

にほんごをききましょう

# 人人听日语， 这样练听力最有效！

字母·词汇·单句·语篇  
轻松一本，畅听日语！

张超泽 张影 ◎编著

[日]中村小春 ◎审订

[日]井上正顺



多会一门外语,好比多一把金钥匙,  
每一把金钥匙都可以打开一座城。——杨绛



每天听一点，循序渐进，练出百分百日语听力！

★本书适合 想晋身听力达人的你 想了解日语声音的你

 中国宇航出版社

# 人人听日语， 这样练听力最有效！

张超泽 张 影 ◎编著

[日]中村小春 ◎审订

[日]井上正顺



中国宇航出版社

·北京·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

人人听日语, 这样练听力最有效! / 张超泽, 张影  
编著. — 北京: 中国宇航出版社, 2014. 10  
ISBN 978-7-5159-0796-3

I. ①人… II. ①张… ②张… 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(2014)第209599号

策划编辑 于慧

封面设计 文道思

责任编辑 刘东雪

责任校对 李琬琪

---

出版 中国宇航出版社

社址 北京市阜成路8号 邮编 100830  
(010) 68768548

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010) 68371900 (010) 88530478 (传真)  
(010) 68768541 (010) 68767294 (传真)

零售店 读者服务部 北京宇航文苑  
(010) 68371105 (010) 62529336

承印 北京中新伟业印刷有限公司

版次 2014年10月第1版 2014年10月第1次印刷

规格 880×1230 开本 1/32

印张 10.75 字数 186千字

书号 ISBN 978-7-5159-0796-3

定价 26.80元(随书附赠MP3光盘)

---

本书如有印装质量问题, 可与发行部联系调换



## 前言 Preface

中日两国是一衣带水的邻邦，自古以来交流密切。中国古代的文化对日本产生了深远的影响，比如日语中的平假名是由中国的草书演变而来，而片假名则是由中国汉字的偏旁部首演变而来的。到了现代，两国之间的经济、文化往来更加密切，一阵“日系风”悄然盛行于中国，由此也产生了很多日语和日本文化的粉丝。

关注日语和日本文化的读者在学完日语的基本发音和简单语法后，如果想要进一步系统地学习，就需要提高诸如阅读、听力等各方面的语言能力。可能大家会觉得听力能力非常难以提高，既需要有丰富的词汇量，又需要对听到的内容有比较快的反应速度，因而会望而却步。但实则不然，熟能生巧，多听多练是提高听力能力的有效方法，加之辅以一套切实有效的训练方法，将会取得事半功倍的效果。

为了帮助学习者有效地学习日语，全面提高日语的听说读写能力，我们编写了“人人学”系列图书。本系列书分为三册，分别为《人人学日语，这样入门最有效!》《人人读日语，这样阅读最有效!》《人人听日语，这样练听力最有效!》，旨在通过对入门知识、短文阅读与听力练习的综合讲解与训练，使日语学习者更扎实、更全面地掌握日语。

本书为系列图书中的《人人听日语，这样练听力最有效！》，本书分为假名发音、基础单词、常用短语、日常对话、可爱童谣、优美散文、影视剧情与NHK新闻8章，按照发音—单词—短语—对话—短文的顺序，难易度由浅入深，使学习者扎实、有效地掌握听力技巧，突破听力障碍。每小节设有“技巧点拨”“边听边学”“边听边练”等板块，对听力过程中需注意的重点与难点加以归纳说明，列出大量常用单词、重点短语，并设置听力练习，使学习者有目的地练习听力，扩充词汇量，全面了解日语和日本人的日常生活。同时，我们聘请来自日本的外教对本书中“边听边学”“边听边练”两大板块进行录音，并选编了日语童谣与影视剧片段的原声音频。旨在让读者能够体味原汁原味的日语发音，在提高口语表达能力的同时，对听力理解能力也将大有裨益。希望本书能为读者带去智与美的启示，在文字与声音的熏陶中使日语水平更上一层楼。

在本书编写过程中，编者参阅了大量相关领域的图书及网络资料，在此向原作者们表示感谢。另外，中国宇航出版社于慧、刘东雪编辑为本书提供了很多宝贵的意见，在此一并向她们表示衷心的感谢。

