

# Japanese Text, Caregiving Plus 日本語 Text, 介護 プラス

監修 東京大学名誉教授 北村 聖  
かんしゅう とうきょうだいがく めい よ きょうじゅ きた むら きよし

Supervisor: Kiyoshi Kitamura, Emeritus Professor, University of Tokyo

日本語から介護知識まで、広く学べる最新のテキスト！  
にほんご かいご ちしき ひろ まな さいしん

This is the most up-to-date textbook for studying Japanese language and caregiving.

日本語能力試験、介護福祉士試験にも有効！  
にほんご のうりよくしけん かいご ふくし し しけん ゆうこう

This textbook is also effective for the Japanese Language Proficiency Test and the Care Worker Examination.

1本…いっぽん

2本…にほん

3本…さんぽん

+ ずしづつ  
◎ ずしづつ

◎ タクシー  
+ タクシー



- ・ ネット画面や、音声メディア（オプション）で、日本語の音声を聞くことができます。

You can listen to Japanese voice on our home page or via optional audio media.

聞いて声に出せば、最短で日本語を話せるでしょう。

- ・ ネットでは、母国語での解説も選べます。

You can also choose commentary in your native language on our home page.

Jam Systems Inc.

開発・出版 ジャムシステム株式会社  
かいはつ しゅっぱん かぶしきがいしゃ

Developer/Publisher: Jam Systems Inc.

(⇒www.jamsystem.com)

## はじめに

### Preface

0054

にほん せかい れい はや しょうし こうれいか  
日本では、世界でも例のない早さで少子・高齢化  
すす  
が進んでいます。

In Japan, the declining birthrate and aging population is increasing at an unprecedented rate in the world. 0056

にほん かいごぶんや がいこく ひと  
そのため日本では、介護分野への外国の人たちの  
さん か おお きたい  
参加が、大いに期待されています。

To solve this problem, participation of foreign people in the caregiving field is greatly expected in Japan. 0057

さい さいだい しょうがい にほんご むずか  
その際に最大の障害となるのは、日本語の難しさだ  
といわれています。

The biggest obstacle to this solution is said to be the difficulty of the Japanese language. 0058

にほん かいごしせつ はたら  
このテキストは、日本の介護施設で働きたいと  
きぼう がいこくじん にほんご がくしゅう  
希望する外国人が、日本語を学習するために  
かいはつ  
開発されたものです。

This textbook has been developed to support foreign Japanese learners who aim to become care workers in Japan. 0059

ぎじゅつ にほんごおんせい たげんごやく つか  
IT技術、日本語音声、多言語訳なども使って、な  
るべくたんじかん にほんご つか めざ  
るべく短時間で日本語を使えるようになることを目指  
しています。

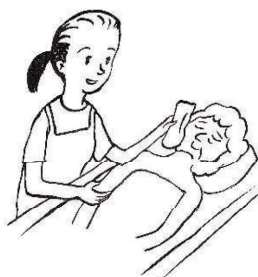
IT(Information technology), Japanese voice and multi-language translation technology etc., are also used, and it is devised to be able to use Japanese as shortly as possible. 0060

にほんごこう きょうかしょう どうがくよう  
日本語学校の教科書用としてだけでなく、独学用  
つか  
としても使えるようになっています。

Therefore, learners can learn Japanese at school or independently. 0061

かいご ぶんや せっきよくてき はたら はじ  
そして、介護の分野で、積極的に働き始めて  
いただきたいものです。

We hope that they will be inspired to start working in the caregiving business. 0062



### 3. 外国人介護職と、高齢者の交流

日本の介護施設では、会話の相手は、ほぼいつも同じ利用者です。

コンビニの店員のように、不特定多数のお客に、迅速で正確な対応が求められはしません。

介護施設は、顔なじみの高齢者と介護職が、和気あいあいと共同生活をする場でもあります。

したがって、少々間違っても、なるべく話す機会を増やし、日本語に慣れるほうが重要です。

介護の仕事は、体を動かすことも多く、言葉を知らなくてもできる作業も多いからです。

★会話と、「読み・書き」の順位

最初は、会話する能力が一番大事です。

しかし、次第に、介護日誌を読んだり、書いたりすることが、求められるようになります。

「読み・書き」も、根気よく勉強を続けてください。

★外国人介護職の有利な点と、国際交流

介護従事者に必要なものは、言葉以上に、高齢者に対する温かく、親切な人柄です。

優しい人柄(ホスピタリティ)は、介護従事者と利用者の関係を明るくします。

また、若い外国人に親切な高齢者も多く、日本語や日本の習慣などを教えてくれる人もいます。

外国人の介護従事者との交流は、高齢の利用者にとっても、異文化と接する新鮮な機会です。

Communication between foreign caregivers & the elderly

A097

In Japan, care workers have the opportunity to always talk with the same facility users.

