

全彩图文本

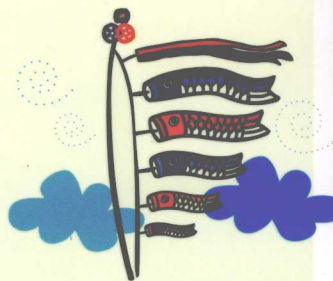
雄踞台湾金石堂、诚品网络书店语言学习类畅销榜榜首！

日语学习类畅销书作家、资深日语教师倾力打造的权威日语学习读本！！



10年以上经验的日语教师

高岛匡弘



从 日本中小学课本 学日文

日本のテキストから
日本語を勉強しましょう。



取材日本中小学课程
重视的12类知识

作者巧思安排基础学习必备的
词汇、句型、语法，在80篇浅
显易懂的短文中精彩呈现。

不用查字典
就能读出好日文！

内容与“阅读理解”相呼应，
适合一切为日语等级考试而
奋战的莘莘学子！



110分钟

日籍纯正东京音教师朗读
MP3光盘

中国传媒大学出版社

10年以上经验的日语教师

高岛匡弘

著

从 日本中小学课本 学日文

日本のテキスト本から

日本語を勉強しましょう。

全彩图文本



中国传媒大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

从日本中小学课本学日文 / 高岛匡弘著. —北京: 中国传媒大学出版社, 2010.1

ISBN 978-7-81127-815-6

I. 从… II. 高… III. 日语课—中小学—教学参考资料 IV. G634.463

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第216043号

本书由台湾柠檬树国际书版有限公司授权出版。

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2009-5499号

从日本中小学课本学日文

著 者 高岛匡弘
责任编辑 欧丽娜 何 玲
日文编辑 王 玲
责任印制 曹 辉
封面设计 立 春
出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社 (原北京广播学院出版社)
地址: 北京市朝阳区定福庄东街1号 邮编: 100024
电话: 86-10-65450532 65450528 传真: 65779405
<http://www.cucp.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京印刷集团有限责任公司印刷一厂
开 本 787×1092mm 1/16 印张/16.5
版 次 2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-81127-815-6/G·815 定 价: 35.00元

版权所有 翻印必究 印装错误 负责调换



自序

给每一位读者：

◎ 学习语言最大的乐趣是什么

绝对不仅止于“一问一答”。最大的乐趣在于用外语表达自己的想法，直接和外国人沟通，透过外语直接领会外国人的思考。这等于“替自己的世界开一扇窗”，“借语言了解外国，拓展自己的世界”，这才是学习语言的乐趣所在。

◎ 本书的内容构成

本书的 12 类知识，取材自日本《学校教育法》所订的中小学教育目标。包含：饮食、服饰、休闲、人物、生活习惯、传统文化、年中行事、名胜景观、交通工具、居住、学校教育、社会生活等丰富内容。

了解日本的风俗民情、了解孕育出“日语”这个语言的文化背景，攸关能否“精细、契合”地使用日语。如果完全不了解风俗民情、只学语言，就如同将日本料理的食材，用外国料理的做法来处理，一定会丧失原味。有了文化背景的认知，单词、句型或语法，就不只是“记住”而已，能够变成一种“恰当的运用”，对于学习语言绝对有极大的帮助。

我常常告诉学生，学习单词、了解语法都是“硬件”，只是“材料”；材料组装后能否顺利运作，就要依赖“软件”，也就是前面提到的文化背景。如果能够因时因地恰当地运用语言，完全是“软件”辅助的功劳。

写作本书时，我尽量安排基础学习必备、也容易理解的单词、句型及语法，希望大家能以浅显易懂的日语，来阅读日本中小学课程的知识，充实“硬件”与“软件”，并从中学好日语。

