

日本国际交流基金及日本国际教育协会 命题
中国国家教育部考试中心 组织实施

日本语能力测试词汇速成系列

日本语能力测试
一级关键词汇循环速记

手抄本
(基础篇)

易学通词汇速记法研究中心

[日]栗田真纪

编著
审订

附赠MP3光盘



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

日语能力测试词汇速成系列

日本国际交流基金及日本国际教育协会 命题

中国国家教育部考试中心 组织实施

日语能力测试

一级关键词汇循环速记

手抄本

(基础篇)

◎ 易学通词汇速记法研究中心 编著

[日] 栗田真纪 审订



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内容提要

本书是根据《日本语能力测试出题基准》，专门为参加日本语能力一级测试的考生编写的。作者运用“循环规律”结合“五位一体记忆模式”推出了“循环朗读手抄速记法”。该方法已经在英语词汇记忆领域取得了非常成功的经验，此次作者将这一方法推而广之，应用到日语词汇的学习中。

一级词汇分为“基础篇”和“提高篇”两个分册，“基础篇”共包含 36 个循环练习模块，每个模块练习 32 个单词。每个模块的单词完全按照循环的核心规律排列，学习者在练习的过程中不必再去考虑循环的次序问题。每个单词的后面是两条或三条横线，是专门为学习者直接抄写单词而设计的。每天动手抄写 1 小时，二十几天就可以攻克日本语能力一级测试必备的全部基础词汇。

本书配有全部日语单词朗读录音的 MP3 光盘，供学习者模仿和跟读。

图书在版编目 (CIP) 数据

日本语能力测试一级关键词汇循环速记手抄本. 基础篇 / 易学通词汇速记法研究中心编著. —北京: 中国水利水电出版社, 2007

(日本语能力测试词汇速成系列)

ISBN 978-7-5084-4954-8

I. 日… II. 易… III. 日语—词汇—水平考试—自学参考资料 IV. H363

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 140294 号

书 名	日本语能力测试词汇速成系列 日本语能力测试一级关键词汇循环速记手抄本 (基础篇)
作 者	易学通词汇速记法研究中心 编著
出版 发行	中国水利水电出版社 (北京市三里河路 6 号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 63202266 (总机); 68331835 (营销中心)
经 售	北京科水图书销售中心 (零售) 电话: (010) 88383994、63202643 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	三原色工作室
印 刷	北京纪元彩艺印刷有限公司
规 格	787mm×1092mm 16 开 14.25 印张 259 千字
版 次	2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	28.80 元 (含光盘)

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

前言

日本语能力测试是日本国际交流基金及其财团法人日本国际教育交流协会于1984年开始实施，专为母语为非日语的学习者举办的水平考试。考试分为一、二、三、四共四个级别，一级约相当于我国大学本科专业日语三至四级的水平。每个级别的考试又分文字词汇、听力、阅读语法三部分。通过这个考试得到承认的个人，可证明具有相当于下列各级别的日语能力——

一级：学习了高级文法、掌握汉字2000字、词汇10000个，具有在社会生活中必要的和在大学学习、研究中有用的综合日语能力。（学习日语900学时的水平）

二级：学习了较高级的文法、掌握汉字1000字、词汇6000个，具有围绕一般事物可以进行会话、能读能写的日语能力。（学习日语600学时，完成中级日语学习的水平）

三级：学习了基本的文法、掌握汉字300字、词汇1500个，具有在日常生活中可以进行会话、能读能写简单文章的日语能力。（学习日语300学时，完成初级日语学习的水平）

四级：学习了初步的文法、掌握汉字100字、词汇800个，具有可以进行简单会话、能读能写平易的句子或者短文的日语能力。（学习日语150学时，完成初级日语学习前一半的水平）

众所周知，日语是一门要求记忆力很强的学科，尤其记忆单词是学习日语的一大难关。单词是语言的建筑材料，如果没有一定的单词量，那么日语的听、说、读、写等各项能力就无法过关。正是由于日语单词不好记，遗忘率又高，致使许多日语爱好者渐渐失去了学习兴趣，学习和考试都半途而废。

2006年年初，我们根据循环规律和五位一体记忆模式两个理念推出了英语词汇系列“1小时熟记100单词丛书”。丛书的出版在读者当中引起了很大反响，书中所倡导的循环朗读手抄速记法帮助越来越多的学习者攻克了单词记忆的难关。

2007年年初，通过在北京部分高校日语专业及日语培训机构进行广泛的调研之后，我们把循环朗读手抄速记法成功地应用在了《中日交流标准日本语》课文同步词汇的记忆教学中，得到了学员的普遍好评。随后，我们应学员的要求，出版了《中日交流标准日本语词汇循环速记手抄本》（新版初级上、下和中级上、下），开始在全国范围内推广。

循环朗读手抄速记法是一个融合了多项记忆元素的方法的整合。它从单词的音、形、义入手，借助于科学的循环模式，运用了眼、耳、口、手、脑等多种记忆器官，通过看、听、朗读、抄写和翻译等记忆手段，提高在单位时间内记忆单词的强度和效果。大量的实践证明，循环朗读手抄速记法是单位时间内记忆效率最高的方法之一，特别适合学习者为准备考试来记忆大量单词或配合教材同步记忆单词。

