



可点读

MPR

大家的标准日本语入门口语书

# 实用日语

场景分类  
好学好背

# 口语大全

## 日常口语



柠檬树日语教学团队 编著

白金版

能流畅表达中文思维的**1800**句日语会话

扫一扫

**9**大板块，全方位互动

**53**个主题，两种立场说法



用手机扫二维码  
在线听音频

中国出版集团  
中译出版社

大家的标准日本语入门词汇书

实用日语

场景分类  
好学好背

口语大全

日常口语

白金版

柠檬树日语教学团队 编著

中国出版集团  
中译出版社

---

图书在版编目 ( CIP ) 数据

场景分类 好学好背 实用日语口语大全. 日常口语:  
大家的标准日本语入门口语书: 白金版 / 柠檬树日语教  
学团队编著. -- 北京: 中译出版社, 2017.11

ISBN 978-7-5001-5408-2

I. ①场… II. ①柠… III. ①日语-口语-自学参考  
资料 IV. ①H369.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 272783 号

著作权合同登记: 图字 01-2017-6532

## 场景分类 好学好背

# 实用日语口语大全 日常口语 白金版

## 大家的标准日本语入门口语书

---

出版发行: 中译出版社

地 址: 北京市西城区车公庄大街甲4号物华大厦六层

电 话: (010) 68359827 68359303 68357328

邮 编: 100044

传 真: (010)68357870

电子邮箱: book@ctph.com.cn

网 址: <http://www.ctph.com.cn>

总 策 划: 耿小辉 张高里

策划编辑: 于建军

责任编辑: 于建军

封面设计: 田永 阎斌斌

印 刷: 北京凯达印务有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 710毫米×1000毫米 1/16

印 张: 14

字 数: 134千字

版 次: 2018年01月第一版

印 次: 2018年01月第一次

---

ISBN 978-7-5001-5408-2 定价: 42.60元

版权所有 侵权必究

中 译 出 版 社

# 前言

学习外语时，通过阅读、以及课本的自我学习，我们能够具备基本的单词、语法、句型能力。但通晓外语的关键指标——“会话能力”，应该是众多学习者最没有把握，只凭猛啃书本，也未必能获得良好成效的能力之一吧！

想要提高外语会话能力，**敢说、多说、鼓起勇气交谈**绝对是首要条件。当然，勇敢踏出第一步“开启话题”之后，脑中也必须有丰富的话题线索，根据实际情况来“延续话题”或是“改变话题”。否则，明明有了开口的胆识，却因为话题线索不足而造成冷场中断，就太可惜了。

一般学习外语会话的方式，大多是制式的抛出一个问题，由学习者回答相对应的答案，并反复进行“一问、一答”的练习。不过日常生活中的真实对话，通常不会如此制式与僵化，而是“话题丰富多变、充满互动性、需要不断推展持续”的。

而且，与人交谈时，我们有时候是站在“第一人称”的立场，“阐述自己意见、向对方提出问题”；有时候又是站在“听者”的立场，“回应对方的问题、附和对方、表达提醒建议”。

为了满足上述“生活中真实会话所需”，本书特别将各个主题设计为“立场 1：自我表达、开启话题”和“立场 2：延续话题的提问与附和”，让学习时，可以真实模拟自然对话中不同的角色扮演与说法。

相同主题，可同时学习“表达句”（我……。）与“发问句”（你……？），并提供契合主题的丰富话题线索，供学习者自由替换与运用。一旦熟练交谈间“一来一往”的日语交谈元素，当有机会面对各种场合时，才能展现“有话说、敢开口”的能量。

最后，并希望学习者能搭配本书的 MP3 录音，跟随专业日籍播音老师学习所有会话句的标准语调，并在生活中不放弃任何机会，“不害羞、不害怕说错”地积极表达与运用。并祝福大家学习愉快！

# 本书特色

本书教你用日语聊不停的聪明接话术!

立场 1: 学习【用日语表达自己】

立场 2: 学习【用日语询问对方, 让话题持续】

内容涵盖 3 大领域, 158 个主题, 两种立场说法

从生活到职场、从个人到出国

适用于“聊天开场、接话、提问、附和”

堪称足以应付任何状况的“日语攀谈语句库”!