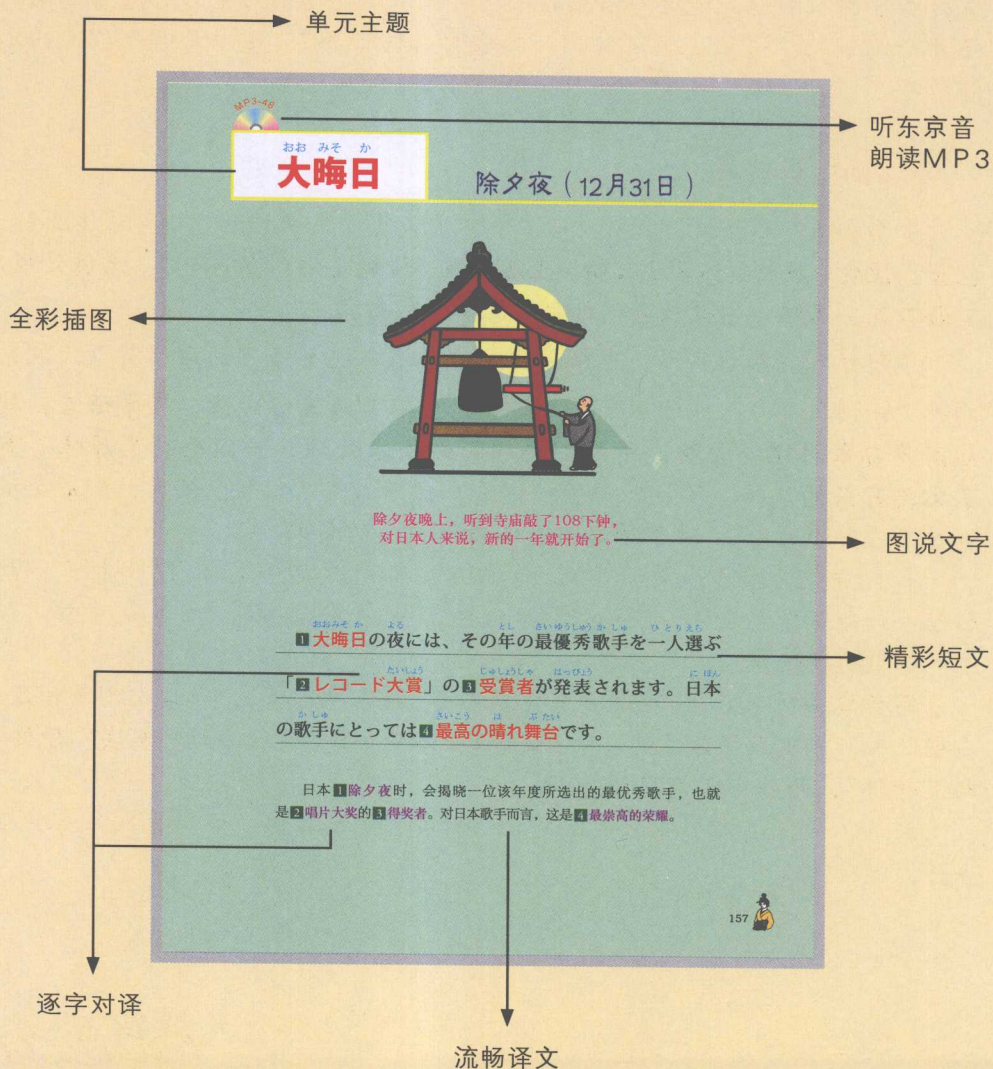
最后，希望这本书能让大家更了解日本、熟悉日语，开启通往另一世界之窗。

高島匠弘





1. 80 篇精彩短文



2. 重要单词&实用句型

→ 单词整理

重要单词

文章出现的	原形	意义	调性
発表されます	発表する	发表	サ变动词
放送されます	放送する	播放	サ变动词
出した	出す	推出	五段动词
分かれて	分かれる	分开	下一段动词
獲得します	獲得する	获得	サ变动词
撞きます	撞く	敲, 撞	五段动词
食べて	食べる	吃	下一段动词

实用句型

…発表されます | 揭晓, 发表, 公布

原文—「レコード大賞」の受賞者が発表されます。
(揭晓唱片大奖的得奖者。)

活用—合格者は新聞で発表されます。(在报纸上公布录取名单。)

…にとって | 对……而言

原文—日本の歌手にとっては最高の晴れ舞台です。
(对日本歌手而言是最崇高的荣耀。)