本书是根据《日本语能力测试出题基准》，专门为参加日本语能力一级测试的考生编写的。一级词汇分为“基础篇”和“提高篇”两个分册，“基础篇”共包含 36 个循环记忆模块，每个模块练习 32 个单词。每个模块的单词完全按照循环的核心规律排列，学习者在练习的过程中不必再去考虑循环的次序问题。每个单词的后面是两条或三条横线，是专门为学习者直接抄写单词而设计的。横线的数量就是每次记忆过程中抄写单词的数量。学习者只要按照要求依次做就可以了。在一个完整的循环当中，每个单词都被立体地反复记忆了 13 次。大家不可小看的是，这循环出现的 13 次复习记忆的效果要远远超过 130 次胡乱无规律的记忆效果。循环朗读手抄速记法就是会带给你这样奇妙的感受。欢迎感兴趣的读者积极进行尝试。

参与循环朗读手抄速记法研究开发和相关丛书编写的人员有：宋黎、张艳敏、王海涛、陈丽辉、郭梅、殷晓芳、时真妹、徐勤、顾玉梅、胡后伦、梁斐、米冬然、徐琤、辛公军、刘芳、王茜、胡芳芳、刘蕊、高国娟、武恒、张艳昌、胡后立、宋彩云、胡厚岭、闻人奕、卢洋和李云鹏等。授人以鱼不如授人以渔。本书给大家推荐的单词记忆方法有着非常广阔的应用空间。愿本书的学习者能够积极探索和尝试，欢迎各位学习者来信与我们一起交流和探讨。我们的联系方式是：

信箱：readerland@126.com

网址：www.readerland.cn

编者

2007 年 8 月

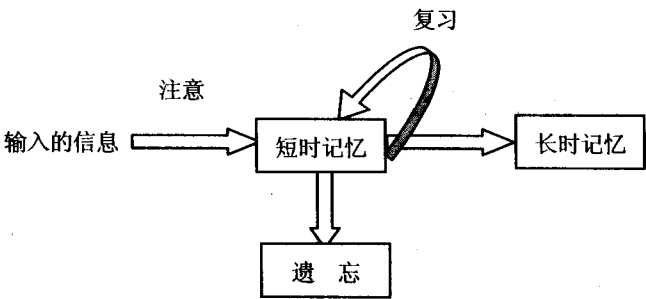
致学习者

一、记忆与遗忘

1. 短时记忆与长时记忆

人的记忆有两种：一种是短时记忆，一种是长时记忆。输入大脑的信息经过人的学习行为之后，便成为大脑的短时记忆，但是如果不能够及时复习，这些记住的东西就会被遗忘。而经过了及时的复习，这些短时记忆就会成为一种长时记忆，从而在大脑中保持更长的时间。要想发展良好的记忆，就要学会把有用的东西从短时记忆转化为长时记忆。

短时记忆大约持续 30~60 秒钟，如我们向查号台问电话号码，打完电话后立刻就忘记了，但如果在将要忘记的时候重复一次，就会加强记忆。每次复习间隔的时间越短，便越有利于记牢。这就是反复循环记忆法的理论依据。



2. 信息刺激与人脑记忆

人的大脑有个特点，就是对某个信息需要反复刺激才能记住。科学实验表明：当人脑第一次接触某个信息时，该信息在大脑里仅维持 1 毫秒的时间；第二次接触该信息，记忆维持 1 秒左右；第三次接触，能维持 1 分钟左右；第四次接触，维持半个小时；第五次接触，维持一两个小时；第六次维持七八个小时；第七次可维持十几个小时。

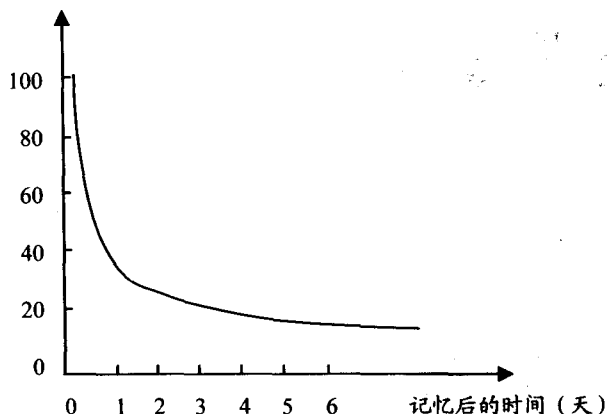
3. 艾宾浩斯与遗忘曲线

记忆的艰难一直都是被关注的焦点问题，人们为此不断地研究记忆规律。艾宾浩斯遗忘曲线的研究表明：不断的复习才可以保持记忆，否则必然遗忘。

所谓遗忘就是我们对于曾经记忆过的东西不能再想起来，也不能回忆起来，或者是错误的再认和错误的回忆。德国著名心理学家艾宾浩斯经过测试，得到了一些数据（见右面的表格），并根据这些数据绘制出了遗忘随时间变化的曲线（见下页图型）。