- 3 大领域: 交谈不冷场的互动式日语沟通
- 立场 1: 开启话题的【丰富线索】
- 立场 2: 延续话题的【聪明提问、临场附和】
- 内容超具体: 帮你准备好可接话的步骤和内容
- 可达成: 自己有话说, 听完对方说, 也有能力加码问、继续聊!
- 满足: 字典查询不到的“中文想法, 日文怎么说?”
- 会话句使用“方框”圈记“关键词汇”及“关键句型”, 提示表达与学习要点
- 详细解说“动语变化过程”, 并加注“第几类动词、い形容词、な形容词”等词性
- 补充相关信息, 深入了解词汇差异及背景知识
- 专业日籍播音员录制 MP3, 学习日本人的标准语调

## 1 我的外表 vs. 你的外表

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
001	我的身高。	002	你的身高?	004
002	我的身材。	006	你的身材?	008
003	我的皮肤。	010	你的皮肤?	012
004	我的脸蛋。	014	你的脸蛋?	016
005	我的五官。	018	你的五官?	020
006	我的头发。	022	你的头发?	024
007	我的妆扮。	026	你的妆扮?	028
008	我的穿着。	030	你的穿着?	032

## 2 我的生活 vs. 你的生活

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
009	我的起床。	034	你的起床?	036
010	我的睡眠。	038	你的睡眠?	040
011	我的美容。	042	你的美容?	044
012	我的健康。	046	你的健康?	048
013	我的运动。	050	你的运动?	052
014	我的宠物。	054	你的宠物?	056
015	我的交通工具。	058	你的交通工具?	060
016	我的网络活动。	062	你的网络活动?	064
017	我与便利商店。	066	你与便利商店?	068

### 3 我的饮食 vs. 你的饮食

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
018	我的早餐。	070	你的早餐?	072
019	我的午餐。	074	你的午餐?	076
020	我的晚餐。	078	你的晚餐?	080
021	我的饮料。	082	你的饮料?	084
022	我的饮食习惯。	086	你的饮食习惯?	088
023	我喜欢的食物。	090	你喜欢的食物?	092
024	我讨厌的食物。	094	你讨厌的食物?	096

### 4 我的人际关系 vs. 你的人际关系

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
025	我的父母亲。	098	你的父母亲?	100
026	我的兄弟姐妹。	102	你的兄弟姐妹?	104
027	我的情人。	106	你的情人?	108
028	我的朋友。	110	你的朋友?	112
029	我的老板。	114	你的老板?	116
030	我的同事。	118	你的同事?	120

### 5 我的近况 vs. 你的近况

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
031	我的近况。	122	你的近况?	124
032	我最近的心情。	126	你最近的心情?	128
033	我正在进行的事。	130	你正在进行的事?	132

## 6 称职的主人 vs. 有礼貌的客人

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
034	欢迎客人。	134	回应主人的欢迎。	136
035	招待客人。	138	回应主人的招待。	140
036	招呼用餐。	142	回应招呼用餐。	144
037	主人送客。	146	回应主人送客。	148
038	主人接受致谢。	150	客人致谢。	152

## 7 聊流行大小事 vs. 询问对方想法

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
039	名牌……。	154	你觉得名牌……?	156
040	美容保养……。	158	你觉得美容保养……?	160
041	减肥……。	162	你觉得减肥……?	164
042	整形……。	166	你觉得整形……?	168
043	八卦……。	170	你觉得八卦……?	172

## 8 聊生活大小事 vs. 询问对方想法

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
044	地铁……。	174	你觉得地铁……?	176
045	天气……。	178	你觉得天气……?	180
046	乐透……。	182	你觉得乐透……?	184
047	旅游……。	186	你觉得旅游……?	188
048	健康……。	190	你觉得健康……?	192

## 9 聊社会大小事 vs. 询问对方想法

主题	立场 1	页码	立场 2	页码
049	治安……。	194	你觉得治安……?	196
050	贫与富……。	198	你觉得贫与富……?	200
051	青少年问题……。	202	你觉得青少年问题……?	204
052	上班族……。	206	你觉得上班族……?	208
053	失业……。	210	你觉得失业……?	212

## 立场 1

## 立场 2

- 1 我的外表 vs. 你的外表  
主题 001-008
- 2 我的生活 vs. 你的生活  
主题 009-017
- 3 我的饮食 vs. 你的饮食  
主题 018-024
- 4 我的人际关系 vs. 你的人际关系  
主题 025-030
- 5 我的近况 vs. 你的近况  
主题 031-033
- 6 称职的主人 vs. 有礼貌的客人  
主题 034-038
- 7 聊流行大小事 vs. 询问对方想法  
主题 039-043
- 8 聊生活大小事 vs. 询问对方想法  
主题 044-048
- 9 聊社会大小事 vs. 询问对方想法  
主题 049-053

