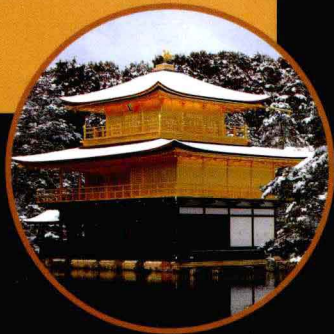


翰林主编

# 零起点 日语发音 突破



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



翰林主编

# 零起点 日语发音 突破

编者 林玲



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

## 图书在版编目(CIP)数据

零起点·日语发音突破/翰林主编. —上海:上海交通大学出版社,2012

(零起点系列)

ISBN 978-7-313-08632-7

I. 零... II. 翰... III. 日语—发音—自学参考资料 IV. H361

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 119748 号

## 零起点·日语发音突破

翰林 主编

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路 951 号 邮政编码 200030)

电话:64071208 出版人:韩建民

常熟市文化印刷有限公司印刷 全国新华书店经销

开本:880mm×1230mm 1/32 印张:4 字数:178 字

2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷

印数:1~4030

ISBN 978-7-313-08632-7/H

ISBN 978-7-88844-661-8/H

定价(含 MP3):18.00 元

---

版权所有 侵权必究

告读者:如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系  
联系电话:0521-52219025

# 前言

选择学习日语，有些人是为了求职加薪的需要；有些人是对日本的动漫和游戏深深着迷；有些人是因为喜欢营养美味的日本料理。无论是出于经济层面还是文化层面的考虑，既然选择这门语言，就要说出最地道最纯正的日语口音，只有这样才能不断提高自己的听说能力，达到有效地交流。反之，如果发音基础没打好，后期再想纠正的话，恐怕是难上加难了。所以说，只有铺平了道路车马才能走得更快，只有打好了地基高楼才能建得更稳，而日语的发音既是日语学习的开头也是最关键和重要的一步。

第一，正确的发音避免尴尬，增强自信心。同样的一句日语有些人说起来就会让日本人感觉很费解，这样不仅在一定程度上阻碍了交流的畅通，也影响了学习者学习日语的信心和勇气。如果能够使发音更地道，音调更准确，外国人听我们说话时，就不用再伸长脖子，拱起腰骨，也避免了一句话多次重复的尴尬了。

第二，正确的发音能够提高自己的听力水平，达到有效的沟通。不正确的日语发音难免会影响到听力。交流时，通常交流的一方不会给太多时间来判断他言语的含义，所以要想在第一时间理解对方言语的意思，除了要有丰富的日语知识之外，不可或缺的就是正确的日语发音。只有自己的发音正确，才能对号入座，知道对方在讲什么，从而达到有效的沟通和交流。

本书适用于日语初学者以及有一定日语基础想要提升自己日语能力的人群，全书日语汉字都标注有假名，单词都标注有声调，方便读者阅读和使用。

全书分为四章进行讲解，主要有：①日语发音的基本知识；②日语的音节与音变；③日语的声调与语调；④综合练习。书内配有发音插图，一目了然。此外还精选了单词和例句，配有练习，来提高读者的发音水平。

最后，预祝每一位读者都能够在日语的学习中学有所成！

# 目录

## 第一章 日语发音的基础知识 / 1

第一节 日语的语音与语音学 / 2

第二节 日语的发音器官 / 4

第三节 日语的音拍 / 5

## 第二章 日语的音节与音变 / 7

第一节 音节 / 8

第二节 音变 / 63

## 第三章 日语的声调与语调 / 94

第一节 声调 / 95

第二节 语调 / 110

## 第四章 综合练习 / 116

# **第一章 日语发音的基础知识**

---

## 第一节

## 日语的语音与语音学

为了表达某种意思，人们有意识地使用发音器官所发出的声音称为音声（日语里称作「音声」），音声跟自然界里的其他声音如咳嗽声、打嗝声等是不同的。所谓的语音则是指人们为了表达语言而使用发音器官发出的声音。音声包括语音和非语音（日语里称作「非言語音」）。语音与非语音是有区别的，譬如非语音是不能以任意分节的，是不能通过发音器官任意调节、任意组合的音节。

日语里的音声学指的是，研究语音的性质、发音方法以及特点的语音学。音声学研究对象指的是能够分节的，并可通过发音器官的调节任意组织各种音节的语音，但不包括非语音。

语音有以下三个特点。

### 一、语音的社会性质

用什么样的语音形式来表达自己的意思，不是由一个人两个人决定的，而是由使用该种语言的社会全体成员在使用过程中来约定俗成的。

2

### 二、语音的生理性质

语音是由人的发音器官发出来的，因此对发音器官采用不同的控制方法，必然会发出不同的语音。

### 三、语音的物理性质

语音具有音高、音强、音长、音色四种物理要素。

音高指的是声音的高低，它决定于发音体振动的快慢。在一定时间内，振动越快，声音越高。音高在日语里起着区分单词意义的重要作用。譬如由「あ」「め」这两个音节组成的单词，在标准日语里，如果「あ」发的音比「め」高的话，则是「雨」的意思；但如果「あ」发的音与「め」发的音是平行的话，则是「飴」的意思。