活用—俳優にとってアカデミー賞を取ることは最大の荣誉です。
(对演员来说, 获得奥斯卡奖是最高荣誉。)

…を迎えます | 迎接……到来

原文—「年越し蕎麦」を食べて新年を迎えます。
(吃跨年荞麦面迎接新年。)

活用—彼はめでたく還暦を迎えました。(他过了六十大寿, 可喜可贺。)

159

→ 原文句型

句型整理

活用例句



目 录



もくじ



自序 / 003

本书特色 / 004

01 饮 食

生鱼片 / 010

荞麦面 / 013

日式盖饭 / 016

寿司 / 019

和果子 / 022

人形烧 / 025

纳豆 / 028

章鱼烧 / 031

天妇罗 / 034

日本酒 / 037

车站便当 / 040

饭团 / 043

02 服 饰

和服 / 047

木屐 / 050

浴衣 / 053

穿着和服的职业 / 056



03 休 闲

赏樱花 / 060

赏樱花宴会 / 063

赏枫 / 066

温泉 / 069

烟花 / 072

红白歌唱大赛 / 075

早期的日本电视剧 / 078

近期的日本电视剧 / 081

日本人的猜拳玩法 / 084



04 人物

天皇 / 088

桃太郎 / 091

忠犬八公 / 094

大和抚子 / 097

夏目漱石 / 100

河童 / 103

御宅族的由来 / 106

超萌御宅族 / 109

05 生活习惯

公共澡堂 / 113

普通住宅区的生活习惯 / 116

高级住宅区的生活习惯 / 119



06 传统文化

相扑 / 123

鲤鱼旗 / 126

浮世绘 / 129

歌舞伎 / 132

艺妓 / 135

能剧 / 138

茶道 / 141

花道 / 144

剑道的起源 / 147

柔道的起源 / 150

空手道的起源 / 153



07 年中行事

除夕夜（12月31日） / 157

新年参拜 / 160

节分（2月3日） / 163

女儿节（3月3日） / 166

七夕（7月7日） / 169

盂兰盆节（7月15日） / 172

赏月 / 175

七五三节 / 178

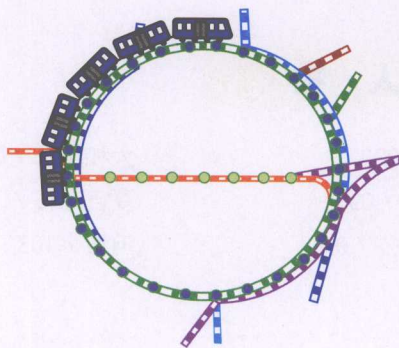
日本的法定假日 / 181

樱花盛开的四月 / 184



08 名胜景观

- 金阁寺 / 188
- 东京铁塔 / 191
- 立山黑部 / 194
- 合掌村 / 197



09 交通工具

- JR 线电车 / 201
- 哈多观光巴士 / 204

- 列车的“上行”与“下行” / 207
- 环状铁道线：山手线 / 210

10 居住

- 高级住宅区 / 214
- 普通住宅区 / 217
- 日本人的住与行 / 220
- 日式住宅的玄关 / 223

- 日本的家庭浴池 / 226
- 台湾人的住宅条件 / 229
- 日本人的住宅条件 / 232

11 学校教育

- 日本小学生的早晨 / 236
- 营养午餐 / 239
- 日本小学生的下午 / 242
- 日本小学生放学后 / 245



12 社会生活

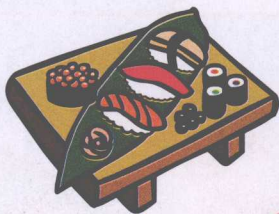
- 日本的上班时间 / 249
- 职场与社团活动的关系 / 252

- 日本的年度 / 255
- 日本人的休闲方式 / 258



07

饮食



いんしょく

日本对于外来文化通常采取两种态度：一是完全接受，一是与日本既有的传统融合，创造出新品。前者强调纯粹性，后者强调多样化，连饮食也不例外。

大家印象中的日本料理，其实包含和、洋、中三种。“和”是类似怀石料理的传统日式料理，“洋”是西洋料理，“中”是中华料理。后两者虽然不是原有的和食，但都已日本化，所以广义来说都属于日本料理。

