

每天



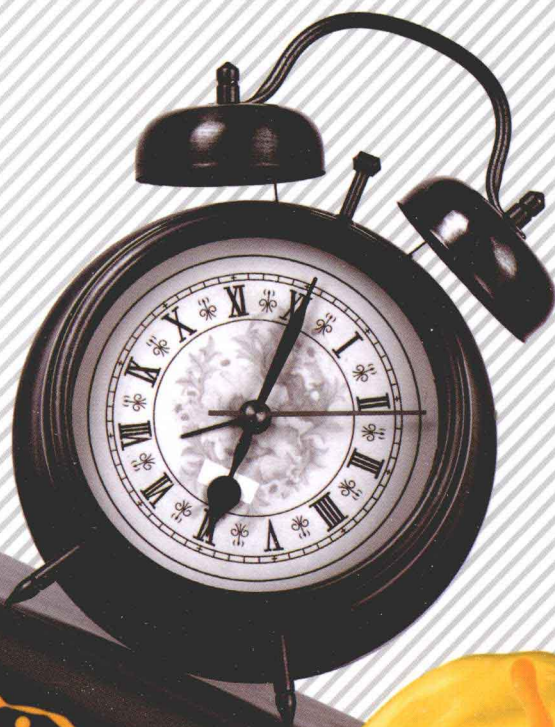
分钟,

清晨练习**10**分钟：叫醒听觉，倾心体会地道情景对话
午间消化**10**分钟：激活味觉，悉心提炼语言使用技巧
睡前欣赏**10**分钟：调动感官，全心塑造日语学习“至尚达人”

你就是日语 听力达人

主审 | 佐藤胜利(日)

编著 | 胡小春 李晓霞 王健



赠送
MP3
光盘

外语教学与研究出版社

每天

30

你就是日语 分钟, 听力达人

主审 佐藤胜利 (日)

编著 胡小春 李晓霞 王健

まいにち
30
びん



外语教学与研究出版社
北京

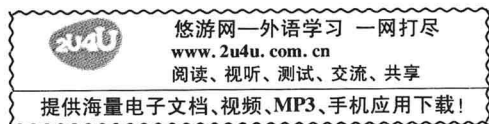
图书在版编目(CIP)数据

每天 30 分钟,你就是日语听力达人/胡小春,李晓霞,王健编著. — 北京:外语教学与研究出版社,2011.12 (2012.4 重印)

ISBN 978-7-5135-1567-2

I. ①每… II. ①胡… ②李… ③王… III. ①日语—听说教学—自学参考资料
IV. ①H369.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 256301 号



出 版 人: 蔡剑峰

责任编辑: 王晓静

封面设计: 佳禾书装

出版发行: 外语教学与研究出版社

社 址: 北京市西三环北路 19 号 (100089)

网 址: <http://www.fltrp.com>

印 刷: 北京市鑫霸印务有限公司

开 本: 730×980 1/16

印 张: 20

版 次: 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 4 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5135-1567-2

定 价: 39.00 元 (赠送 MP3 光盘 1 张)

* * *

购书咨询: (010)88819929 电子邮箱: club@fltrp.com

如有印刷、装订质量问题,请与出版社联系

联系电话: (010)61207896 电子邮箱: zhijian@fltrp.com

制售盗版必究 举报查实奖励

版权保护办公室举报电话: (010)88817519

物料号: 215670001

前言

学习外语的人都知道，要想用外语交流，必须先听懂对方的意思。即使掌握再多的单词、语法，如果听不懂，就无法进行沟通。本书以“听说为先、听力先行”为理念，旨在帮助广大日语学习者迅速掌握日常生活、学习、工作中常用的表达方式，听懂各种场景下的会话与短文，达到更加流畅、地道地用日语与他人进行交流的目的。