音强指的是声音的强弱，它决定于发音体振动幅度的大小，振动幅度的大小又跟发音受到的作用力的强弱有很大关系。语音的强弱是由发音时气流冲击发音器官即声带的强弱来决定的。音强跟音高不同，在日语里并不起着区分单词的重要作用。

音长指的是声音的长短即各个音节的长短。音长在很多语言里都有着区别语言

意义的作用。譬如在日语里，就有长音这一说法。

音色指的是声音的特色或者说是声音的本质，所以有时也被称作音质。同一个人，根据不同的场合，控制自己的发音器官，能够发出多种音色。



## 第二节

## 日语的发音器官

日语的发音器官主要分为三大部分：呼吸部分、发声部分、调音器官。

呼吸部分包括肺和气管。肺部呼出的气流是语音的原动力，气流则由肺部呼出，然后通过喉头，再作用于声带以及口腔等各类发音器官。

发声部分指的是喉头部分。喉头有两片声带，人们通过控制声带的松紧变化可以发出高低不同的声音。声门指的是两片声带之间的空隙，譬如有声音指的是振动声带发出的声音；无声音指的则是气流冲击发音器官但却不振动声带的声音。

调音器官指的是自喉头往上至口腔与鼻腔的各个器官，这一部分又称作声道。控制调音部分的各个器官，可以使得由此通过的有声音和无声音形成各种不同的音色，譬如在今后学到的鼻音、鼻浊音。

### 第三节

### 日语的音拍

所谓日语的音拍是指发音上的最短节拍单位即莫勒，日语中一般都是将一个假名作为一个莫勒单位即一拍，但是拗音例外。

从音声学的角度来区分音拍，主要有两种方法。一种方法是根据发音器官的运动规律来判断；另一种方法则是根据听觉来判断。

从音韵学的角度来区分音拍，是指按照某一民族所具有的特定的音节意识来区分的。譬如在汉语里，“hao（好）”“ba（吧）”“huar（花儿）”等都是一拍，但在日语里「かど①（角）」，「カード①（card）」虽然都只是一个词，却分别有2拍和3拍。研究日语的音节，一般都是从音韵学的角度来分析的。

日语的拗音为两个假名，算1拍；长音、促音、拨音等也都算作1拍。

如「ちゅうこく④（忠告）」有4拍，「コーヒー③（coffee）」有4拍，「キャッシュ①（cash）」则有3拍，「しんせつ①（親切）」有4拍。



#### 练习

◎ 看看下列单词各有几拍

1.	わしつ ①	(和室)	日式房间
2.	わすれる ①	(忘れる)	忘记
3.	エアポート ③		飞机场
4.	けっこん ①	(結婚)	结婚
5.	パッケージ ①		包装, 包装箱
6.	ぎゅうにゅう ①	(牛乳)	牛奶
7.	ちよくせつ ①	(直接)	直接
8.	びょういん ①	(病院)	医院
9.	ベビーシッター ④		保姆
10.	ずうずうしい ⑤	(凶々しい)	厚颜无耻
11.	きょうと ①	(京都)	京都



#### 对比练习

◎ 试着进行下列发音练习并数数每个单词有几拍

(1)	かど ①	(角)	角落
	カード ①		卡片
(2)	せかい ①	(世界)	世界
	せいかい ②	(正解)	正确的回答
(3)	ちず ①	(地図)	地图
	チーズ ①		奶酪
(4)	これ ②		这, 这个
	こうれい ②	(高齢)	高龄
(5)	ジェットき ③	(ジェット機)	喷气式飞机
	じっと ②		一动不动
(6)	ファミリー ①		家庭
	ふみん ②	(不眠)	不睡觉
(7)	デスク ①		桌子
	ディスク ①		唱片
(8)	プラットフォーム ⑤		站台
	プラットホーム ⑤		站台, 月台
(9)	もと ②	(元)	原来, 本来
	もんと ①	(門徒)	门徒, 弟子
(10)	こきゅう ②	(呼吸)	呼吸
	こうきゅう ②	(高級)	高级

## **第二章 日语的音节与音变**

---

## 第一节

## 音 节

## 一、元音

元音（母音<sup>ほいん</sup>）原则上都是有声音的。振动声带，呼出的气流不受发音器官阻碍的单音称为元音。现代日语中有五个元音，属于日语的五个基本音，它们分别是：