时间间隔	记忆量 (%)
刚刚记忆完毕	100
20 分钟之后	58.2
1 小时之后	44.2
8~9 个小时后	35.8
1 天后	33.7
2 天后	27.8
6 天后	25.4
1 个月后	21.1

记忆的数量 (%)



这些数据及曲线的变化说明：信息的遗忘是有规律的，并且遗忘的进程不是均衡的，在记忆最初阶段遗忘的速度很快，后来就逐渐变慢了，相当长的时间之后，几乎就不再遗忘。这就是遗忘的发展规律，即“先快后慢”的原则。

二、循环记忆法

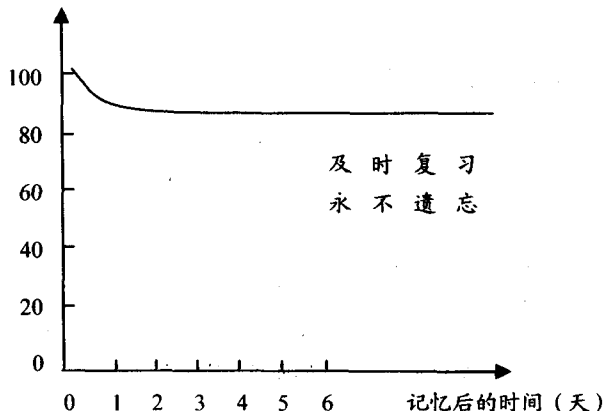
循环记忆，就是通过大量的重复来不断加强记忆。每次重复，都会有新的收获，对知识的认识，也会深一层。日语是一门实践性很强的学科。对于这门学科，大家已公认没有大量的复习巩固是学不好的。

前面谈到了信息刺激与大脑记忆的关系。因此，我们要想把单词记住，就要考虑如何提高刺激大脑皮层的强度，延长信息储存时间。可以这样设想：在新信息传入大脑中印象还没有消逝以前，又能在不同时间内多次及时复习，那么就完全可以传入的信息变成牢固的记忆。

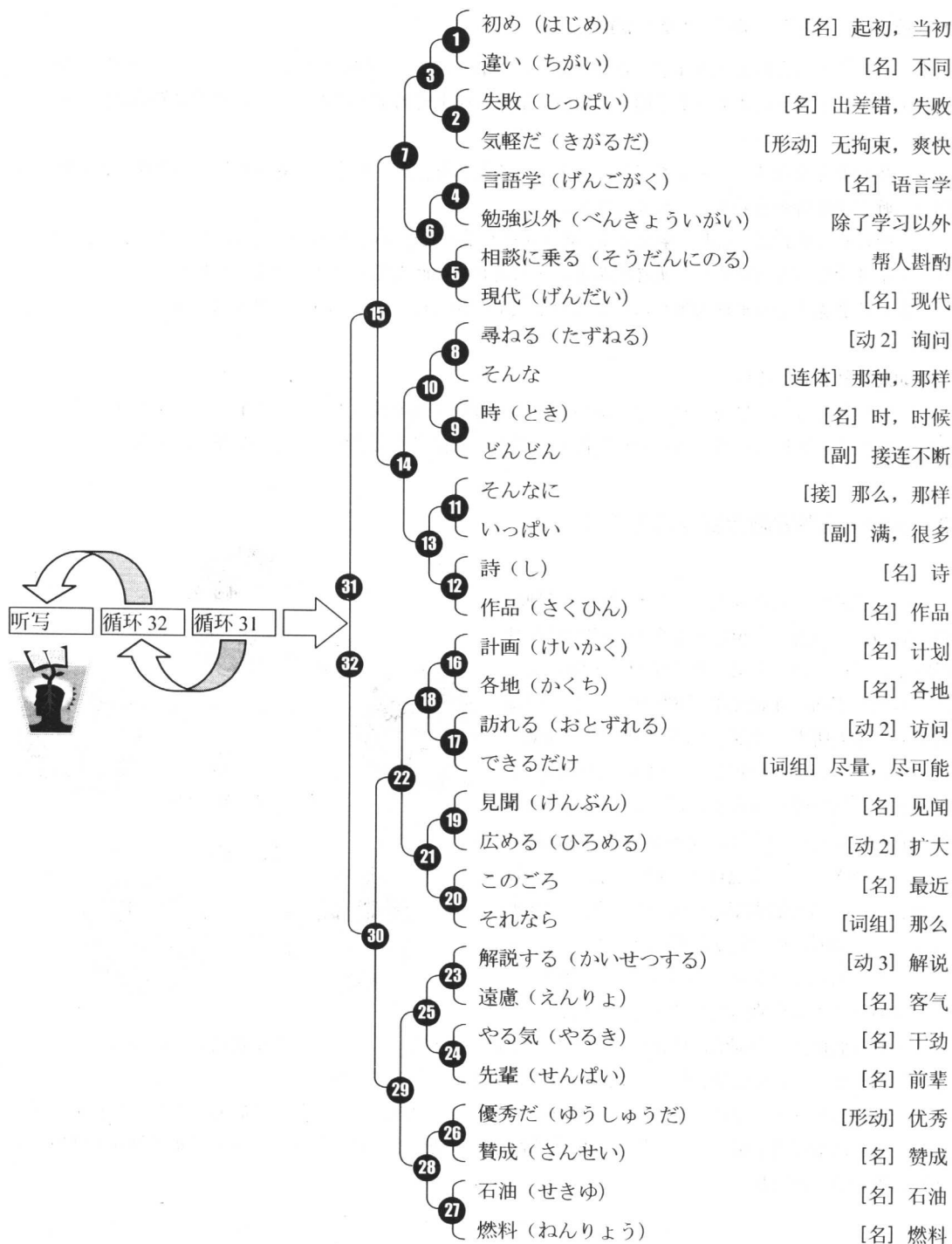
循环记忆的理论根据是：按照生理学关于记忆特征的说明，只要在传入大脑的信息将要消逝，但还没有消逝之前就及时复习，巩固 5~10 次，就可用最少的时间，把该信息牢固记住，提高记忆效果。例如：一个单词一口气连续念 5 遍，就不如分 5 次记忆，每次在似忘非忘之前各念一遍的记忆效果好。因此，循环复习的模式是克服记忆过程中遗忘的最有效手段。及时的复习和巩固，将大大缩短学习者记忆单词的时间，达到事半功倍的效果。

