

# やさしい日本語 を つかおう！

外国人も安心して暮らせるまちづくり  
西条市版



<b>10</b> 人や国の不平等をなくそう	<b>11</b> 住み続けられるまちづくりを	<b>16</b> 平和と公正をすべての人に
------------------------	-------------------------	------------------------

特定非営利活動法人  
西条市国際交流協会  
Saijo International  
Exchange Association



西条市観光振興課国際交流係  
International Relations Section,  
Tourism Promotion Division,  
Saijo City Hall

# 目次

はじめに

- ★1. みんな違ってみんないい！インクルーシブさいじょう！・・・1.2
  - ◆「インクルーシブ」ってなんだろう？
  - ◆「多文化共生」ってなんだろう？
  - ◆西条市でくらしている外国人は？
  - ◆外国人が感じる「3つの壁」ってなんだろう？
  
- ★2. 「私たちにできること」ってなんだろう？・・・3.4
  - ◆「やさしい日本語」ってなに？
  - ◆「どうして「やさしい日本語」を使うの？
  - ◆いつ「やさしい日本語」を使うの？
  - ◆やさしい日本語ラップ「やさしい せかい」
  
- ★3. まずはこれです！ 「ハサミの法則」・・・5
  
- ★4. もっと細かくみてみよう！・・・6.7.8
  
- ★5. 「やさしい日本語」にチャレンジ・・・9
  
- ★6. 「暮らしのほんご」集めました！
  - ◆買い物・コンビニ・・・10
  - ◆生活・・・11
  - ◆手続き 1（役所）◆手続き（表現）・・・12
  - ◆手続き 2（銀行・郵便局）・・・13
  - ◆病院・・・14
  - ◆薬局◆病院・薬局（表現）・・・15
  - ◆災害・・・16
  - ◆保育園・幼稚園・・・17
  - ◆学校-1（全般）・・・18
  - ◆学校-2（行事等）・・・19
  - ◆ごみ・・・20
  - ◆西条弁いろいろ・・・20.21
  
- ★7. 「やさしい日本語」関係いろいろ・・・22
  
- ★8. 西条市の外国人相談窓口・・・22

・おわりに

## はじめに



愛媛県東部に位置し、南は西日本最高峰の「石鎚山」、  
北は瀬戸内海に囲まれた自然豊かな西条市  
このまちに住む全ての外国人が安心して楽しく暮らせますように！

### ★ 1. みんな違ってみんないい！インクルーシブ さいじょう！

#### ◆ 「インクルーシブ」って何だろう？

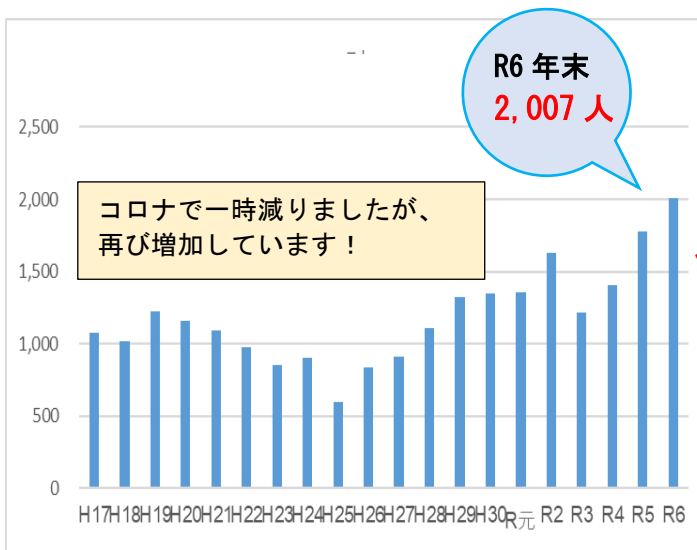
性別、国籍、宗教の違いや障がいの有無に関わらず、お互いを認め合い  
排除しないということです。