本书中的每个单元由以下几部分构成：

清晨练习10分钟

热身练习——精选了常见的日语口语单句及地道的应答方式，熟练掌握后能让您的口语表达更加自然！

单词集中记——筛选出日语听力中出现的高频词汇，可使您活学活用，并重点记忆！

语法集中记——记录了日语听力中常见的句型及惯用表达，掌握这些内容便等于掌握了日语会话的精髓！

午间消化10分钟

对话——以会话的形式再现了日本人生活、学习、工作中的真实场景，能使您身临其境，通过反复模仿，领悟日语听力的真谛！

文章——列举了常见场景下的短文示例，旨在考查对大段文字的听力理解能力及概括能力，可让您在学习的同时更加深入地了解日本文化，想聊什么就聊什么！

睡前欣赏10分钟

本部分是对前几部分内容的补充和扩展，可以让您深入了解日本文化，轻松掌握日语学习过程中需要了解的小知识，能助您快速拓宽知识面！

本书包含15个大方面、57个真实情景下的228篇对话和文章，清晰完整地再现了日本人日常生活中的真实场景，内容覆盖了衣食

住行、校园学习、职场工作、社交礼仪等方方面面。无论是学习、工作，还是出差、旅游，您都可以在本书中找到相关的知识、获得启迪、掌握日语听力与会话技巧。本书选材丰富、循序渐进、内容详实、贴近生活，可让您学得轻松、学得愉快，不再为听不懂而苦恼。学习后能够举一反三，并随心所欲地说出地道的日语。

与以往的听力书不同，本书以一种新颖的形式出现，既可以帮助广大日语爱好者系统地提高听力水平，亦可以作为日语学习者应试的有力助手。书中“热身练习”部分可作为最新日本语能力测试听力部分的第四大题及J.TEST（实用日本语检定考试）应答部分试题的高分突破练习。对话及文章部分的难度及题目的设定方式，特意打破“一段一题”而采取“一段两题”的形式，使之也可作为最新日语能力测试的第五大题及J.TEST的会话、说明问题的仿真练习。这些实战测试可以让日语学习者更加扎实、快速地提高日语应试能力，同时真正掌握日语听力技巧。

本书在编纂过程中，得到了日语专家大塚健一先生及佐藤胜利先生的大力支持，在此表示诚挚的谢意。

由于编纂工作浩繁，失误在所难免，恳请广大读者不吝指正。

编 者



目录

衣

- 1 单元 买衣服.....001
- 2 单元 买鞋袜、饰品.....004
- 3 单元 在洗衣店.....007

- 1 单元 外出就餐.....010
- 2 单元 家庭美食.....015
- 3 单元 营养饮食.....018

食

住

- 1 单元 租房子.....021
- 2 单元 搬家.....023
- 3 单元 酒店、旅店.....026

- 1 单元 问路.....028
- 2 单元 乘车.....030
- 3 单元 道路故障.....033
- 4 单元 交通事故.....036

行

工

- 1 单元 面试.....039
- 2 单元 加班.....043
- 3 单元 辞、换工作.....046
- 4 单元 职场女性.....049
- 5 单元 企业制度与管理.....052

- 1 单元 去逛街.....056
- 2 单元 在超市.....059

购

娱

- 1 单元 电影.....062
- 2 单元 音乐会.....068
- 3 单元 聚会、野炊.....071
- 4 单元 阅读.....074
- 5 单元 卡拉OK.....077
- 6 单元 电视.....080

