

# Японско-русский разговорник

для указания пальцем

(日露 指差し会話帳)

для ухода на дому

(訪問介護 編)



## 目次（Содержание）

初回訪問時挨拶 （Приветствие во время первого визита）	4
次回よりの挨拶（Приветствие в следующий приход）	4
調理（Приготовление пищи）	8
食事（Еда）	12
買い物（Покупки）	14
入浴介護 1（Помощь при принятии ванны 1）	16
入浴介護 2 風呂場にて （Помощь при принятии ванны 2. В ванной комнате）	18
入浴介護 3 体拭き・着替え （Помощь при принятии ванны 3. обтирать и переодевать）	20
掃除（Уборка）	22

洗濯（スチрка）	24
トイレ介護（Помощь в туалете）	26
通院介護（Помощь при посещении больницы）	28
薬受け取り（Получение лекарств）	30
その他（И другое）	32
排泄介護・おむつ交換	
（Помощь при испражнении и смене памперса）	34
褥瘡がある場合（Если есть пролежни）	36
清拭がある場合（Если надо обтереть больного）	37
介護保険法は一定の規制があります（В законе о страховании по уходу есть установленные ограничения）	38



初回訪問時挨拶

Приветствие во время первого визита

こんにちは  
Здравствуйте!

私、ヘルパーの〇〇です  
Я, работник по уходу 〇〇.

よろしくお願ひします  
Прошу любить и жаловать!

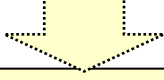


次回よりの挨拶

Приветствие в следующий приход

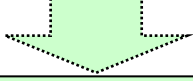
お変わりありませんか  
Изменения есть?

黄色：ヘルパー  
Желтый фон —  
работник по уходу



お体はいかがですか  
Как вы себя чувствуете?

青：利用者  
Бледно-зеленый фон —  
потребитель



げんきです  
Чувствую себя  
хорошо.

だいじょうぶです  
Нормально.

顔色よさそうですね  
Цвет лица, похоже, хороший.

ヘルパーの仕事 始めていいですか  
Можно приступить к обязанностям  
помощника?

おねがい します  
Прошу вас.

きょうは たいちょうが わるい  
Сегодня состояние плохое.

どこが、悪いですか  
Что-нибудь  
беспокоит?



あたまが いたい

Голова болит

こしが いたい

Поясница болит

ひざが いたい

Колени болят

ねつが ある

Есть температура

とても たいちょうが わるい

Состояние очень плохое

お身内、ケアマネジャーに連絡していいですか

Можно сообщить родственникам и менеджеру по уходу?

はい

Да

いいえ、だいじょうぶです

Нет, нормально

緑：ヘルパー／利用者 両方が利用できる

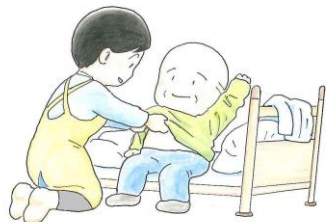
Ярко-зеленый фон — как потребитель,  
так и работник по уходу

もういちど、おねがいします  
Ещё раз, пожалуйста.

ゆっくり、おねがいします  
Помедленнее, пожалуйста.

わかりません、かいてください  
Непонятно, напишите.

メモ



調理

Приготовление пищи

今日は 何を お作りしますか  
Сегодня что приготовить?

スープ、作りますか  
Суп приготовить?

飲み物だけは 飲んでください  
Хотя бы только попейте что-нибудь

今から 作ります  
Сейчас готовлю



ここにある材料で お任せいただけますか  
Можно по своему усмотрению использовать продукты, которые здесь имеются?

味付け、お願いします  
Дайте, пожалуйста, специ



なにも つくらなくて いい

Можно ничего не готовить

つくって ください

Приготовьте...

〇〇を つくってください

Приготовьте 〇〇



これで つくってください

Приготовьте так

おまかせ します

Полагаюсь на ваше усмотрение

味見していただけますか

Попробуйте, пожалуйста



ピロシキ

Пирожки

たまご りょうり

Блюдо из яиц

(にく/やさい) いため

Жаренное (мясо/овоци)

(やさい/さかな) の スープ

(Овощной / Рыбный) суп

さかなを あぶらで やいたもの

Рыба, жаренная на растительном масле

ロシア りょうり

Русское блюдо

からいもの

Острая пицца

あじの こいもの

Пицца с солёным вкусом

うすあじのもの

Пицца с малосольным  
ВКУСОМ

あっさりしたもの

Пицца с малым  
содержанием жира

やわらかいもの

Мягкая пицца



食 事

Еда

はい、どうぞ  
Вот, пожалуйста



熱くないですか  
Не горячее?

お味はどうですか  
Как на вкус?

食器下げていいですか  
Можно убрать посуду?