根据德国著名心理学家艾宾浩斯提出的遗忘规律——遗忘是有规律的，并且遗忘的进程不是均衡的，在记忆的最初阶段遗忘的速度很快，后来就逐渐变慢了，到了相当长的时间之后，几乎就不再遗忘，我们编制了一套科学的循环记忆模式。在这一模式中，被识记的单词在循环中有规律地反复出现，并且是最开始的时候出现的频率很快，然后越来越慢。这种先快后慢的复习模式正好和遗忘先快后慢的规律相互补充，做到了在每个单词遗忘的临界点上及时复习，从而达到了不断强化记忆效果的目的。如上图所示。

记忆的数量 (%)



熟练掌握并运用好这种循环记忆模式，学习者在 1 小时内少则可以熟记 32 个单词，多则可以熟记 96 个单词。下面以 32 个单词为例，将这些单词在记忆过程中的循环次序和循环方式分别用文字和图表的形式加以说明。符号 ①~③② 分别表示循环进行的次序：



三、五位一体的记忆模式

1. 单词是“音”、“形”、“意”的结合体

单词是构成语言的最基本元素，它是“音”、“形”、“意”的结合体，只有把一个单词的这三个方面同时记住了，才算是记住了这个单词。我们很多学习者在平时的学习过程中，有很多不完善的记忆习惯——

有的读者喜欢默读，不管是在家里，在车上，还是在教室里，他总是捧着一本词汇手册或词典，默默地翻看。时不时眼睛还看着别处，好像在联想。

有的读者喜欢抄写，在很多学校里面，老师也是经常布置这样的抄写作业：把课后的生词表抄写若干遍。结果是很多学生都在盲目地抄，更有聪明者，手里同时握着两支笔，“抄写速度”大幅提高！

有的读者喜欢分析单词的结构，把单词拆分成不同的记忆块——前缀、后缀和词根等……

如此林林总总，不胜枚举！

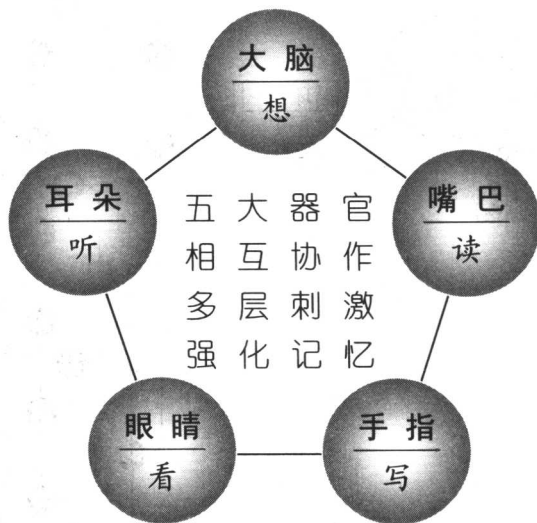
上述的各个方法，虽说都有一定的作用，但都没有完全用单词的“音”、“形”、“意”这三种刺激信号同时作用于大脑皮层，所以达不到最佳的记忆效果，使很多学习者失去了进一步学习的兴趣。