电

1 单元 在邮局.....083

2 单元 在银行.....086

3 单元 在书店.....089

1 单元 电脑.....092

2 单元 网络.....095

3 单元 家用电器.....099

1 单元 拨打电话.....101

2 单元 电话留言.....103

3 单元 商务电话.....106

4 单元 语音电话.....110

话

用

暄

1 单元 寒暄问候.....112

2 单元 介绍.....114

3 单元 访问、拜访.....117

4 单元 赠送礼物.....120

1 单元 天气.....123

2 单元 宠物.....126

3 单元 环保.....129

聊

康

1 单元 医院.....134

2 单元 运动.....149

3 单元 保险.....158

游

1 单元 旅行计划与准备...188

2 单元 谈论旅行.....190

3 单元 洗温泉.....193

1 单元 学校、课堂.....161

2 单元 写报告.....165

3 单元 考试.....169

4 单元 图书馆.....171

5 单元 修学旅行.....174

6 单元 留学.....177

7 单元 打工.....179

8 单元 奖学金.....185

学

正确答案和听力原文

正确答案.....197

听力原文.....209



单元 买衣服



热身练习

問題 1	① ② ③	問題 2	① ② ③	問題 3	① ② ③
------	-------	------	-------	------	-------

单词集中记

はんがく	(半額)	[名]	半价
しちゃく	(試着)	[名・他サ]	试穿
ぴったり		[副]	合适
もよおす	(催す)	[他五]	举办
あつかう	(扱う)	[他五]	处理
てんぽ	(店舗)	[名]	店铺
とくばい	(特売)	[名]	特卖
ざいこ	(在庫)	[名]	库存
ハンカチ		[名]	手绢
バーゲンセール		[名]	大甩卖

语法集中记



～(よ)うとしている

接动词意向形「～(よ)う」后，意思是“正要……”“想要……”。

○お風呂^{ふろ}に入ろうとしたところに、電話^{でんわ}がかかってきた。/ 正要洗澡的时候，电话响了。

○一人^{ひとり}で立ち上^たがろうとする。/ 想自己站起来。

～てみる

接在动词「て」形后，表示尝试做某事。

○もう一度^{いちど}調べてみてください。/ 请您再查一次。

○王^{おう}さんは日本語^{にほんご}で手紙^{てがみ}を書いてみました。/ 小王试着用日语写了信。

～とは

「とは」是「というのは」的省略形式。用于提出某个名称，并就其进行说明或询问。

○JRとはJapan Railways^{りやく}の略です。/ 所说的JR就是Japan Railways（日本铁道）的省略形式。

○パソコン（パーソナル・コンピューター）とは、個人^{こじん}で使える小型^{つか}のコンピュータ^{こがた}の事です。/ 所谓个人电脑就是适合个人使用的小型计算机。

🕒 午间消化 10 分钟

— 对话 —

会話 1	問題 1	① ② ③ ④	会話 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③

— 文章 —

文章 1	問題 1	① ② ③ ④	文章 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③ ④

🕒 睡前欣赏 10 分钟

和服

和服^{わふく}は、文字通り「和」の「服」^{もじどお}、すなわち日本の衣服^わという意味である。この言葉^{ことば}は明治時代^{めいじ}に、西洋^{せいよう}の衣服^{いふく}すなわち「洋服」^{ようふく}に対して日本の衣服^{たい}を表す語^{にほん}として生まれた。「着物^{きもの}」という単語^{たんご}は本来衣服^{ほんらい}一般^{いふく}を意味^いするため、特に曖昧^{あいまい}

