

# 指点沟通式 日中双语实用手册

(日中 指差し会話帳)

日托介护服务 编

(デイサービス 编)



中国帰国者支援・交流センター

ホームでの活動 **在介護施設的活動**

体調不良等の訴え

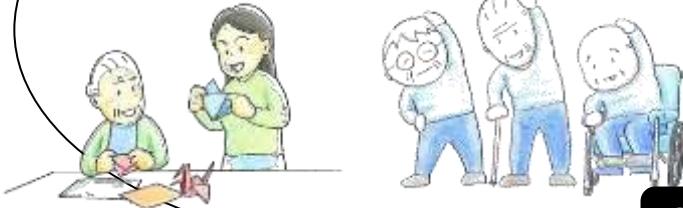
**健康状態欠佳等  
表述**



4、5頁

レクリエーション・体操

**娱乐・体操**



6、7頁

食事

**用餐**



8、9頁

入浴

沐浴  
/洗澡



10、11頁

送迎 接送



12、13頁

外出 外出



14、15頁

体調不良等の訴え  
健康状態欠佳等表述

青：利用者

たいちょうが よくない  
身体不好

からだ が だるい  
身体乏力

ねつっぽい  
好像发烧了

くるしい  
难受

べんぴ  
便秘

げり  
腹泻

さむけが する  
发冷



黄色：ヘルパー

具合は いかがですか

身体 怎么样？

シエンティー ツエンマヤン

かぜぎみ

感觉有点儿感冒

きもちが わるい

身体不舒服 / 难受

ここが いたい (痛いところを指せばいい)

这儿 疼 (指着疼的地方指这句话就可以)

きょうは うちで やすむ

今天在家休息

つかれたので (ベッドで) よこになりたい

我累了, 想(上床)躺一会儿

レクリエーション・体操

娱乐・体操

やりかたがわからない

不知道如何做

いまはやりたくない

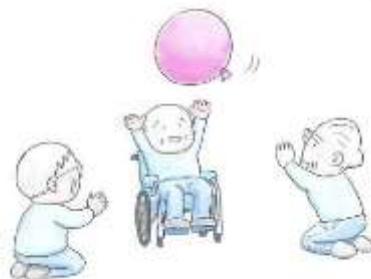
现在不想做

みているだけでいい

我看别人做就行

やすんでいたい

我想歇一会儿



ほかのことがしたい

我想做别的

ねむい

困了

一緒にやりましょう

**一起做吧!**

イーチー ツオ バ

きょうは たいちょうが よくない

**今天身体不好**

ひとりでいたい

**我想一个人呆一会儿**

すこし やすんでから やる

**稍微休息一会儿再做**

しずかにしていきたい

**我想安静安静**

ちよっと きょうみが …

**没趣儿 / 没意思**



食 事  
用 餐

しょくよくがない

没有食欲

いまはたべたくない

现在不想吃

ここにすわりたくない

不想坐在这里

はし/スプーンのほうがいい

用筷子 / 勺儿更好

おなか いっぱい

吃饱了

りょうが おおい/すくない

量 多 / 少

あじが こい/うすい

味道太重 / 太淡

くちにあわない

不合口味儿



どうぞ 召し上がれ  
**好了，请吃吧**  
ハオ ラ、 チン ツー バ

あとで たべます  
**以后再吃**



この あじつけが にがて  
**这种味道我吃不惯**

おかわり できますか  
**再添点儿(饭菜)可以吗?**

うちから(とうば んじゃん) を  
もってきてもいいですか  
**我可以把家里的(豆瓣  
酱)带来吗?**

入浴  
沐浴/洗澡

ひとりでできる  
一个人可以洗澡

せなか / あしのさき、あらってほしい  
想让人帮我洗 后背 / 脚尖

からだをきれいにあらってほしい  
想让人帮我把身体洗干净

じぶんでしたい  
想自己洗

てつだってほしい  
想让人帮我洗

あつい / ちょうどいい / ぬるい  
烫 / 正好 / 凉·不够热

かゆいところとか ありませんか

**有没有 痒(刺挠)的地方?**

ヨウ メイ ヨウ ヤン (ツーナオ) ダ ディーファン

かみをあらってほしい

**想让人帮我洗头发**

かみはあらわなくていい

**不用洗头发**



おゆが おおい / すくない

**洗澡水 多 / 少**

きたない

**脏 / 不干净**

送 迎  
接 送

もっと 早い/おそいじかんにしてほしい  
**希望再早一点儿/再晚一点儿**

くるまに よう ので  
いちばん まえの せきに すわらせてほしい  
**我晕车，希望坐在最前排**

くるまに よう ので いちばんに おろしてほしい  
**我晕车，希望最先下车**

いえの かぎを あけてほしい  
**请帮我开一下门锁**

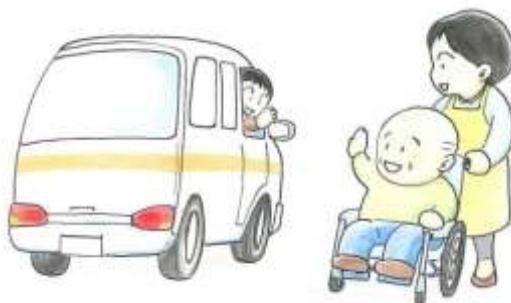
お待たせしました

让您久等了

ラン ニン ジウ ドン ラ

いえのまえまで おくってほしい

希望把我送到家门口儿



外 出  
外 出

そとに でたくない  
不想到外面去

あるきたい  
想走

あまり あるきたくない  
不太想走

( )へいきたい  
想去( )



お散歩に行きましょう

咱们一起去散步

ザン メン イーチー チーサンブー

すこしならでたい

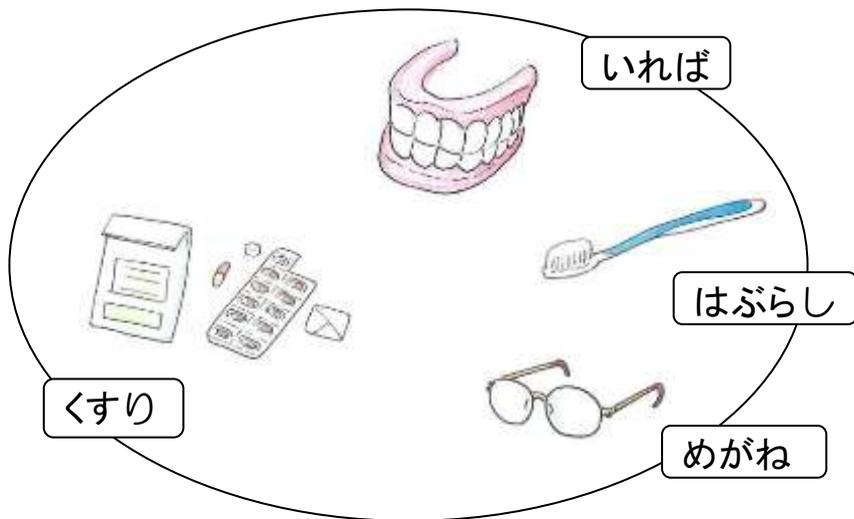
在外面稍微呆一会儿的话还行

くるまいすでなら がいしゅつしたい

如果坐轮椅去外面的话还行



持ち物  
携帯物



『日中指差し会話帳（デイサービス編）』  
平成30年 2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 カーネープレイス新御徒町 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。