2. 多种记忆器官融合多种记忆方式

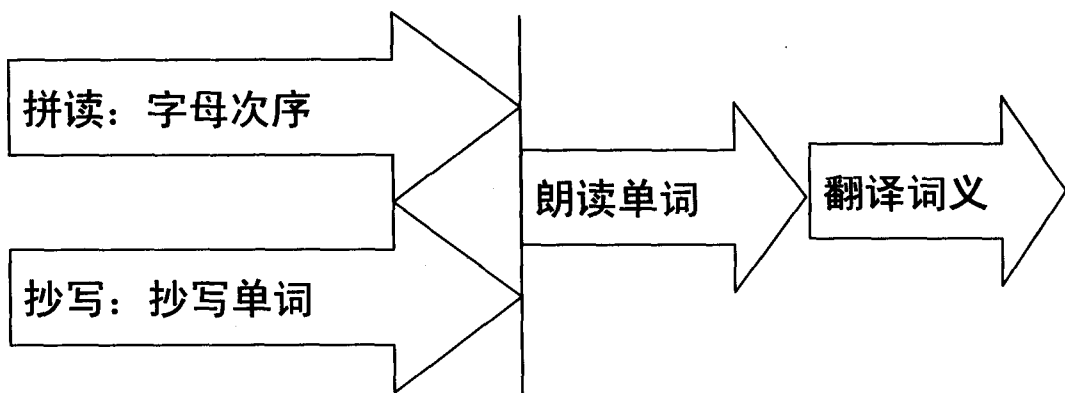
心理学的研究告诉我们，对各种感官的多种刺激，容易在大脑有关部位建立起多方面的暂时的神经联系，因而有助于记忆。外语学习分为听、说、读、写四个方面，在记忆单词时眼睛要看着、口要说着、耳朵要听着、手还要写着，充分利用视觉器官，听觉器官和语言运动器官等多种器官协助记忆。当然人的记忆类型也各有特点，有的听觉记忆效果好，有的视觉记忆效果好，大多数则是动觉记忆效果好。每个人要善于发现自己的记忆特点，充分发挥和利用各自的记忆类型，增强记忆。视觉记忆型的人主要依赖看，听觉记忆型的人主要依赖听，动觉记忆型的人则主要依赖用手写。以各自的特点为主，并辅以各种感官协同记忆效果是最好的。

前面我们提到了单词的循环记忆，接下来我再给大家介绍每个单词具体的记忆过程。循环朗读手抄记忆法既调整组单词循环的整体性，又强调每个单词记忆过程的多层次性。

一次完整的单词记忆过程应该分为以下五个环节，如下页图例所示。其中观看的动作是贯穿整个记忆过程的，而拼读单词的字母次序和在横线上抄写单词这两个动作是同时进行的，最后才是朗读单词及翻译词义（说出单词的汉语意思）。



观看：形体结构（贯穿整个记忆过程）



图例：单词记忆过程的五个环节

3. 视觉记忆和听觉记忆

观看的过程是视觉记忆，拼读和朗读的过程包含着听觉记忆。就视觉记忆和听觉记忆而言，我们认为在“视”和“听”的过程中，关键是要形成视觉和听觉的表象才能真正促进记忆效率的提高。例如，通过视觉识记记忆单词，一边看，一边背，就显得很虚，不能落到实处。而正确的方法，就是在看完之后要形成单词字母构成方式的表象，然后把这种表象印刻在大脑中，需要时能够让这种表象再现出来，那么也就算是记住了。听觉记忆也是如此，就是要通过声音的表象来帮助记忆，听完一个词，应能将其声音遗留在大脑中，过后仍能够回荡起那些有意义的声音。否则，简单地看和听起不到真正的强化记忆的作用。

4. 次序记忆

拼读指的是次序记忆，即通过读单词字母的排列组合来加深记忆。如“エスカレーター（自动扶梯）”这个单词，正确的拼读应该是“エ ス カ レ ー タ ー”。次序记忆是大脑一种比较显著的记忆形式，比如说记 13911865170 这个手机号码，光看是不行的，一般需要把该号码反复说几遍才能记住。这就是次序记忆的神奇效果。

在练习字母拼读的时候，大家会自然有一种习惯，即喜欢把比较长的单词拆分成不同的音群来拼读，这就像记电话号码一样。比如 13911865170 这个号码，一般可以读成 139—1186—5170 或 1391—186—5170。

5. 动觉记忆

上图中抄写和朗读都包含着动觉记忆。动觉记忆在外语学习中主要是指语言运动器官的运动。利用这种方法记忆比较有效。举个简单的例子，我们学会骑自行车，即使多年不骑，也不会忘掉；唱熟的歌曲，有时不用思考，就能脱口而出；一个经常练习弹奏的人在演奏曲子时，可能不需要再去看看琴谱，轻快活动的手指就已经能自动完成整个演奏过程了。这是因为我们所做的这些动作太熟了，在我们本身已形成了不易改变的

固定的动作组合。在外语单词的学习过程中，我们要注意利用这一规律。每个外语单词的发音对于我们的口形来说，都有一个相应的动作组合，通过多次运动（大声朗读），这种动作组合形成固定之后，一有条件信息开头，自然就会自动全部连续出现。汉字书写也经常发生这种类似现象。有时我们忘记了某个字怎样写，但用手一比划，就能写出，这就是动作记忆表现在手上的结果。

由此看来，记单词不但要多听、多看，而且要多写。现在大部分好教师感到单词拼写最好是通过抄写来教。拼写通过手指是最容易被记住的，正是移动的铅笔写字时的记忆有助于准确的拼写。这是因为由小脑操纵的肌肉记忆是最有效的记忆形式之一。