A098

This is different from the staff of convenience stores, who are expected to communicate quickly and correctly with a large number of unknown customers.

A099

Care facilities are a place for elderly people and care workers who have become familiar with their faces to live together and live in harmony.

A100

Therefore, it is important to increase the chance to talk as much as possible even if you make a mistake, and to become accustomed to Japanese.

A101

In caregiving work, you often use your body, so you can do without knowing the special terms.

A102

Priority of conversation, reading and writing.

A103

At first, the most important Japanese language skill is the ability to have a conversation.

A104

I however, learners should also be able to read and write to take notes in a care diary.

A105

Please continue to study reading and writing persistently.

A106

Advantage of foreign caregivers, international exchange.

A108

The more important quality for care workers, even more important than Japanese language skills, is a warm and kind personality.

A109

Hospitality helps keep a positive relationship between care workers and users.

A110

There are generally friendly elderly to young foreigners and some teach Japanese language and various customs to them.

A111

Exchange with foreign care workers is a fresh opportunity for elderly users to interact with different cultures.

A112



## 5. マナーエチケット

介護職員は、日常生活の上で、高齢者との  
摩擦を招かないよう、注意してください。

そのため、基本的な「マナー・エチケット」を守らねば  
なりません。

しかし実際上、細かいマナーを全て守ることは、で  
きません。

結局、周囲の人の「やっていること、やっていないこ  
と」を、注意深く観察することが大切です。

### (1) 食事のマナー

日本人は、普段はあまり宗教にこだわりません。

しかし、ほとんどの日本人は、食事の前には両手を  
合わせ、「いただきます」と声を出します。

食後には、「ごちそうさま」と声を出します。

これは、普通の食事マナーになっています。

もし無言で食べ始めると、回りの人は変に感じたりす  
るでしょう。

できるだけ、見習うようにしましょう。

・食べる時に、クチャクチャと音を立てたりしては、  
いけません。

・また、口の中に食べ物を入れたまま、しゃべる  
のは止めましょう。

・食事の前や、トイレの後には手を洗う習慣は、  
日本中で定着しています。

Manners and etiquette

B198

Care workers must be careful not to  
cause friction with the elderly in daily  
life with them.

B199

Therefore, care workers must follow  
basic “manners and etiquette.”

B200

However, it is impossible to keep every  
specific manner.

B201

It is recommended that you carefully  
observe what people around you are  
doing and not doing.

B202

B203

Manner of meals

B204

Japanese people are not very religious.

B205

However, most Japanese people put  
both their hands together and say,  
‘Thank you for this meal (“Itadaki-  
masu”),’ before eating.

B206

They also say ‘Thank you for this  
delicious meal (“Gochisou-sama”)’  
after they’ve finished eating.

B207

This is common table manners.

B208

If you start eating silently, people  
around you will feel uncomfortable.

B209

It is recommended that you follow this  
manner the best you can.

B210

B211

While eating and chewing the food, it is  
not considered a good manner to make  
too much noise or sound.

B212

Do not speak with food in your mouth.

B213

B214

The custom of washing hands before  
meals and after the toilet is well  
established in Japan.