#### ◆ 「多文化共生」ってなんだろう？

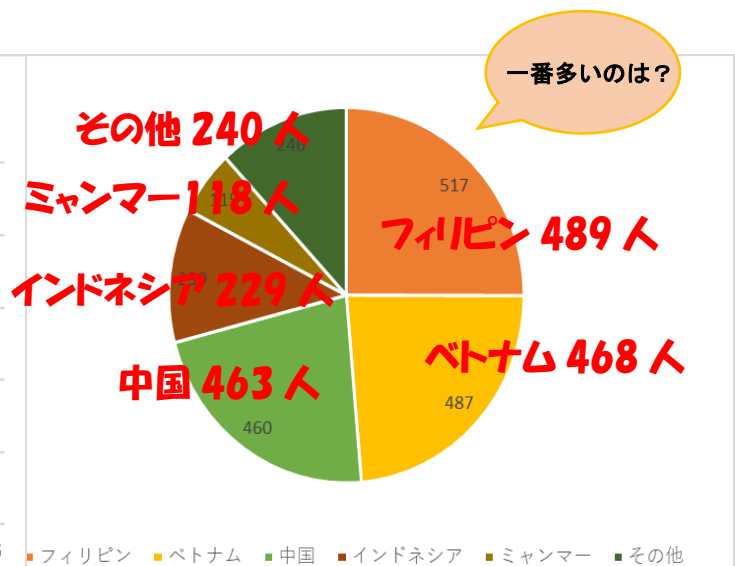
国籍や民族などの異なる人々が、お互いの文化的な違いを認め合い、  
地域社会の中で対等な立場で共に生活していくことです。

#### ◆ 西条市で暮らしている外国人は？

何人くらいいるの？



どこの国からきているの？



## ◆外国人が感じる「3つの壁」ってなんだろう？

思っている以上に困っている人は多いです

日本で生活する外国人は3つの壁に直面するといわれています。コミュニケーションに関する「言葉の壁」、生活に関する「制度の壁」、そして、地域社会とのかかわりに関する「心の壁」です。

### 言葉の壁

- ・ 日本語が話せなくて自分の言いたいことが伝わらない
- ・ 郵便物がたくさん届くが何を書いているかわからない
- ・ 病院の先生や学校の先生の言っていることがわからない



### 制度の壁

- ・ キャッシュカードや通帳がなかなか作れない
- ・ 在留資格によっては、安定した雇用につきにくい
- ・ 家を借りたいのに日本人の保証人がいなければ貸してもらえない

### 心の壁

- ・ 文化（断食など）や見た目（ヒジャブなど）の違いによる偏見と差別がある
- ・ 病院や飲食店で外国人というだけで敬遠されるときがある
- ・ ゴミの出し方が悪いのは外国人だと決めつけられる



思いやりの気持を  
ちょっとだけ  
持ってみよう！



偏見や文化の違いに対する誤解から、外国人が孤立しないように、地域の一員として仲良く暮らせる『インクルーシブなまち さいじょう』になるといいですね！

## ★2. 「私たちにできること」ってなんだろう？

- \* お互いの文化の違いを理解しよう！
- \* 外国人ではなく、同じ地域に暮らす仲間として接してみよう！
- \* 「やさしい日本語」でコミュニケーションをとってみよう！

### ◆ 「やさしい日本語」って何？



「やさしい日本語」とは、普段使われている日本語を外国人などにもわかるように簡単にした日本語のことです。

阪神淡路大震災のとき、日本語が十分に理解できない外国人もたくさんいました。そこで、災害時に情報が得られなくて困っている外国人に、できるだけ早く、正確に、簡単に、情報を伝えるために考え出されたのが「やさしい日本語」です。今では災害時だけではなく、コミュニケーションの手段としても使われています。

※難しい日本語も「やさしい日本語」にすると外国人にもわかりやすい日本語になります！



駐輪禁止

じてんしゃを とめては いけません

土足厳禁

くつを ぬいで ください



立入禁止

ここに はいっては いけません



### ◆ いつ「やさしい日本語」を使うの？

- \* 災害時・緊急時（早く情報伝達ができます）  
急いで情報を伝えないといけないときや通訳をする時間がないとき
- \* 普段の生活の中（早く理解してもらえます）  
学校からのプリント、窓口での手続き、  
病院や街中で困っている外国人を見かけたとき



