつまみ、沸騰した出し汁に数回くぐらせて食べる料理です。しゃぶしゃぶに使われる肉は、牛肉または豚肉が一般的で、関西では牛肉、関東では豚肉が多いようです。北陸では、プリの切り身を使った「プリしゃぶ」などもあります。

しゃぶしゃぶは、高級料理のイメージがありますが、最近では、食べ放題など比較的安価に食べられるチェーン店なども増えています。

しゃぶしゃぶの肉や出し汁自体にはあまり味がないので、ごまだれやポン酢につけて食べるのが一般的です。しかし、最近では、特にチェーン店などを中心に、すき焼き風、トマト味、カレー味など、出し汁に味を付けて食べる食べ方も増えています。

しゃぶしゃぶの最後は、残った出し汁にうどんや中華麺などを入れたり、ご飯と卵を入れて雑炊にしたりなどして、炭水化物をとります。このように、最後に炭水化物の主食をとることを「シメ」といい、しゃぶしゃぶに限らず、日本の鍋料理の楽しみ方の1つとなっています。