我的身高 160 公分。

わたし しんちよう ひやくろくじゅうつ センチ  
私の身長は 160 cmです。

\* 身長(身高)、私の身長は~cmです(我的身高是~公分)

我 很久没测量 身高。

わたし しばらく しんちよう ほか  
私は しばらく 身長 を測っていません。

\* しばらく(许久)

\* 測る(測量・I类)→測っている(ている形)→  
測っています(ている形ます形)→  
測っていません(ている形ます形否定形)

\* しばらく~を測っていません(许久没测量~的状态)

我很满意 自己的身高。

わたし じぶん しんちよう まんぞく  
私は 自分の身長 に満足しています。

\* 満足する(满意・III类)→満足している(ている形)→  
満足しています(ている形ます形)

\* ~に満足しています(目前对~满意)

我的身高 遗传自父亲。

わたし しんちよう ちち いでん  
私の身長は 父からの遺伝 です。

\* 父から(从父亲)、遺伝(遗传)、~からの遺伝(遗传自~)

我的身高 中等。

わたし しんちよう ちゅう  
私の身長は 中くらい です。\* 中くらい(中等・な形)

我比姐姐 矮3公分。

わたし あね さんセンチ せ ひく  
私は姉より 3cm背が低い です。

\* より(表示“比较基准”)、背(身高)、低い(矮・い形)

\* Aより~cm背が低いです(比A矮~公分)

我比弟弟 高5公分。

わたし おとうと ごセンチ せ たか  
私は弟より 5cm背が高い です。

\* 高い(高・い形)、Aより~cm背が高いです(比A高~公分)

我跟你 一样高。

わたし おな せ たか  
私はあなたと 同じ背の高さ です。

\* 同じ背の高さ(同样身高)

我是 矮个子。

わたし ちび  
私は ちび です。\* ちび(矮个子)

我是 高个子。

わたし のっぽ  
私は のっぽ です。\* のっぽ(高个子)



我小学毕业后，就一直  
没再长高。

わたし しょうがっこう そつぎょう  
私は小学校を卒業してからずっと 身長が  
の  
伸びていません。

- \* 卒業する（毕业・Ⅲ类）→卒業して（て形）
- \* 动词て形+から（做~之后）、ずっと（一直）
- \* 伸びる（伸长・Ⅱ类）→伸びている（ている形）→  
伸びています（ている形ます形）→  
伸びていません（ている形ます形否定形）
- \* 身長が伸びていません（目前是没长高的状态）

我羡慕比我高的人。

わたし じぶん せ たか ひと うらや  
私は自分より背の高い人が羨ましいです。

- \* 羨ましい（羡慕・い形）

我的身高只有145公分。

わたし しんちょう ひやくよんじゅうごセンチ  
私の身長は 1 4 5cm しかありません。

- \* 量词+しか（表示强调“少、轻、薄、短、小”）
- \* ある（有・Ⅰ类）→あります（ます形）→ありません  
（ます形否定形）
- \* しか+否定形（只有~而已）

我的身高超过190公分。

わたし しんちょう ひやくきゅうじゅうセンチ こ  
私の身長は 1 9 0 cm を超えています。

- \* 超える（超过・Ⅱ类）→超えている（ている形）→  
超えています（ている形ます形）
- \* ~を超えています（目前是超过~的状态）

我上中学后突然长高。

わたし ちゅうがっこう はい きゅう せ の  
私は中学校に入ってから急に背が伸びました。

- \* 入る（进入・Ⅰ类）→入って（て形）
- \* 中学校に入ってから（从上中学后）、急に（突然）
- \* 伸びる（伸长・Ⅱ类）→伸びます（ます形）→  
伸びました（ます形た形）

我是我们班最矮的。

わたし いちばん せ ひく  
私はクラスで一番背が低いです。

- \* クラスで（在班上）、一番背が低い（最矮）

我是我们家最高的。

わたし かぞく いちばん せ たか  
私は家族で一番背が高いです。\* 家族で（家人之中）



你的 身高几公分?

あなたの <sup>しんちよう なんセンチ</sup> 身長は何cmですか。 \* 身長(身高)

你 希望再长高 吗?