さを避^さけたい場^ば面^{めん}においては「和^わ服^{ふく}」という語^ごがよく用^{もち}いられる。

現代^{げんだい}日本^{にほん}人^{じん}は、日常^{にちじょう}ほとん^{よう}ど洋^{よう}服^{ふく}を^き着^{せい}て生^{せい}活^{かつ}して^わいるが、和^わ服^{ふく}は正^{せい}装^{そう}として、あるいは室^{しつ}内^{ない}着^ぎとして現^{げん}在^{ざい}でも愛^{あい}好^{こう}されて^{じょ}いる。女^{にょ}性^{せい}の着^きる和^わ服^{ふく}は、着^き物^{もの}として外^{がい}国^{こく}でもよく知^しられた美^{うつく}しい衣^い装^{しょう}でも^いち^{ばん}豪^{ごう}華^かな^{はな}もの^{はな}は、花^{はな}嫁^{よめ}が着^きる打^{うち}掛^かけ^きである。このほ^か未^み婚^{こん}の女^{にょ}性^{せい}と、既^き婚^{こん}女^{にょ}性^{せい}では着^き物^{もの}の模^も様^{よう}色^{いろ}合^{あい}が異^{こと}な^る。一^{いっ}般^{ぱん}の女^{にょ}性^{せい}が着^き物^{もの}を^きるのは正^{せい}月^{げつ}、成^{せい}人^{じん}式^{しき}、大^{だい}学^{がく}卒^{そつ}業^{ぎょう}パ^ーティ^ー、結^{けつ}婚^{こん}式^{しき}、披^ひ露^{ろう}宴^{えん}、葬^{そう}式^{しき}など^なで^ある。

和^わ服^{ふく}の中^{なか}でも^もっとも軽^{けい}便^{べん}な室^{しつ}内^{ない}着^ぎとして木^も綿^{めん}地^じのゆかた^があ^る。現^{げん}代^{だい}の日^に本^{ほん}の生^{せい}活^{かつ}で浴^ゆ衣^{かた}が多^{おほ}く着^{ちやく}用^{よう}さ^るるのは、主^{おも}に花^{はな}火^び・盆^{ぼん}踊^{おど}りな^などの夏^{なつ}の行^{ぎやう}事^じである。

◎ 和 服 ◎

“和服”即“和”之“服”，也就是“日本的衣服”之意。这个词是明治时期为与欧洲的衣服也就是“西服”相区别而产生的。因为“着物”一般泛指衣服，所以为避免表述不清，一般多用“和服”这个词。

现代的日本人在日常生活中几乎都是穿着西式衣服，但是和服作为正装或是居家服直到现在仍被很多人所喜爱。女性穿着的和服，作为一种漂亮的服饰被很多国家的人们所熟知。其中最华丽的要数新娘穿的礼服了。除此之外，未婚女性和已婚女性穿的和服在花纹和颜色上也有区别。一般女性会在正月、成人仪式、大学毕业典礼、结婚仪式、参加宴会及葬礼的时候穿和服。

和服中最轻便的居家服就是棉质的浴衣。现代日本人大多是在烟火大会、盂兰盆节等夏季活动时穿这种单和服。

② 单元 买鞋袜、饰品



清晨练习

10

分钟

热身练习

問題 1	① ② ③	問題 2	① ② ③	問題 3	① ② ③
------	-------	------	-------	------	-------

单词集中记

くつした	(靴下)	[名]	袜子
めいししいれ	(名刺入れ)	[名]	名片夹
かへい	(花柄)	[名]	花柄
プレゼン (テーション)		[名]	说明会; 广告宣传
ユーロ		[名]	欧元
スカーフ		[名]	围巾; 披肩
インターネット		[名]	因特网
しんし	(紳士)	[名]	绅士; 君子
ピアス		[名]	耳环
しょうひぜい	(消費税)	[名]	消费税

语法集中记



～なあ

(1) 也使用「な」的形式, 接在终止形后, 表示自言自语。

○週末は晴れるといいなあ。/ 周末是晴天就好了。

○やっぱり私には無理だったんだな。/ 果然我还是不行啊。

(2) 接在终止形后, 表示感叹。

○きれいだなあ。/ 真漂亮啊!

○早く帰りたいなあ。/ 我真想早点回去啊。



～んじゃない?