在本书的各个章节中，每一次单词的记忆都要求学习者动手抄写，只有通过写才能进一步加深记忆。同时要强调的是，抄写单词的次数不是任意规定的，而是根据人脑对事物的操控能力科学量化的。写多耗费时间，写少则练习的量不够。为方便学习者抄写，本书进行了特别的设计，每个单词的后面都有横线，如：

ちゅうごくじん（中国人）	[名]	中国人	_____
にほんじん（日本人）	[名]	日本人	_____

每条横线上可以书写一次单词，单词的后面有几条横线，学习者就书写几次，不必多写，也不能少写，因为循环速记的规律就是通过这些单词及其后面横线的不断变化体现出来的，学习者只要按部就班地做就可以了，就像做游戏一样。

四、MP3 录音使用说明（跟读、听写）

为帮助学习者能够准确朗读日语单词，我们特聘请了来自日本的语言专家，对所有单词都录了音，制作成 MP3 文件，音质清晰、充满感情。利用单词录音学习的方法有两种：一种是手头有事的时候，将每个循环的单词录音从头播放到尾，让自己浸浴在日语的环境里，尽情陶醉；另一种方法就是时间充裕时，将每组循环的单词录音反复播放，并模仿和跟读。

本书一共安排了 36 个循环速记练习，每个循环练习的第一页是完整的 32 个单词。学习者在进行跟读练习的时候，可以对照这一部分内容，一边听录音，一边模仿。反复进行几次之后，再开始循环朗读手抄速记，这样就可以达到最佳的记忆效果了。在进行完某个循环速记练习之后，学习者还应该听 MP3 录音，进行单词听写检测。

听写指的是一边听录音，一边把单词写下来。它既是一个复习的过程，又是一个检验的过程，不仅需要耳朵去辨别声音信息，而且要求对经过耳朵输入大脑的信号进行处理，再通过手迅速准确地记录下来。写的过程同时也是复习巩固的过程，能进一步加深对语音的熟悉，可以将在听的过程中模糊的东西彻底地搞明白。听写一般分为四个步骤进行：

1. 先完整地听一遍整组单词的录音，不要做任何记录。
2. 一边听录音，一边写单词。可以把 3~5 相邻的单词作为一组，听完之后，按暂停键，写完之后，再听下一组。
3. 把第二步的过程再重复一遍，这次的主要任务是把刚才没有听清楚或听漏的单词补写下来。
4. 最后完整地再听一遍整组单词录音，一边听，一边校正。听完之后，将听写稿和本书上的单词进行对照检查。

易学通词汇速记法研究中心

精品图书

1 小时熟记 100 单词丛书（循环朗读速记手抄本）

1 小时熟记 100 单词的秘诀——剖析循环朗读手抄速记法

9 小时熟记全国英语等级考试 PETS 一级 864 核心词汇

11 小时熟记全国英语等级考试 PETS 二级 1056 核心词汇

15 小时熟记中考 1440 核心词汇

24 小时熟记高考 2304 核心词汇

36 小时熟记四级 3456 核心词汇

23 小时熟记六级 2208 核心词汇

40 小时熟记考研 3840 核心词汇

37 小时熟记雅思 3552 核心词汇

新概念英语单词循环速记手抄本 1（英语初阶）

新概念英语单词循环速记手抄本 2（实践与进步）

新概念英语单词循环速记手抄本 3（培养技能）

新概念英语单词循环速记手抄本 4（流利英语）

中日交流标准日本语词汇循环速记手抄本（初级·上）（新版）（MP3） *New!*

中日交流标准日本语词汇循环速记手抄本（初级·下）（新版）（MP3） *New!*

中日交流标准日本语词汇循环速记手抄本（中级·上）（MP3） *New!*

中日交流标准日本语词汇循环速记手抄本（中级·下）（MP3） *New!*

中日交流标准日本语 2000 词汇背诵手册（初级 / 新版）（MP3） *New!*

标准韩国语词汇循环速记手抄本（第一册）（MP3） *New!*

标准韩国语词汇循环速记手抄本（第二册）（MP3） *New!*

标准韩国语词汇循环速记手抄本（第三册）（MP3） *New!*

标准韩国语 3000 词汇背诵手册（MP3） *New!*

日语能力测试 4 级关键词汇循环速记手抄本（MP3） *New!*

日语能力测试 3 级关键词汇循环速记手抄本（MP3） *New!*

日语能力测试 2 级关键词汇循环速记手抄本（基础篇）（MP3） *New!*

日语能力测试 2 级关键词汇循环速记手抄本（提高篇）（MP3） *New!*

日语能力测试 1 级关键词汇循环速记手抄本（基础篇）（MP3） *New!*

日语能力测试 1 级关键词汇循环速记手抄本（提高篇）（MP3） *New!*

做填词游戏，巧记英语单词丛书

- 做填词游戏·巧记新概念英语词汇 1
- 做填词游戏·巧记新概念英语词汇 2
- 做填词游戏·巧记新概念英语词汇 3
- 做填词游戏·巧记新概念英语词汇 4
- 做填词游戏·巧记高等学校英语应用能力考试 A 级核心词汇
- 做填词游戏·巧记高等学校英语应用能力考试 B 级核心词汇
- 做填词游戏·巧记中考英语核心词汇 *New!*
- 做填词游戏·巧记高考英语核心词汇 *New!*
- 做填词游戏·巧记英语四级核心词汇
- 做填词游戏·巧记英语六级核心词汇
- 做填词游戏·巧记考研英语核心词汇
- 做填词游戏·巧记雅思英语核心词汇