あなたは <sup>せ たか おも</sup> もっと背が高くなりたいと思いますか。

- \* もっと(更)、高い(高・い形)
- \* い形容词去字尾い+く+なる(变成~)
- \* 高くなる(变高・I类)→高くなります(ます形)→高くなりたい(ます形去ます+たい, 想要变高)
- \* 思う(希望・I类)→思います(ます形)
- \* ~なりたいと思いますか(希望变成~吗)

你 比 你姐姐 高吗?

あなたは <sup>ねえ</sup> お姉さん <sup>せ たか</sup> より背が高いですか。

- \* AはBより背が高い(A比B高)

你跟你哥 身高差多少?

あなたとあなたのお兄さんの <sup>しんちよう さ</sup> 身長差はどのくらいですか。

- \* 身長差(身高差)、どのくらい(多少)

你跟他 谁比较高?

あなたと彼は <sup>かれ</sup> <sup>せ たか</sup> どちらが背が高いですか。

- \* どちら(哪一个)、背(身高)

你的身高 真令人嫉妒!

あなたの身長には <sup>ほんとう</sup> <sup>しつと</sup> 本<sup>ほんとう</sup>当<sup>しつと</sup>に嫉妒させられます。

- \* 本<sup>ほんとう</sup>当<sup>しつと</sup>に(真的)
- \* 嫉妒する(嫉妒・III类)→嫉妒させられる(使役被动形)→嫉妒させられます(使役被动形ます形)

你跟我弟弟 差不多高。

あなたは <sup>わたし おとうと</sup> 私の弟と <sup>おな</sup> <sup>しんちよう</sup> 同じくらいの身長です。

- \* 同じくらい(差不多程度)

你又 长高了。

あなたはまた <sup>せ</sup> <sup>の</sup> 背が伸びましたね。

- \* また(又)
- \* 伸びる(伸长・II类)→伸びます(ます形)→伸びました(ます形た形)



你好像比你爸爸高。

あなたはあなたのお父さんより背が高いよう  
です。

\* ~ようです（好像~）

你有什么长高的秘诀吗？

あなたは背が高くなる秘訣が何かありますか。

\* 秘訣（秘訣）

\* ある（有・I类）→あります（ます形）

你不了解矮个子的苦。

あなたはちびの苦しみが分かっていません。

\* ちび（矮个子）、苦しみ（痛苦）

\* 分かる（了解・I类）→分かっている（ている形）→  
分かっています（ている形ます形）→  
分かっていません（ている形ます形否定形）

\* ~が分かっていません（目前是不了解~的状态）

你的身高适合打篮球。

あなたの身長はバスケットボールをするのに  
適しています。

\* バスケットボールをする（打篮球）

\* 適する（适合・III类）→適している（ている形）→  
適しています（ている形ます形）

\* ~に適しています（目前是很适合~的状态）

\* 动词不能直接接续助词，中间要有形式上的名词“こと”或  
“の”，所以句中使用“する（动词）の（形式名词）に（助词）”。

你的身高可以当模特儿。

あなたの身長はモデルになれます。

\* モデル（模特儿）

\* なる（变成・I类）→なれる（可能形）→なれます  
（可能形ます形）

你觉得男朋友的身高  
要有多少才好？

あなたは彼氏の身長がどのくらいあったら  
いいですか。

\* ある（有・I类）→あった（た形）

\* 动词た形+ら+いいです（如果~的话就好）



我的体重 48 公斤。

わたし たいじゆう よんじゆうはち キロ  
私の体重は 4 8 kg です。

\* “キログラム”是正式的说法，但一般都只说“キロ”