B215

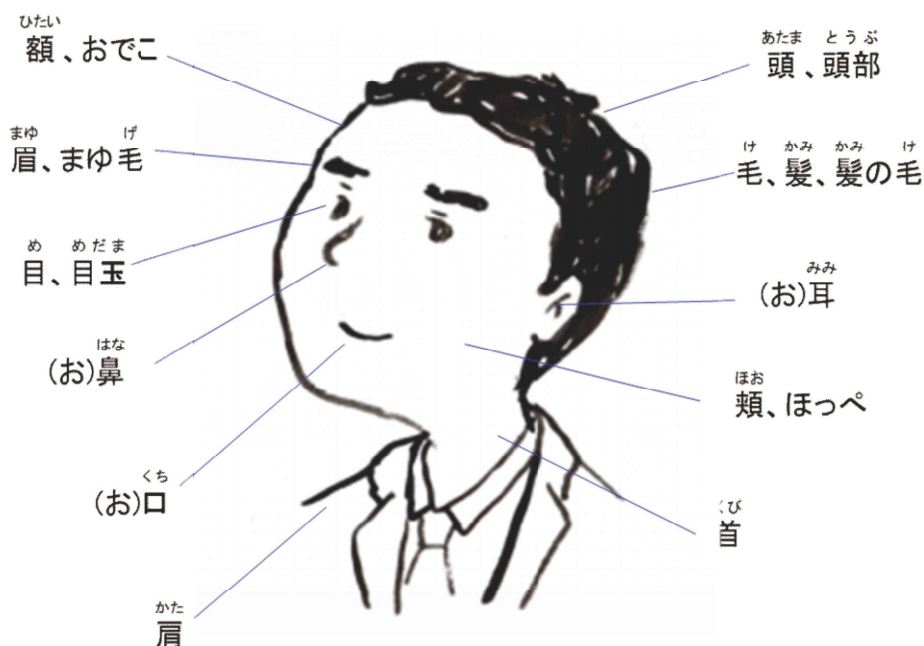


(1) 頭、頭部

head

C019

とうぶ  
頭部



ひたい  
・額、おでこ

forehead

C032

もうはつ かみ け  
・毛髪、髪の毛

hair

C033

・こめかみ

temple

C034

くび  
・首

neck

C035

かた  
・(お)肩

shoulder(s)

C036

ほお  
・頬、ほっぺ

cheek(s)

C037

はな  
・(お)鼻

nose

C038

び こう はな あな  
・鼻孔、鼻の孔

nostril(s)

C039

くち  
・(お)口

mouth

C040

くちびる うわ した  
・唇 (上くちびる、下くちびる)

lip(s)(upper lip, lower lip)

C041

のどぼとけ  
・喉仏

Adam's apple

C042

あご  
・顎

jaw

C043

あご  
・(お)ひげ、顎ひげ

beard

C044

した  
・舌、ペロ

tongue

C045

いんこう  
・のど、咽喉

throat

C046

- ・ごはん
- ・おかゆ、おじや
- ・(お)米
- ・穀物
- ・パン
- ・(お)そば
- ・うどん
- ・めん
- ・(お)寿司
- ・(お)赤飯
- ・和食
- ・洋食
- ・中華(料理)
- ・(お)肉
- ・焼肉
- ・(お)魚
- ・焼き魚
- ・煮魚
- ・(お)野菜
- ・(お)豆
- ・汁物
- ・みそ汁、味噌汁
- ・(お)味噌
- ・(お)漬物
- ・梅干
- ・缶詰
- ・乳製品
- ・卵、玉子



めん



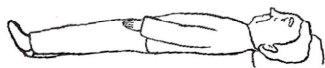
- |                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| rice                                 | E172 |
| rice porridge                        | E173 |
| rice                                 | E174 |
| grain                                | E175 |
| bread                                | E176 |
| soba noodles/buckwheat noodles       | E177 |
| udon/Japanese wheat noodle           | E178 |
| noodles                              | E179 |
| sushi                                | E180 |
| steamed rice with "azuki"(red beans) | E181 |
| Japanese-style food/cooking/dishes   | E182 |
| Western-style food/cooking/dishes    | E183 |
| Chinese food                         | E184 |
| meat                                 | E185 |
| grilled meat                         | E186 |
| fish                                 | E187 |
| grilled fish                         | E188 |
| boiled fish                          | E189 |
| vegetables                           | E190 |
| bean(s)                              | E191 |
| soup/soup dish                       | E192 |
| miso soup                            | E193 |
| soybean paste, miso                  | E194 |
| pickled or preserved food            | E195 |
| pickled plum                         | E196 |
| canned food                          | E197 |
| dairy products                       | E198 |
| egg                                  | E199 |

《<sup>たい い かん よう ご</sup>体位に関する用語》

★<sup>か せん つ よう ご い り よう よう ご い っ げ ん て き し</sup>下線付きの用語は医療用語で、一般的には知られていません。

<sup>り よう し ゃ は な と き つ か</sup>利用者と話す時は、使わないようにしましょう。

・<sup>ぎ よ う が い あ お む あ お む</sup>仰臥位、仰向き、仰向け



Terms related to posture

J043

Note: The terms underlined below are medical terms and are not generally known. J044

Please do not use them when speaking to the users. J045

supine position

J047

・<sup>ふ く が い ふ く が い ふ</sup>腹臥位、伏臥位、うつ伏せ



prone position/(lie on one's)stomach J051

・<sup>そ く が い よ こ む</sup>側臥位、横向き

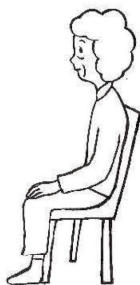


lateral position

J056

・<sup>ざ い す わ し せ い</sup>座位、座った姿勢

<sup>た ん ざ い ち ょ う ざ い</sup>端坐位、長坐位など  
<sup>す わ し せ い そ う し ょ う</sup>座った姿勢の総称。



sitting position

J060

It is a collective term of posture sitting in sitting position, long sitting position etc. J061

・<sup>た ん ざ い こ し</sup>端座位、腰かけ

<sup>あ し ゆ か つ い す</sup>足を床に付け、椅子や  
<sup>こ し じ ょ う た い</sup>ベッドに腰かけた状態



sitting position

J064

sitting position on the chair or bed with feet on the floor. J065



## Study L. 認知症と、他の心身疾患

Study L. Dementia, other mental and physical disabilities

L001

### 《学習の目的》

Objectives

L003

日本全国の認知症患者数は、約500 (ごひゃく) 万人ともいわれています。

The number of dementia patients across the country was announced to be about 5 million people.