例如大家熟知的日式炸猪排，其实是源自法国，但是做法和吃法都已日本化。拉面、饺子等也和中国原本的不同。甚至许多人熟知的日式蛋包饭，也是日本人改良创新的洋食，正统西餐是没有这道菜的。

当然，除了融合与创新，日本境内也有纯粹的外来饮食，例如正统西餐和正宗中华料理。

さし み
刺身

生鱼片



肝脏刺身（左）和一般的生鱼片（右）

除了鱼肉，日本人也生食内脏。
这对很多外国人来说，可能很难接受。

日本は四方が海に **1** 囲まれ、新鮮な魚介類が **2** たっぷ

り捕れます。だから、**3** 捕った魚を生で食べる料理が

発達しました。

日本四面 **1** 环绕大海，可以捕获 **2** 丰富而新鲜的鱼贝类，所以，利用 **3** 捕获的鱼类做成生食料理，是十分普遍的。



なま ちか しゅくざいほんらい あじ えいよう
生に近いほうが食材本来の味がわかりますし、栄養も

こわ いぜん ぎょかいるい めいじ いこう
4 **壊れません**。以前は魚介類だけでしたが、明治以降に

にくしよく いっぱん か うし うま にく さしみ
肉食が5 **一般化**されてからは牛とか馬の肉も6 **刺身**にし

なま た
て生で食べるようになりました。

生食除了能够品尝食材原本的风味，营养成分也4 **不易破坏**流失。起初，只有鱼类类如此，明治时代起，当肉食5 **普及**之后，日本人也开始将牛肉和马肉做成6 **生食料理**。

とりさし い とり さしみ さ い
「7 **鶏刺**」と言って鶏の刺身や、「8 **レバ刺し**」と言

かんぞう さしみ なま さいきん
う肝臓の刺身まであります。しかし、9 **生もの**は細菌が

はんしよく ちゅう い しよちゅうどく
10 **繁殖**しやすいので注意をしないと食中毒になり

ます。

后来甚至出现了7 **鸡肉刺身**、8 **肝脏刺身**。不过，9 **生的食材**10 **容易繁殖**细菌，稍微不小心，就会造成食物中毒。



重要单词

文章出现的		原形	意义	词性
^{かこ} 囲まれ	→	^{かこ} 囲む	包围	五段动词
^と 捕れます	→	^と 捕る	捕获	五段动词
^{はったつ} 発達しました	→	^{はったつ} 発達する	发展	サ变动词
わかります	→	わかる	知道	五段动词
^{こわ} 壊れません	→	^{こわ} 壊れる	损坏	下一段动词
なりました	→	なる	变成	五段动词
あります	→	ある	有(事物)	五段动词

实用句型

… ようになりました | 逐渐变成

原文——^{なま た}生で食べるようになりました。(逐渐变成生食。)

活用——^{こども た ある}子供が立って歩くようになりました。
(孩子逐渐可以站起来走路了。)

… しやすい | 容易

原文——^{なま さいきん はんしよく}生ものは細菌が繁殖しやすい。(生的食材容易繁殖细菌。)

活用——^{もくてき れんしゅう}目的がハッキリしているほうが練習しやすい。
(目的明确, 才容易进行练习。)

… ないと…になります | 不……的话, 就会……

原文——^{ちゅうい しょくちゅうどく}注意をしないと食中毒になります。
(不小心的话, 就会导致食物中毒。)

活用——^{いそ じかんぎ}急がないと時間切れになります。(不快一点的话, 时间就到了。)



そば
蕎麦

荞麦面



荞麦面（左）和蒙布朗蛋糕（右）

蒙布朗蛋糕的特色，是上层的栗子和面条状的奶油。
因为奶油的颜色类似荞麦面，
所以在日本也戏称这种蛋糕为“荞麦面”。

そば にほんとかゆう めんるい そば しょくぶつ いっしゅ こ
蕎麦は日本特有の麺類です。蕎麦は植物の一種で、小
むぎこ ま めん そば えいよう ひじょう ほうふ
麦粉を①混ぜて麺②にします。蕎麦は栄養が非常に豊富
です。忍者の③非常食料も蕎麦粉と小麦粉が主原料で
した。