3+2 单词快速记忆法丛书

- 新四级必考 4000 词 3+2 快速记忆法——基础词汇（起步篇）（MP3） *New!*
- 新四级必考 4000 词 3+2 快速记忆法——高频词汇（提速篇）（MP3） *New!*
- 新四级必考 4000 词 3+2 快速记忆法——核心词汇（冲刺篇）（MP3） *New!*
- 新四级必考 4000 词 3+2 快速记忆法——常考短语（激励篇）（MP3） *New!*
- 新概念英语 1 词汇 3+2 快速记忆法——（英语初阶）（MP3） *New!*
- 新概念英语 2 词汇 3+2 快速记忆法——（实践与进步）（MP3） *New!*
- 新概念英语 3 词汇 3+2 快速记忆法——（培养技能）（MP3） *New!*
- 新概念英语 4 词汇 3+2 快速记忆法——（流利英语）（MP3） *New!*
- 新概念英语 5000 词汇背诵手册（MP3） *New!*

1 小时搞定 100 句英语口语丛书

- 新概念英语超级实用口语短句循环朗读速记 1（MP3）
- 新概念英语超级实用口语短句循环朗读速记 2（MP3）
- 雅思考试口语短句循环朗读速记（MP3）
- 英语实用口语短句循环朗读速记（MP3）



循环速记

-1-



学习指导：1. 听 MP3 录音，练习跟读和听读本循环第 1 页的 32 个单词。

☐

2. 从本循环第 2 页开始，按照拼读、朗读和手抄的要求，做循环练习。

☐

3. 听录音，在空白练习纸上听写单词，并写出词义。

☐

4. 根据要求，做单词拼写检测练习。

☐

1. 相変わらず (あいかわらず)	【副】仍然，依旧	_____
2. 悪口 (あくこう)	【名】谩骂	_____
3. 荒れる (あれる)	【自】荒废	_____
4. 悪戯 (いたずら)	【名・形动】恶作剧	_____
5. 今にも (いまにも)	【副】很快	_____
6. 受け取る (うけとる)	【他】接，收	_____
7. エラー	【名】错误	_____
8. 趣 (おもむき)	【名】风趣	_____
9. 飼う (かう)	【他】饲养	_____
10. 駆ける (かける)	【自】跑	_____
11. 家畜 (かちく)	【名】家畜	_____
12. 南瓜 (かぼちゃ)	【名】南瓜	_____
13. 感動 (かんだう)	【名・自サ】感动	_____
14. 傷つける (きずつける)	【他】损坏，弄伤	_____
15. 逆境 (ぎやつきょう)	【名】逆境	_____
16. きらきら	【副・自】闪烁	_____
17. 挫ける (くじける)	【自】挫	_____
18. くよくよ	【副・自サ】放心不下	_____
19. 怪我 (けが)	【名・自サ】受伤	_____
20. 謙虚 (けんきょ)	【名・形动】谦虚	_____
21. 向上 (こうじょう)	【名・自サ】提高	_____
22. ごちそう	【名・他サ】好吃的	_____
23. 根本 (こんぽん)	【名】基本	_____
24. 差し支える (さしつかえる)	【自】妨碍	_____
25. 散々 (さんざん)	【副】严厉	_____
26. じっくり	【副】沉着地	_____
27. 渋る (しぶる)	【自】不顺畅	_____
28. 趣向 (しゅこう)	【名】打算，想法	_____
29. 譲歩 (じょうほ)	【名・自サ】让步	_____
30. 推薦 (すいせん)	【名・他サ】推荐	_____
31. ストレス	【名】精神紧张	_____
32. 世辞 (せじ)	【名】奉承	_____