平假名	あ	い	う	え	お
片假名	ア	イ	ウ	エ	オ
国际音标	[a]	[i]	[u]	[e]	[o]



## 发音要领

「あ」「い」「う」「え」「お」都是单元音，每个音的音色、声调的高低、发音部位和口型都很稳定。在发这几个单元音时一定要保持口型，注意不要中途改变口型以及发音部位。下面针对各个元音的发音进行详细的解说。图1-图5中左为该音时的器官横截图，右为该发音时的唇形。

8

ア[a]

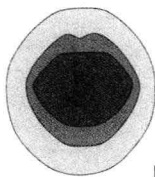
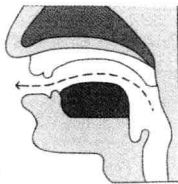


图1



双唇肌肉放松，舌头放低并稍向里缩。口的纵向及横向开度都比汉语的“a”小，舌头的位置也稍高，略靠后。如图1所示。

イ[i]

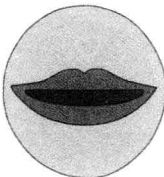
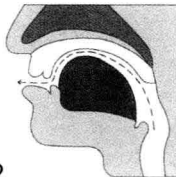


图2



前舌面向硬腭隆起，舌尖向下略微触及下齿龈。唇部和舌部肌肉较为松弛。舌位在日语五个元音里属于最高的。口的纵向开度与汉语“i”大体相仿，但横向开度小。发音时注意口形整体不要太紧张。如图2所示。

ウ[u]

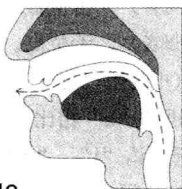
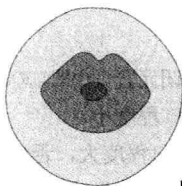


图3

后舌面隆起近软腭，开口度比[i]略小，双唇自然合拢。与汉语的[u]相比，差异较大。嘴唇扁平而不向前突出；舌的最高点比汉语的[u]靠前；上下臼齿间距很小，上下门齿是重合的。请咬住上下齿，稍微张开嘴唇发[u]，这是最接近日语「う」的发音。如图3所示。

エ[e]

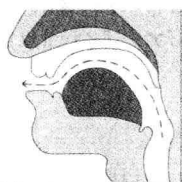
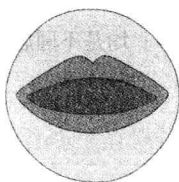


图4

前舌面隆起，舌尖抵住下齿。舌位比[i]低。开口度位于[i]和[a]之间。双唇略向两侧展开，舌部肌肉略紧张，发音时舌位不要滑动，注意保持口型不变化。大家注意不要将其发成汉语的[ei]，日语的「え」的口型比汉语[e]的口型要大些。如图4所示。

オ[o]

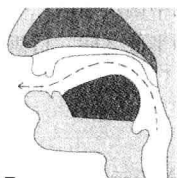
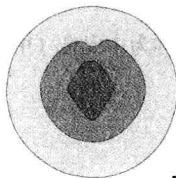


图5

舌向后缩，后舌面隆起。口的纵向开度略大于「う」，舌位高度处于[u]与[a]之间。唇部向内收缩成椭圆形。舌位比汉语[o]高且靠后；舌部肌肉的紧张度略高。注意要保持嘴唇和舌部肌肉的略微紧张感，保持舌位、口型均不变动。如图5所示。