## ◆どうして「やさしい日本語」を使うの？

日本で生活する外国人は多様化し、外国語での対応には限界があります。簡単な日本語なら理解ができるという外国人には「やさしい日本語」が効果的です。



「やさしい日本語」の  
「やさしい」には  
「優しい」と「易しい」  
という2つの意味が  
込められているんだよ

## ◆やさしい日本語ラップ「やさしい せかい」

多文化共生・インクルーシブ社会の実現のために、やさしい日本語（誰にでもわかりやすい日本語）でやさしい気持ちのある世界をつくろうというメッセージのラップです。



1番の歌詞は「言葉で解決できることは、やさしい日本語のハサミの法則で解決しよう!」、2番の歌詞では、「言葉で解決できないことは、違いを認め合うまっすぐなハートで乗り越えよう!」というメッセージが込められています。

作詞：吉開章+明治大学国際日本学部 山脇啓造ゼミ

作曲：JUN（トリプルエス・エンタテインメント、CLIFF EDGE）

編曲：JUN, YUTAKA



### SDGs と多文化共生

『SDGs』とは、持続可能な社会をつくるために2030年までに達成を目指して取り組むべき目標のことです。17のゴール、169のターゲットから構成されており、「誰ひとり取り残さない」インクルーシブ社会をゴールにしています。

多文化共生はほとんどの項目に関わっています。



### ★3. まずはこれです！「ハサミの法則」

はっきり言う：はっきり伝える。あいまいな言い方はしない。  
さいごまで言う：文末まではっきり言う。言いよどみをしない。  
みじかく言う：一文はみじかく言う。だらだらつなげない。



#### Before

大阪に住んでいる友人と2年前に渋谷でお好み焼きを食べたのですが、友人は「こんな自分で作ったほうがおいしいわ」と言って、去年、私が大阪に行ったときに、お好み焼きのホームパーティーをしてくれました。

#### After

私の友達は、大阪に住んでいます。  
私と友達は、2年前に渋谷に行きました。  
私と友達は、お好み焼きを食べました。  
でも友達は、「これはおいしくないです。私が作ったほうがおいしいです。」と言いました。  
去年、私は、大阪に行きました。  
友達は、私のためにお好み焼きのホームパーティーをしてくれました。



参考文献：吉開章『入門・やさしい日本語・増補版』  
(アスク出版 2023年)

こんな人におすすめ！

- ・生活の上で「外国人とどう交流すればいいかわからない…」とお悩みの方
- ・外国人観光客を日本語でおもてなししたい方
- ・窓口業務で外国人に伝わる日本語を覚えたい方
- ・仕事の付き合いで外国人と接する機会がある方



「やさしい日本語」は、外国人だけでなく、小さな子どもや高齢者、障がいを持つ方などにもわかりやすいコミュニケーション手段の1つです。

## ★ 4. もっと細かくみてみよう！

### 1. 情報の中から、伝える必要のあるものを選択する

- \* 必要な情報を選び出し、何を伝えるべきかを考える。
- \* 伝えたいことを前に持ってくる。
- \* 必要に応じて補足説明を付け加える。

### 2. 簡単な文にし、一つの文を短くする

- \* 主語と述語を明確にする。

「〇〇であり、▲▲であり～」 → 「〇〇です。▲▲です。それから～」

### 3. 難しい言葉は簡単な言葉に置きかえる

- \* 「災害用語」や「生活でよく使う言葉」は知っておいた方がいいので、そのまま使って言葉の後ろに説明をつける。



災害用語

...

「大雨（おおあめ）」あめが たくさん ふる

生活でよく使う言葉

...

「今朝（けさ）」きょうのあさ

- \* 外来語などは「和語」に置きかえる。

（和語→漢語や西洋などからの外来語に対し、日本固有の単語）



漢語

...

「出身」 → 国 「登校」 → 学校に行く

カタカナ語

...

「ヘルシー」 → 体にいいもの  
「マンション」 → アパートより少し大きい建物

- \* 専門的な言葉は「日常語」に置きかえる。

専門用語

...

「初診の方は、保険証を見せてください」  
→ この病院は初めてですか？ 保険証はありますか？

- \* 方言は「標準語」に置きかえる。


方言

...