L004

政府も、認知症の対策として、「新オレンジプラン」等を定め、取り組みに力を入れています。

The government established a dementia countermeasure strategy such as the “New orange plan.”

L005

要介護者の、約半数は認知症とされているので、認知症の理解は介護の職務に必須です。

Since half of care recipients are said to have dementia, it is very important that you understand about dementia.

L006

★なお、認知症とその他の心身障害に関する用語は、膨大な数があります。

There are enormous terms about dementia and other mental and physical disorders.

L008

症状も、病名も、ケガや他の病気のように、分かりやすくはありません。

Symptoms and the disease names are not as clear to understand as injury or other diseases.

L009

ほとんどは医学用語ですが、日常会話に出てくる用語でもあります。

Although they are medical terms, most are also words that come out on a daily basis.

L010

介護職には重要なので、医学的に正確な理解を求めると、聞いた分分かるようにしてください。

It is important for caregiving professionals, so please do not aim to understand medically accurately, but please understand it when you hear it.

L011

Dementia etc.  
認知症他



## 7. 基礎会話

### (1) 自己紹介

- ・初めまして。
- ・私の名前は、リカルド・ホセです。
- ・「Richie」と呼んでください。
- ・私はフィリピンから、3年前に来ました。
- ・マニラに妻と、子供が三人います。
- ・よろしくお願いします。(自己紹介や、お願いの後  
に、よく使われます)



Basic conversations P291

Self-Introduction P292

How do you do? P293

My name is Ricardo Jose. P294

Please call me Richie. P295

I came from the Philippines 3 years ago. P296

I have a wife and three children in Manila city. P297

It's a pleasure to meet you. (Very common phrase. Usually used at the end of a self-introduction or a sentence of request.) P298

### (2) 天候

例. ex. 今日はいいお天気ですね。

★文末の「ね」…同意を求めたり、要求や誘いをソフトにします。

- ・寒い
- ・暑い
- ・蒸し暑い
- ・涼しい
- ・暖かい
- ・爽やか(な)
- ・風(が吹く)
- ・雨(が降る)
- ・雪(が降る)



Weather P305

It's a nice day, isn't it today? P306

The final particle "ne" is added to the end of sentences asking for agreement or to soften demands or invitations. P307

cold P308

hot P309

hot and humid P310

cool P311

warm P312

fine/comfortable P313

windy (It is blowing.) P314

rainy (It rains.) P315

snow (it's snowing.) P316

## Study S. 介護保険…個々のサービス

Study S. Specific services of the LTCI system S001

介護保険のサービスは、次の4つのサービスに分かれています。

Long-term care service is divided into 4 categories as below. S003

1.「施設サービス」2.「居宅サービス」3.「地域密着型サービス」4.「その他サービス」です。

They are: 1. facility service, 2. home service, 3. community-based service, 4. other service. S004

★施設サービスは、高齢者が介護施設に入居して受けるサービスで、介護保険の代表的なサービスとなっています。

Facility service is a service that elderly people receive by entering the care facilities, and is a major service of long-term care insurance. S006

しかし実際には、高齢者が「住んで」介護を受ける「住宅」は、その他にもいろいろな法律で、規定されています。

However, houses where elderly people live are also determined by laws other than the LTCI Act. S008

政府は、これらを介護保険施設と呼ばず、「高齢者向け住まい」などと、区分しています。

Government classifies these as “Houses for the elderly” instead of the LTC insurance facilities. S009

元々は、高齢者が病院のように入る施設と考えた場合は「施設」とされ、住む場所と考えれば「住まい」ということでした。

Originally “the care facility” was considered as a facility where elderly enter like a hospital, and “the house for the elderly” was considered as a place to live. S010

実際には、「介護施設」も「高齢者向け住まい」も、その特徴が徐々に薄れ、一般的には違いが分かりにくくなってきています。

In fact, even in “care facilities” or “houses for elderly people”, their characteristics gradually become closer and it becomes difficult to understand the difference in general. S011

そのため、このテキストでは、1.「施設サービス」に続けて、1-1.「高齢者向け住まい」、として解説しています。

Thus “houses for the elderly” will be described in detail after the section on facility service in this textbook. S012

LTCI Details  
S 介保/詳細