编者

# 目 录

## Contents

### Part 1 听日语假名 ..... 1

- チャプター 01 简介・五十音图 .....2
- チャプター 02 元音・あ行假名 .....4
- チャプター 03 清音・か行假名 .....7
- チャプター 04 清音・さ行假名 .....10
- チャプター 05 清音・た行假名 .....13
- チャプター 06 清音・な行假名 .....16
- チャプター 07 清音・は行假名 .....19
- チャプター 08 清音・ま行假名 .....22
- チャプター 09 清音・や行假名 .....25
- チャプター 10 清音・ら行假名 .....28
- チャプター 11 清音・わ行假名 .....31
- チャプター 12 清音・拨音 .....33
- チャプター 13 浊音・が行假名 .....35
- チャプター 14 浊音・ざ行假名 .....38
- チャプター 15 浊音・だ行假名 .....41
- チャプター 16 浊音・ば行假名 .....44
- チャプター 17 半浊音・ぱ行假名 .....47

チャプター 18	特殊音・拗音	50
チャプター 19	特殊音・长音	53
チャプター 20	特殊音・促音	56

## Part 2 听基础单词 ..... 59

チャプター 01	数字・个位数字	60
チャプター 02	数字・多位数字	63
チャプター 03	时间・日期时刻	67
チャプター 04	方向・地点位置	73
チャプター 05	颜色・彩色黑白	76
チャプター 06	形状・长宽方圆	79
チャプター 07	自然・动物植物	82
チャプター 08	饮食・日式菜肴	86
チャプター 09	地名・都道府县	90
チャプター 10	人体・部位器官	94
チャプター 11	职业・身份职务	98
チャプター 12	家庭・父母亲戚	102

## Part 3 听常用短语 ..... 105

チャプター 01	动作・头、眼动作	106
チャプター 02	动作・脸、嘴动作	110

チャプター 03	动作・手、腿动作	114
チャプター 04	路线・指路问路	118
チャプター 05	出行・交通工具	121
チャプター 06	起居・日常生活	125
チャプター 07	休闲・兴趣爱好	129
チャプター 08	着装・服饰打扮	133
チャプター 09	外貌・脸型表情	137
チャプター 10	性格・内向外向	142
チャプター 11	烹饪・美味佳肴	145

## Part 4 听日常对话 ..... 149

チャプター 01	寒暄・初次见面	150
チャプター 02	天气・风雨阴晴	153
チャプター 03	购物・折扣促销	157
チャプター 04	时间・先后顺序	160
チャプター 05	邀约・登门拜访	163
チャプター 06	情感・喜怒哀乐	166
チャプター 07	出行・交通工具	169
チャプター 08	问路・行走路线	172
チャプター 09	游玩・郊游爬山	175
チャプター 10	宾馆・办理住宿	178



チャプター 11	饮食・餐厅吃饭	181
チャプター 12	逛街・商场购物	184
チャプター 13	方位・约定见面	187
チャプター 14	时间・日期变换	190
チャプター 15	医院・生病就诊	193
チャプター 16	学校・学习教育	196
チャプター 17	电话・工作联络	199
チャプター 18	数字・大小多少	202
チャプター 19	图表・变化趋势	205
チャプター 20	态度・表明喜好	208

## Part 5 听可爱童谣 ..... 211

チャプター 01	童谣・肥皂泡	212
チャプター 02	童谣・摇篮曲	215
チャプター 03	童谣・橡子叮咚	217
チャプター 04	童谣・七子之歌	220
チャプター 05	童谣・大象先生	223
チャプター 06	童谣・母亲	226
チャプター 07	童谣・春天的小河	229
チャプター 08	童谣・朦胧月夜	232

**Part 6 听优美散文 ..... 235**

- チャプター 01 美文・海浪 .....236
- チャプター 02 美文・小满 .....239
- チャプター 03 美文・美丽的秋天 .....242
- チャプター 04 美文・天城的雪 .....245
- チャプター 05 美文・生机盎然 .....248
- チャプター 06 美文・绚丽的色彩 .....251

**Part 7 听精彩剧情 ..... 255**

- チャプター 01 独白・一升的眼泪 .....256
- チャプター 02 独白・美丽的雨 .....259
- チャプター 03 独白・恋空 .....262
- チャプター 04 独白・秒速五厘米 .....265
- チャプター 05 对白・东京爱情故事 .....268
- チャプター 06 对白・侧耳倾听 .....271

**Part 8 听 NHK 新闻 ..... 275**

- チャプター 01 自然・樱花花期较往年迟到  
一周 .....276
- チャプター 02 社会・少子高龄化问题 .....279

チャプター 03	经济・平成 25 年预算总额 史上最高	283
チャプター 04	生活・鳗鱼剧减饮食文化遭 冲击	286
チャプター 05	科技・人形机器人将被送入 宇宙	289
チャプター 06	体育・2020 年奥运会花落 东京	292