接在名词+「な」、形容动词连体形、形容词及动词的终止形后。意思是“不是

……吗？”。

○あの人、佐藤さんなんじゃない？/ 那个人不是佐藤吗？

○社長？もう帰ったんじゃない？/ 你是说社长吗？他不是已经回去了吗？

～し

接在终止形后，表示并列，意为“既……又……”“……而且……”，有时表原因中的一个或几个。

○あの店は安いし、うまい。/ 那家店既便宜又好吃。

○体はだるいし、頭も痛い。/ 浑身没劲儿，头也痛。

～ことにする

接在动词的连体形和「ない」形后，意思是“决定……”“决心……”。

○君には失望した。今後一切君には頼らないことにする。/ 我对你非常失望。今后一切都不靠你了。

○明日からジョギングすることにしよう。/ 我决定从明天开始跑步。

～てあげる

接在动词「て」形后，意思是“为……做……”。

○おばあさんが横断歩道で困っていたので、手を引いてあげた。/ 我看到一位老奶奶过马路很困难，就上去领她过了马路。

○君を助けてあげようと思ったけど、結局できなかった。/ 想要帮你，但最终没能帮上。



10 分钟

对话

会話 1	問題 1	① ② ③ ④	会話 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③ ④

文章

文章 1	問題 1	① ② ③ ④	文章 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③ ④

睡前欣赏 10 分钟

◎ 100円ショップ ◎

お店にある商品が全部100円で買えるという100円ショップが今すごい勢いで増えています。この100円ショップは1995年から2000年までの5年間で6倍に増加し、今は全国に3 000店以上あるといわれています。100円ショップの商品は種類がとても多いです。販売商品は化粧品、お菓子、文房具などがあります。100円というキリのよい価格設定が、手軽で安いワンコインというイメージとあいまって人気を博しています。とはいえ、実際は「100円」は税別本体価格で消費税込み105円で販売する店も多いです。また、99円など100円以下の価格で統一している店や、基本的に100円だが200円や300円、500円といった商品も一緒に販売している店もあります。

◎ 百元店 ◎

現今、百元店（即店内的所有商品均以100日元出售の商店）正迅速增多。据说这种百元店的数量从1995年到2000年的5年间增加了6倍，现今全国已经超过3 000家。百元店出售的商品种类很多。其中包括化妆品、点心、文具等等。百元店将商品最低价格设定为100日元，不仅价格低廉而且给人用一个硬币就可以购买的轻松便捷之感博得了较高的人气。虽说如此，实际上对于不包含消费税的100日元的商品，很多商家都以税后105日元的价格进行出售。另外，有一些是全部出售99日元等100日元以下商品的百元店，还有的百元店以经营100日元的商品为主，但同时也兼营200日元、300日元、500日元的商品。

3 单元

在洗衣店



清晨练习

10

分钟

热身练习

問題 1	① ② ③	問題 2	① ② ③	問題 3	① ② ③
------	-------	------	-------	------	-------

单词集中记

クリーニング		[名]	洗衣, 干洗
しみぬき	(染み抜き)	[名・他サ]	除掉污垢; 去污剂
しるし	(印)	[名]	记号, 符号
えり	(襟)	[名]	衣服的领子, 西装的硬领
そで	(袖)	[名]	袖子
ドライ		[形動・名]	干的, 干燥
でんぴょう	(伝票)	[名]	记账单; 传票
くすむ		[自五]	不鲜艳; 暗淡
おもいで	(思い出)	[名]	回忆
さいほう	(裁縫)	[名]	缝纫
たくはいびん	(宅配便)	[名]	送货上门服务