いただきます  
Спасибо

だいじょうぶ  
Нормально



おいしいです  
Вкусно

もう いいです  
Хватит

(きょうは) しょくよくが できません  
(Сегодня) нет аппетита

ごちそうさま、おいしかったです  
Спасибо, было вкусно

買 い 物

Покупки

買い物に行く準備、しましょう

Давайте подготовимся идти за покупками

何を買いますか

Что будем покупать?

どちらがいいですか

Что понравилось  
больше?

金額は〇〇円です

Сумма〇〇 иен

おつり・領収書確認します

Сдачу и квитанцию проверю

品物整理します

Разберу покупки

ちょっと たかいですね

Дороговато.



〇〇がないので、買っておいてもいいですか  
Так как 〇〇 нет, можно купить?



洗剤、石鹸、シャンプー、リンス、トイレットペーパー、油、調味料  
Моющее средство, мыло, шампунь, ополаскиватель,  
туалетная бумага, растительное масло, специи

あまり おかねを つかいたくないです  
Не хочу тратить много денег

やすいのを かってきてください  
Купите подешевле



これと おなじものを かってきてください  
Купите такое же, как это

ちょっと たかくても、  
いいもの(しんせんなもの)を かってきてください  
Даже если немного дорого, купите хорошее (свежее)

入浴介護 1

Помощь при принятии ванны 1

入浴の準備をします

Приготовимся принимать ванну

シャワー浴にしますか

Душ будете принимать?

体、拭きますか

Тело оботрём?



手・足、洗いますか

Руки и ноги помоем?

わかりました、次回に 入浴しましょう

Понятно, давайте в следующий раз примем ванну



きょうは にゆうよく しません

Сегодня ванну не буду принимать

シャワーよくも しません

И душ не буду принимать

ふかなくて いいです

Можно не обтирать

それも いいです [не надо]

Это тоже не надо

入浴介護 2 風呂場にて

Помощь при принятии ванны 2  
В ванной комнате

一人で脱げますか  
Сами можете раздеться?

滑るので気を付けてください  
Скользко, будьте осторожны

湯加減は どうですか  
Как вам температура воды?

(手すり) ここに捕まってください  
Держитесь здесь (поручни)

そろそろ上がりますか  
Потихоньку выходим?

また入りますか  
Ещё раз примем ванну?



てつだって ください

Помогите

椅子に 座ってください

Садитесь на стул

あつい

Горячо

ちょうど いい

Как раз.

ぬるい

Недостаточно горячая

頭、洗います

Помоем голову

(顔/体) 洗います

Помоем (лицо/тело)

前(陰部)は ご自分で お願いします

Спереди (гениталии) сами помойте

入浴介護 3 体拭き・着替え  
Помощь при принятии ванны 3  
Обтирать и переодевать

体、拭きます  
Оботру тело

着替えますか  
Будете переодеваться?

下着は 新しいのに 換えますか  
Нижнее белье наденете свежее?



きもち よかったです

Было очень хорошо

さっぱり しました

Чувствую себя освежённой

きれいに になりました

Стала чистой

ありがとう

Спасибо

掃除  
Уборка

今日はどこを掃除しますか  
Сегодня где будем убираться?

できるところは一緒にお願いします  
Там, где сможете, давайте вместе убираться.





居間、掃除します

Будем убираться в гостиной

台所、掃除します

Будем убираться на кухне

寝室、掃除します

Будем убираться в спальне

トイレ、掃除します

Будем убираться в туалете

浴室、掃除します

Будем убираться в ванной

洗濯

Стирка

今日、洗濯物ありますか

Сегодня бельё для стирки есть?

洗濯物、洗います

Буду стирать бельё



シーツ交換します

Поменяем простыню

洗濯、終わりましたので、干します

Бельё постиралось, поэтому повешу сушить



せんたくもの ありません

Белья для стирки нет

まだ せんたくしなくて いいです

Пока можно не стирать.

洗濯物、取り込みます

Заложу бельё в стирку

洗濯物、整理します

Рассортирую стирку

布団、干しますか

Постель будем просушивать?

トイレ介護

Помощь в туалете

トイレ、行きますか  
Пойдёте в туалет?

ズボン、下げますね  
Снимем штаны

私に つかまってください  
Держитесь за меня

私の背中に 手を 回してください  
Обхватите меня за пояс



ゆっくりで いいですよ  
Можно помедленнее

トイレ いきません  
В туалет не хочу

終わったら また来ますね  
Как закончите, опять приду

トイレ いきます  
Пойду в туалет

お済みですか  
Закончили?

でません  
Не выходит

すっきりしましたか  
Облегчились?