相変わらず (あいかわらず)	【副】 仍然, 依旧		
悪口 (あっこう)	【名】 谩骂		
相変わらず (あいかわらず)	【副】 仍然, 依旧		
悪口 (あっこう)	【名】 谩骂		
荒れる (あれる)	【自】 荒废		
悪戯 (いたずら)	【名・形动】 恶作剧		
荒れる (あれる)	【自】 荒废		
悪戯 (いたずら)	【名・形动】 恶作剧		
相変わらず (あいかわらず)	【副】 仍然, 依旧		
悪口 (あっこう)	【名】 谩骂		
荒れる (あれる)	【自】 荒废		
悪戯 (いたずら)	【名・形动】 恶作剧		
今にも (いまにも)	【副】 很快		
受け取る (うけとる)	【他】 接, 收		
今にも (いまにも)	【副】 很快		
受け取る (うけとる)	【他】 接, 收		
エラー	【名】 错误		
趣 (おもむき)	【名】 风趣		
エラー	【名】 错误		
趣 (おもむき)	【名】 风趣		
今にも (いまにも)	【副】 很快		
受け取る (うけとる)	【他】 接, 收		
エラー	【名】 错误		
趣 (おもむき)	【名】 风趣		
相変わらず (あいかわらず)	【副】 仍然, 依旧		
悪口 (あっこう)	【名】 谩骂		
荒れる (あれる)	【自】 荒废		
悪戯 (いたずら)	【名・形动】 恶作剧		
今にも (いまにも)	【副】 很快		
受け取る (うけとる)	【他】 接, 收		
エラー	【名】 错误		
趣 (おもむき)	【名】 风趣		
飼う (かう)	【他】 饲养		
駆ける (かける)	【自】 跑		
飼う (かう)	【他】 饲养		
駆ける (かける)	【自】 跑		
家畜 (かちく)	【名】 家畜		
南瓜 (かぼちゃ)	【名】 南瓜		
家畜 (かちく)	【名】 家畜		
南瓜 (かぼちゃ)	【名】 南瓜		

飼う (かう)	【他】饲养		
駆ける (かける)	【自】跑		
家畜 (かちく)	【名】家畜		
南瓜 (かぼちゃ)	【名】南瓜		
感動 (かんだう)	【名・自サ】感动		
傷つける (きずつける)	【他】损坏, 弄伤		
感動 (かんだう)	【名・自サ】感动		
傷つける (きずつける)	【他】损坏, 弄伤		
逆境 (ぎやつきよう)	【名】逆境		
きらきら	【副・自】闪烁		
逆境 (ぎやつきよう)	【名】逆境		
きらきら	【副・自】闪烁		
感動 (かんだう)	【名・自サ】感动		
傷つける (きずつける)	【他】损坏, 弄伤		
逆境 (ぎやつきよう)	【名】逆境		
きらきら	【副・自】闪烁		
飼う (かう)	【他】饲养		
駆ける (かける)	【自】跑		
家畜 (かちく)	【名】家畜		
南瓜 (かぼちゃ)	【名】南瓜		
感動 (かんだう)	【名・自サ】感动		
傷つける (きずつける)	【他】损坏, 弄伤		
逆境 (ぎやつきよう)	【名】逆境		
きらきら	【副・自】闪烁		
相変わず (あいかわらず)	【副】仍然, 依旧		
悪口 (あくこう)	【名】谩骂		
荒れる (あれる)	【自】荒废		
悪戯 (いたづら)	【名・形动】恶作剧		
今にも (いまにも)	【副】很快		
受け取る (うけとる)	【他】接, 收		
エラー	【名】错误		
趣 (おもむき)	【名】风趣		
飼う (かう)	【他】饲养		
駆ける (かける)	【自】跑		
家畜 (かちく)	【名】家畜		
南瓜 (かぼちゃ)	【名】南瓜		
感動 (かんだう)	【名・自サ】感动		
傷つける (きずつける)	【他】损坏, 弄伤		
逆境 (ぎやつきよう)	【名】逆境		
きらきら	【副・自】闪烁		

挫ける (くじける)	【自】挫		
くよくよ	【副・自サ】放心不下		
挫ける (くじける)	【自】挫		
くよくよ	【副・自サ】放心不下		
怪我 (けが)	【名・自サ】受伤		
谦虚 (けんきょ)	【名・形动】谦虚		
怪我 (けが)	【名・自サ】受伤		
谦虚 (けんきょ)	【名・形动】谦虚		
挫ける (くじける)	【自】挫		
くよくよ	【副・自サ】放心不下		
怪我 (けが)	【名・自サ】受伤		
谦虚 (けんきょ)	【名・形动】谦虚		
向上 (こうじょう)	【名・自サ】提高		
ごちそう	【名・他サ】好吃的		
向上 (こうじょう)	【名・自サ】提高		
ごちそう	【名・他サ】好吃的		
根本 (こんぼん)	【名】基本		
差し支える (さしつかえる)	【自】妨碍		
根本 (こんぼん)	【名】基本		
差し支える (さしつかえる)	【自】妨碍		
向上 (こうじょう)	【名・自サ】提高		
ごちそう	【名・他サ】好吃的		
根本 (こんぼん)	【名】基本		
差し支える (さしつかえる)	【自】妨碍		
挫ける (くじける)	【自】挫		
くよくよ	【副・自サ】放心不下		
怪我 (けが)	【名・自サ】受伤		
谦虚 (けんきょ)	【名・形动】谦虚		
向上 (こうじょう)	【名・自サ】提高		
ごちそう	【名・他サ】好吃的		
根本 (こんぼん)	【名】基本		
差し支える (さしつかえる)	【自】妨碍		
散々 (さんざん)	【副】严厉		
じっくり	【副】沉着地		
散々 (さんざん)	【副】严厉		
じっくり	【副】沉着地		
渋る (しぶる)	【自】不顺畅		
趣向 (しゅこう)	【名】打算, 想法		
渋る (しぶる)	【自】不顺畅		
趣向 (しゅこう)	【名】打算, 想法		