语法集中记



～てほしい

接在动词「て」形后, 意思是“想要……”。

○この展覧会には、たくさんの人に来てほしい。/ 希望有更多的人来参加这个展览会。

○一日も早く家へ帰ってきてほしい。/ 希望你能早一点回家。



お/ご～ください

「お」+和语动词「ます」形、「ご」+サ变动词词干+「ください」, 表示尊敬, 意思是“请(为我们做)……”。

○たいした料理^{りょうり}ではございませんが、どうぞお召^めし上がりください。/ 没有什么好菜，请吃吧。

○エレベーターをご利用^{りよう}ください。/ 请使用直梯。

3 ~てくれる

接在动词「て」形后，意思是“给我……”。

○鈴木^{すずき}さんが自転車^{じてんしゃ}を修理^{しゅうり}してくれた。/ 铃木给我修理了自行车。

○李^りさん、タバコを取^とってくれないか。/ 小李，能帮我拿一下香烟吗？

4 ~のに

接在名词+「な」、动词、形容词及形容动词连体形后，表示转折。

○知^しってるのに知らん^しぶりをして、とぼけてる。/ 明明知道却装糊涂。

○合格^{ごうかく}と思^{おも}っていたのに、不合格^{ふごうかく}だった。/ 原以为能够及格，可是没有及格。

5 ~とおり

(1) 接在数词等之后，意思是“……种”。

○駅^{えき}からあの建物^{たてもの}までには3通^{とお}りに行き^い方^{かた}がある。/ 从车站到那栋大楼有3种走法。

(2) 以「どおり」的形式接在名词和动词「ます」形后，意思是“按照……”。

○君^{きみ}の考^{かんが}えどおりにすればいいんだよ。/ 按照你所想的去做就可以了。

(3) 接在动词连体形、名词+「の」形后，意思是“按照……”。

○私^{わたし}の命^{めい}ずる通^{とお}りにしていれば、問題^{もんだい}はない。/ 按照我说的去做就没有问题。



— 对话 —

会話 1	問題 1	① ② ③ ④	会話 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③ ④

— 文章 —

文章 1	問題 1	① ② ③ ④	文章 2	問題 3	① ② ③ ④
	問題 2	① ② ③ ④		問題 4	① ② ③ ④



睡前欣赏

10

分钟

◎コインランドリー◎

コインランドリーは、備え付けの洗濯機を用いて利用者が自分で洗濯する形式の店舗である。設置された洗濯機や乾燥機、さらには洗剤の自動販売機などがコイン、つまり硬貨で利用できる。基本的にセルフサービスであるため、利用者は自身の洗濯物と硬貨を持って行き、備え付けの自動販売機から洗剤を購入し、洗濯機に洗濯物と洗剤を投入、所定の料金を洗濯機のコイン投入口に入れ、洗濯開始のスイッチを押せばいい。洗濯終了後は、そのまま持ち帰って自宅に干しても良いが、別途料金を支払って乾燥機を利用するのもいい。

◎投币式自动洗衣店◎

投币式自动洗衣店是顾客使用已备置的洗衣机自助清洗的店铺。顾客可用硬币来操作已备置的洗衣机、烘干机，甚至还有洗衣剂的自动售货机。作为一种自助服务，顾客只需携带要洗的衣物和硬币，从自动售货机中购买洗衣剂，然后将衣物及适量洗衣剂放入洗衣机中，再将洗衣所需的硬币投入洗衣机的硬币入口，按下开始洗衣的按钮即可。洗衣结束后，既可将衣物直接带回家晾干，也可以另外支付一定费用放入烘干机甩干。



单元

外出就餐



清晨练习

10

分钟

西餐

热身练习

問題 1	① ② ③	問題 2	① ② ③	問題 3	① ② ③
------	-------	------	-------	------	-------

单词集中记

ブラジル		[名]	巴西
しおあじ	(塩味)	[名]	咸味
ちゃいろい	(茶色い)	[形]	茶色的
にこむ	(煮込む)	[他五]	熬; 煮透
ミートソース		[名]	肉沙司, 肉食调味汁
クリームソース		[名]	奶油调味汁
デザート		[名]	甜点
でまえ	(出前)	[名]	外卖
ごちそう	(御馳走)	[名・他サ]	盛宴; 饭菜
てま	(手間)	[名]	时间, 劳力, 工夫

语法集中记



～がする

接在「匂い」、「香り」、「味」、「音」、「感じ」、「寒気」等表示感觉的名词后, 表示某种感觉。意思是“有……之感”“发生……”。