荞麦面是日本特有的面食。荞麦是一种植物，荞麦和面粉①混合，就能②做成荞麦面。荞麦的营养非常丰富，日本忍者的③应急粮食，也是以荞麦粉和面粉为主要原料。



しかし、煮る時に**4**お湯の中に栄養が**5**流出しま

す。蕎麦の**6**煮汁は「蕎麦湯」として飲用します。

不过，煮荞麦面时，荞麦的营养会**5**流失到**4**热水里，所以煮面的**6**汤汁就被当成现成的荞麦汤来饮用。

蕎麦屋では、店員に言えば**7**無料で出してくれます。

この好みに**8**より「**9**薬味（葱、**10**七味唐辛子、山葵、海苔

など）を入れて食べます。**11**なお、**12**洋菓子の「モンブ

ラン」も俗称で「おそば」と呼ばれる事があります。

到店里吃荞麦面时，只要跟店员说一声，就能获得一碗**7**免费的荞麦汤。喝的时候，可以**8**依照个人喜好加一些**9**调味料（葱、**10**五香粉、芥末、海苔等）。**11**此外，**12**西式糕点中的蒙布朗蛋糕，有时也被戏称为“荞麦面”。



重要单词

文章出现的		原形	意义	词性
^ま 混ぜて	→	^ま 混ぜる	混合	下一段动词
^{りゅうしゅつ} 流出します	→	^{りゅうしゅつ} 流出する	流出	サ变动词
^{いんよう} 飲用します	→	^{いんよう} 飲用する	饮用	サ变动词
^い 言えば	→	^い 言う	说	サ变动词
^だ 出して	→	^だ 出す	拿出	五段动词
^い 入れて	→	^い 入れる	加入	下一段动词
^た 食べます	→	^た 食べる	吃	下一段动词

实用句型

…にします | 做成, 当做

原文——^{こむぎこ}小麦粉を^ま混ぜて^{めん}麵にします。(混入面粉做成面。)

活用——^{はんそくこうい}反則行為があつたので^{いま}今の^{とくてん}得点は^{むこう}無効にします。
(因为犯规, 刚才的得分视为无效。)

…てくれます | 能给予, 能提供

原文——^{てんいん}店員に^い言えば^{むりよう}無料で^だ出してくれます。(跟店员说一声, 就会免费提供。)

活用——^{ぶんしょさくせい}パソコンは^{らく}文書作成を^{らく}楽にして^{らく}くれます。
(有电脑, 就能轻松完成文档。)

…^{こと}事があります | 有时, 偶尔

原文——^{ようがし}洋菓子の「^{ぞくしやう}モンブラン」も^よ俗称で「^{こと}おそば」と呼ばれる^{こと}事があります。(西式糕点中的蒙布朗蛋糕, 有时也被戏称为“荞麦面”。)

活用——^{とら}虎は^{とり}鳥ですら^{つか}捕まえる^{こと}事があります。(有时候, 老虎连鸟都抓得到。)



どんぶりもの

丼物

日式盖饭



对于盖饭，日本人的联想是工人头戴工作帽、端着大碗坐在地上大口扒饭的样子。难怪日本女性觉得，吃盖饭实在不是件优雅的事。

どんぶり　はん　い　おお　わん　うえ
 丼 とはご飯を**1 入れる**大きなお碗のことで、上に
 の　どんぶりもの　い　どんぶり
2 おかずを**3 乗せた**ものを「丼物」と言います。丼
 もの　てんどん　かつどん　しょがいこく
 物には「**4 天丼**」「**5 勝丼**」などがあります。諸外国
 いちばんゆうめい　にほん　てん　おお　ぎゅう
 で一番有名なのは、日本でも**6 チェーン店**が多い「牛
 どん
 丼」かもしれません。

日语的“丼”是指**1 盛**米饭的大碗，米饭上面**3 铺上****2 食材**配料，就成了“丼物”（盖饭）。盖饭有**4 炸虾盖饭**、**5 猪排盖饭**等，在其他国家最负盛名的，或许是日本境内也有很多**6 连锁店**的牛肉盖饭。