我的 体重超过 90 公斤。

わたし たいじゆう きゆうじゅうキロ こ  
私の 体重は 9 0 kg を超えています。

\* 超える（超过・II类）→超えている（ている形）→  
超えています（ている形ます形）

\* ~を超えています（目前是超过~的状态）

我的 体重不到 60 公斤。

わたし たいじゆう ろくじゅうキロ  
私の 体重は 6 0 kg ありません。

\* ある（有・I类）→あります（ます形）→ありません  
（ます形否定形）

我 比 我妹妹 瘦。

わたし じぶん いもうと や  
私は自分の妹 より痩せています。

\* 痩せる（瘦・II类）→痩せている（ている形）→  
痩せています（ている形ます形）

\* AはBより痩せています（A目前是比B瘦的状态）

我 比 我哥哥 重 10 公斤。

わたし じぶん あに じゅうキロおも  
私は自分の兄 より10kg重いです。

\* 重い（重・い形）、Aより~kg重いです（比A重~公斤）

我的 胸围 34 英寸。

わたし さんじゅうよん  
私の バストは 3 4 インチです。

\* バスト（胸围）可替换：ヒップ（臀围）、ウエスト（腰围）

我是 瘦子。

わたし  
私は ヤセ です。

\* ヤセ（瘦子）可替换：太っちょ（胖胖的人）、ポッチャリ  
（胖胖的可爱的样子）

我很 苗条。

わたし  
私は スリム です。

\* スリム（苗条・な形）可替换：グラマー（丰满・な形）

我最近 瘦了。

わたし さいきん や  
私は最近 痩せました。

\* 痩せる（瘦・II类）→痩せます（ます形）→痩せました  
（ます形た形）



我3年来**胖了20公斤**。

わたし さんねん 私はこの三年で にじゅうつきろふと **20kg太りました**。

\* 太る(胖・I类)→太ります(ます形)→太りました(ます形た形)

我是**中等身材**。

わたし ちゅうにくちゅうざい 私は**中肉中背**です。\* 中肉中背(中等身材)

我羡慕**吃不胖的人**。

わたし た ふと ひと 私は**食べても太らない人**が羨ましいです。うらや

\* 食べる(吃・II类)→食べて(て形)  
\* 动词て形+も(即使~也~)  
\* 太る(胖・I类)→太らない(ない形)  
\* 羨ましい(羡慕・い形)

我每天运动**维持身材**。

わたし まいにちうんどう 私は毎日運動して いじ **スタイルを維持しています**。

\* 運動する(运动・III类)→運動して(て形)  
\* スタイル(身材)  
\* 維持する(维持・III类)→維持している(ている形)→維持しています(ている形ます形)  
\* 運動してスタイルを維持しています(靠运动维持身材的状态)

我的手臂**肉肉的**。

わたし うで 私の腕は**むちむちしています**。

\* 腕(手臂)  
\* むちむちする(丰满・III类)→むちむちしている(ている形)→むちむちしています(ている形ます形)  
\* ~はむちむちしています(~目前是丰满的状态)

我的大腿**太粗**。

わたし ふと 私の太ももは ふとす **太過ぎ**です。

\* 太もも(大腿)、太過ぎ(太粗)

我觉得**自己很胖**。

わたし じぶん 私は**自分がすごく太っている** おも **と思います**。

\* すごい(非常・い形)→すごく(副词用法)  
\* 太る(胖・I类)→太っている(ている形)  
\* Aがすごく太っている(A目前是很胖的状态)  
\* 思う(觉得・I类)→思います(ます形)  
\* 私は~と思います(我觉得~。“名词”和“な形”需要有“だ”再接续,但实际使用时也有日本人会省略“だ”)

你的体重 **是多少**?

あなたの体重は **どのくらいですか**。

\* 体重 (体重)、～はどのくらいですか (～是多少呢)

你 **应该不到** 40 **公斤**。

あなたは **40 kg ないはず**です。

\* ない (没有・い形)

\* あなたは～kgないはずです (你应该不到～公斤)

我想他 **至少有** 90 公斤。

彼は **少なくとも** 90 kg **はある** と思います。

\* 少なくとも (至少)、ある (有・I类)

\* 思う (猜想・I类) → 思います (ます形)

\* ～と思います (我想～。 “名词” 和 “な形” 需要有 “だ” 再接续, 但实际使用时也有日本人会省略 “だ” )

你 **希望** 自己体重 **多重**?

あなたは、体重 **何kg ぐらいに**なりたいですか。

\* 量词+ぐらい (表示 “大概的数量”, 也可以用くらい)

\* 名词/な形/疑问词+に+なる (变成～)

\* なる (变成・I类) → なります (ます形)

\* 动词ます形去ます+たいです (想要～)

\* ～になりたいですか (希望变成～吗)

你 **如何保持** 身材?

あなたは **どうやって** スタイル **を**保たもっていますか。

\* どうやって (怎么做)、スタイル (身材)

\* 保つ (保持・I类) → 保っている (ている形) →

保っています (ている形ます形)

\* どうやって～を保っていますか (怎么做来保持～呢)

你看来 **完全没有** 赘肉。

あなたは **贅肉が全くない** ように見えます。

\* 赘肉 (赘肉)、全く (完全)、～ように (好像～)

\* 見える (看起来・II类) → 見えます (ます形)

\* ～ように見えます (看起来好像～)

你的身材 **真好**!

あなたのスタイルは **ばっちり** です。

\* ばっちり (完美)