## 分类

虽然元音在发音时不受口腔发音器官的阻碍，但是也会受到各种节制和影响，如口腔的开合程度、圆唇与否、舌位的高低和前后等。下面，根据这三个方面的特点对元音进行分类。

## 1. 按口腔开合大小分类

口腔张开大的称为开元音（広母音），舌位低。

口腔张开小的称为闭元音（狭母音），舌位高。

介于这两者之间的有半开元音（中開きの母音）或半闭元音（中閉じの母音）。

「ア」为开元音，但与中国汉语的“a”相比，张口程度小。

「イ」「ウ」为闭元音，比中国汉语“i”，“u”张口程度大，舌位也低。

「エ」「オ」介于半开和半闭元音之间，偏半闭，日语中称为「中開きの母音」。

## 2. 按圆唇与否分类

分为圆唇音（円唇音）和不圆唇音（非円唇音）两种。

日语中只有「オ」是圆唇音，「ア」「イ」「ウ」「エ」均是不圆唇音。

## 3. 按舌位高低分类

舌位低的称为低元音（低母音），口腔张大。

舌位高的称为高元音（高母音），口腔张开较窄。

介于这两者之间的有半低元音和半高元音。

「ア」为低元音。

「イ」「ウ」是高元音，舌位比中国汉语的i，u偏低。

「エ」「オ」的舌位介于半高和半低之间，日语中称为中元音（中母音）。

## 4. 按舌位前后分类

前舌面接近硬口盖的元音称为前舌元音（前舌母音）。

中舌面接近硬口盖的元音称为中舌元音（中舌母音）。

后舌面接近软口盖的元音称为后舌元音（奥舌母音）。

「ア」是中舌元音。

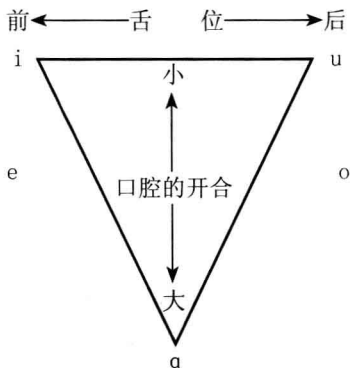
「イ」「エ」是前舌元音。

「ウ」「オ」是后舌元音。

按照上述的分类方法，可以对日语元音进行如下的总结。

[a]	（不圆唇）低元音	ア
[i]	（不圆唇）前舌高元音	イ
[u]	（不圆唇）后舌高元音	ウ
[e]	（不圆唇）前舌中元音	エ
[o]	（圆唇）后舌中元音	オ

日语元音发音的口腔和舌位的示意图如下：



## 发音要点

正如上面所述，现代日语的元音只有五个。虽然数量比较少，但是元音在日语中的地位不可小视。因为不仅“**あ行**”（あ、い、う、え、お）中是这五个音，而且“**か行**”以下的音都是辅音与这五个元音结合而成的。如果元音发得不准，其他所有的音都会出现问题。另外，元音可以独立成为一个词来表达一个独立的意思，因此元音在表意方面还发挥着重要的作用。说元音是日语发音的基础一点也不过分。

这五个音均为单元音，发音相对容易一些。并且与汉语中的某些音还有些相似，所以对初学日语发音的中国人来说是一个方便之处。但是由于“相似”并不是“相同”，千万不能直接将汉语发音套用。日语元音的发音在口的纵向开度以及横向开度、舌头的位置及上下幅度、嘴唇的圆唇度等各方面都与汉语发音不同。值得注意的是，日语中元音与元音相连时，一般保持各自的音值不变，之间一般也不发生同化现象，这与汉语中的“复合韵母”（例如：ei iu）不同。综上所述，在日语发音的时候应该有意识地将其与汉语中的某些音区分开来，不能受到母语的影响而发成“中式日语”。因此，要想练好日语发音，切忌用汉字去标注日语读音。下面我们通过几个注意事项来详细地分析一下这五个元音发音中的难点和要点。

### 1. 不要把日语的「う」发成汉语的[u]

根据前面的分类表，日语的「う」的标记虽然是[u]，但与汉语的[u]的发音还是有区别的。值得注意的是日语的「う」是不圆唇元音，发音时不要把嘴唇收缩的太圆，也无需太向前突出。虽然[u]不伴随着圆唇，但一定要注意不要把把这个音发得太散漫。像是「うえ（上）」「うち」「うしろ（後ろ）」「うた（歌）」这样的词，



要多加练习，把音发得清晰明了。另外，如果唇部肌肉太过紧张，产生的音也会不自然，因此在放松的状态下发音也是非常重要的。



## 练习

### ◎ 朗读下列单词

1.	うき ①	(雨季)	雨季, 雨期
2.	うそ ①	(嘘)	谎话
3.	うし ①	(牛)	牛
4.	くう ①	(食う)	吃饭
5.	うま ②	(馬)	马
6.	あう ①	(会う)	见面
7.	うえ ①	(上)	上面
8.	うた ②	(歌)	唱歌
9.	かう ①	(買う)	买
10.	うしろ ①	(後ろ)	后面

此外，日语[u]的发音还有个重要的问题需要注意。那就是像「うま(馬)」「うめ(梅)」「うめる(埋める)」这样在ま行前面发「ウ」时，实际上经常会发成「ン」[m]。所以如果想掌握标准的日语发音还是要多注意音变等问题，关于音变的问题将在本章第二节中详细说明。

## 2. 连续发日语元音时

在连续发日语元音如「あい(愛)」、「おいおい」、「あおい(青い)」时，要注意汉语中其他复合韵母[ai][ua][ou][iou][uai][uei]之类的干扰。另外，受母语音节“en”“eng”“uen”“ueng”的影响，特别是在拨音“ん”前面的元音「え」和「お」容易被发成语音模糊的[ə][uə]。例如：「おんがえし(恩返し)」、「けん(県)」等等。同样，受音节“iong”的影响，中国的日语学习者还容易把「ん」前面的「よ」发成「ゆ」，如常用数字「よん(四)」发音时就会有这样的问题。这种情况下，解决办法就是意识到每一个单音都是独立的，要一个音拍一个音拍的把音值保持住去发。