おわりました  
Закончила

ズボン上げますね  
Подтянем штаны

通院介護

Помощь при посещении больницы

病院に いきます

Поедем в больницу

車椅子、出します

Достану инвалидное кресло



車椅子に 乗りましょう

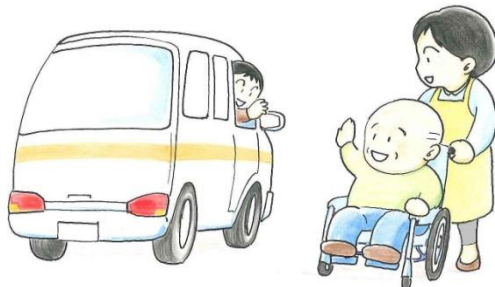
Садитесь в инвалидное кресло

行きます

Поехали

診察券、預ります

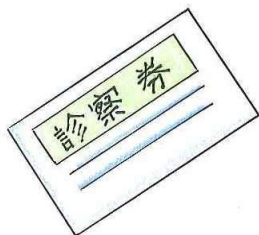
Возьму на время вашу карточку приёма



タクシーを 呼んできます  
Пойду вызову такси

私の手に つかまってください  
Держитесь за мои руки

頭に 気をつけてください  
Осторожнее голову



お疲れ様でした  
Всё, закончили

薬受け取り

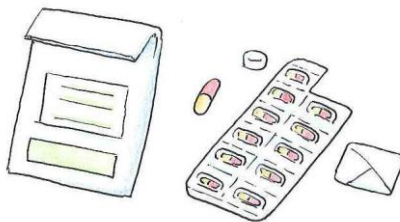
Получение лекарств

薬受け取りに 行きます

Пойдём получать лекарства

「薬カレンダー」に 整理します

Лекарства рассортируем по дням календаря



(袋から) 薬、出しますね

Достану лекарства

薬、飲みましょう

Давайте выпейте лекарства

その他  
И другое

段差に 気をつけてください  
Осторожно, ступенька

すみません、動かないでください  
Извините, не двигайтесь

痛く ありませんか  
Вам не больно?

手を 放しますよ  
Отпустите руку

ここから 移動しないでください  
Отсюда не перемещайтесь





きゆうに きぶんが わるくなりました

Неожиданно самочувствие ухудшилось

いたい

Больно

それは いやです

Я не хочу это

排泄介護・おむつ交換

Помощь при испражнении и смене памперса

おむつを 交換します  
Поменяем памперс

お布団を とります  
Сниму постель

ベッドの柵を 取ります  
Сниму ограждение на кровати

ベッドの柵を 付けます  
Поставлю ограждение на кровати

お布団を 掛けます  
Постелю постель



お尻をきれいにしましょう

Давайте помоем сзади

失礼します(衣服の脱衣)

Извините (снимает одежду)

体を 右/左に向いて いただけますか

Вы можете перевернуться на правый бок/левый бок?

(下着/シーツ) を 取り替えます

Поменяем (нижнее белье / простыню).

ありがとうございました

Спасибо

ありがとう

Спасибо

褥瘡がある場合  
Если есть пролежни

お薬、つけます  
Помажу лекарством

大丈夫ですか  
Вам нормально?

やり直します  
Переделаю

いかがですか（薬をつけた後の問いかけ）  
Как вам?

すこしわるい  
Немного плохо



清拭がある場合

Если надо обтереть больного

タオル、温めてきます

Пойду подогрею полотенце

タオル、熱くないですか

Полотенце не горячее?

だいじょうぶです

Нормально

すこし あつい

Немного горячо

さっぱりしました

Чувствую облегчение

お疲れ様です、終わりました

Я закончила, спасибо



介護保険法は一定の規制があります

В законе о страховании по уходу есть установленные ограничения



生活援助は ご利用者と一緒にできる事は、  
共に作業するのが 基本です

Основа помощи в повседневной жизни – если что-то можно делать вместе с пользователем, то надо это делать вместе

(ケアマネジャーのプラン以外の介護)は できません

(Получать услуги, кроме предписанных менеджером по уходу), нельзя

(家族への部屋の掃除・買い物・調理)は できません

(Убираться в комнатах членов семьи / делать для них покупки / готовить для них) нельзя

時間の延長は できません

Нельзя оказывать (услуги по уходу помимо установленного пользователем времени)

(介護プランに不満があれば)

ケアマネジャーと一緒に プランを変更することが 必要です

(Если есть недовольство планом по уходу),  
необходимо пересмотреть план вместе с  
менеджером по уходу

今日すぐにプラン変更はできません。

(来週/再来週) まで 待ってください。

Сразу сегодня план не изменить. Подождите,  
пожалуйста, (до следующей недели / недели две).

(私にはその権限がありません)

ケアマネジャー・会社に連絡していいですか

(У меня нет таких полномочий), можно сообщить  
менеджеру по уходу и на фирму



『日露指差し会話帳（訪問介護編）』

平成 29 年 8 月版

作成：中国帰国者支援・交流センター

イラスト：戸高久智

〒110-0015 東京都台東区東上野 1-2-13 カーニブレイス 7F

電話 03-5807-3173（教務課）

メール [info@sien-center.or.jp](mailto:info@sien-center.or.jp)

ホームページ <http://www.sien-center.or.jp/>

-無断転載・複製を禁じます。ご利用の際にはご連絡ください。-