附录	答案与解析	295
----	-------	-----



## Part 1

# 听日语假名

要想听懂日语，首先要学会五十音图。在这一章的学习中首先我们会整体熟悉一下日语中最基本的五十个假名，然后会以“行”为单位对假名进行更进一步的识记和辨析。由于五十音图是学习日语的基础，所以掌握好这一章的内容非常重要。





# チャプター

## 01 简介·五十音图



### 技巧点拨

本节主要是听日语中最基础的组成部分——假名，共有5段10行，外加一个拨音，即总共51个发音。但除去重复的音节，实际上共有45个音。



### 边听边学

五十音图是指日语的五十个清音。在日语中它既是日语的字母，也是日语的发音。按照发音规律，可将其（平假名、片假名）以元音、子音为分类依据排列成表，这个假名表称为五十音图。表的纵向称为“段”，每段10个假名，共有5段。表的横向称为“行”，每行5个假名，共有10行。其中，“あ”行的5个假名是5个元音，其他各行基本上均是辅音与这5个元音相拼而成的音节。听录音时首先要掌握5个元音的发音，才能进而掌握其他假名的发音。这些假名是学好日语的必备前提。首先在本节中完整地听一遍，然后在以下各节中会逐一细分讲解。

下面请听录音，录音读两遍。第一遍为慢速朗读，第二遍为标准语速朗读。

行 段	あ行	か行	さ行	た行	な行	は行	ま行	や行	ら行	わ行	
あ段	あ ア a	か カ ka	さ サ sa	た タ ta	な ナ na	は ハ ha	ま マ ma	や ヤ ya	ら ラ ra	わ ワ wa	ん ン n
い段	い イ i	き キ ki	し シ shi	ち チ chi	に ニ ni	ひ ヒ hi	み ミ mi		り リ ri		
う段	う ウ u	く ク ku	す ス su	つ ツ tsu	ぬ ヌ nu	ふ フ fu	む ム mu	ゆ ユ yu	る ル ru		
え段	え エ e	け ケ ke	せ セ se	て テ te	ね ネ ne	へ ヘ he	め メ me		れ レ re		
お段	お オ o	こ コ ko	そ ソ so	と ト to	の ノ no	ほ ホ ho	も モ mo	よ ヨ yo	ろ ロ ro	を ヲ wo	



## 边听边练

听录音，选出你听到的假名。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# チャプター

## 02 元音・あ行假名



### 技巧点拨

本节主要听五十音图中的“あ”行假名，也是日语中仅有的5个元音。日语的5个元音都是单元音。单元音的特点是，发音时发音器官的位置（包括口型、舌位和声道）要稳定，不能中途改变。听录音时请注意这一点。



### 边听边学

“あ”行假名“あ、い、う、え、お”是日语中的5个元音。相应的罗马音分别是“a、i、u、e、o”。这5个元音是日语发音的基础单位。日语的所有音节，都是围绕这5个元音组成的。

听录音时请注意模仿每个假名的发音。下面请听录音，每个假名读两遍。

平假名

あ い う え お

片假名

ア イ ウ エ オ

[01]

あ

发音时张大口腔，舌自然放下，舌面与硬腭不宜距离过大，双唇自然张开，声带振动，听起来接近汉语“啊”的发音，但双唇张开度比“啊”略小。

[02]

い

发音时嘴巴微微张开，嘴角向两边舒展，舌前隆起，声带振动。听起来接近汉语“衣”的发音，但发音时双唇略松。

[03]

う

发音时双唇略微收圆，舌后部向上隆起，声带振动。听起来与汉语“乌”发音相似，但嘴唇不要特别向前突出。

[04]

え

发音时嘴巴半张，双唇略向两侧微拉，舌前伸抬起，舌尖抵下齿龈，舌根用力。听起来与汉语的“艾”的发音相似，但口型相对较小。

[05]

お

发音时嘴半张，双唇收圆，舌头后缩，舌后部微隆起，舌尖不抵下齿龈，声带振动。听起来与汉语的“凹”发音相似。





## 边听边练

## 一 听录音，选出你听到的假名。

- |            |         |
|------------|---------|
| 1. あ _____ | お _____ |
| 2. い _____ | え _____ |
| 3. う _____ | お _____ |
| 4. お _____ | い _____ |
| 5. あ _____ | い _____ |

## 二 听假名，写出其相应的片假名。

- |          |          |          |
|----------|----------|----------|
| 1. _____ | 2. _____ | 3. _____ |
| 4. _____ | 5. _____ |          |

## 三 听录音，写出你听到的单词。

- |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. <input type="text"/> | 2. <input type="text"/> |
| 3. <input type="text"/> | 4. <input type="text"/> |
| 5. <input type="text"/> | 6. <input type="text"/> |