「帰ってこうわい」 → 帰ります  
「なんぼ」 → いくら？




\* 敬語、俗語などは「普通語」に置きかえる。

敬語	...	「いかがですか」 → どうですか 「おいくつですか」 → 何歳ですか	
俗語	...	「お茶する」 → お茶やコーヒーを飲む	
若者言葉	...	「～にはまる」 → ～が好きでいつもする 「ニケツ」 → 自転車の二人乗り	
慣用句	...	「横になってください」 → 寝てください	
慣用表現	...	「手作り」 → 自分で作ること	

\* 複数の意味を持つ言葉は「1つの意味しか持たない言葉」に置きかえる。

複数の意味を持つ言葉	...	「かけてください」 → 座ってください 「好き嫌い」 → 好きな食べ物・嫌いな食べ物 「けっこうです」 → いりません
------------	-----	---


\* 抽象的な言葉は「具体例」を示す。

抽象的な言葉	...	「本人確認ができるもの」 → パスポート・保険証・在留カードなど 「お年寄り」 → おじいさん・おばあさん	
--------	-----	---	---

\* 略語は「元の言葉」で伝える。

敬語	...	「いかがですか」 → どうですか 「おいくつですか」 → 何歳ですか
----	-----	---------------------------------------

\* 曖昧な言葉は「なるべく使わない」方がいい。

曖昧な言葉	...	「おそらく」「たぶん」「できないことはない」	
擬音語	...	「雨がザアザア降る」「雷がゴロゴロ鳴っている」	
擬態語	...	「目がキラキラしている」「とろとろの卵」	

## 4. 文の最後はできるだけ統一する

\* 「です」「ます」「～してください」の形

## 5. 漢字には全て「ルビ（ひらがな）」をふる

\* 漢字の上・後ろなどにつける

たいふう  
「台風」 「台風（たいふう）」

## 6. 「分かち書き」にする

明日は、お弁当を持参してください

\* あしたは おべんとうを もってきて ください

\* 文節と文節の間にスペースをとる。（特に全文ひらがなの場合）



## 7. 「日付表記」「時間表示」に注意する

\* 元号（平成・令和など）は西暦にする。生年月日は「/」は使わない。

「R3/10/20」 → 2021年10月20日  
ねん がつ にち

\* 時間は12時間表示にする。

「20時30分」 → 午後8時30分  
ごご じ ぶん

「やさしい日本語」に正解はありません。  
何が「やさしい」のかは、相手によってそれぞれ違います。  
まずは、伝えたい相手のことを考えて、どのようにすれば相手に伝わるかをいろいろ試しながら、伝える方法を見つけてくださいね。  
言葉を言いかえるだけではなく、時には身振り手振りで示したり、絵や写真を使うことも効果的です。  
大事ななのは、相手を思いやる「やさしい気持ち」です。



## ★5. 「やさしい日本語」にチャレンジ!

元の単語	
①	無料
②	記入する
③	往復割引
④	少々お待ちください。
⑤	お持ち帰り
⑥	公共交通機関
⑦	～でございます。



やさしい日本語	
①	お金はいりません。(タダです)
②	書きます。
③	行きと帰りのチケットを一緒に買うと料金が安くなります。
④	少し待ってください。
⑤	持って帰ります。(テイクアウト)
⑥	電車やバス
⑦	～です。

元の文	
①	明日は授業参観です。
②	ご本人確認ができるものをお持ちですか?
③	こちらに、お名前とおところをご記入ください。
④	クーポンの有効期限は12月31日までです。
⑤	1日3回毎食後に飲んでください。



やさしい日本語	
①	明日はお父さんとお母さんが授業を見ます。
②	在留カードや車の免許証がありますか?
③	ここに、名前と住んでいるところを書いてください。
④	クーポンは12月31日まで使えます。 1月1日からは使えません。
⑤	1日3回、ごはんを食べた後に飲みます。

元の文章	
①	お伺いしましたが、ご不在でした。 再配達をご希望の場合は080-〇〇〇〇-▲▲▲▲までご連絡ください。
②	今朝4時30分地震が発生しました。この地震による津波の心配はありません。
③	本日の営業は終了いたしました。 明日は午前9時からの営業となります。



やさしい日本語	
①	荷物を届けましたが、いませんでした。 もう一回届けて欲しい人は、080-〇〇〇〇-▲▲▲▲に電話をかけてください。
②	今日の朝、4時30分に地震がありました。 津波はきません。
③	今日はもう店を閉めました。 明日は朝9時から開きます。

## ★6. 「暮らしのにほんご」集めました！

### ◆買い物・コンビニ

元の日本語	やさしい日本語
消費期限	食べ物や飲み物を〇月〇日まで食べられます
賞味期限	食べ物を〇月〇日までおいしく食べられます (〇月〇日を少しすぎても食べられます)
日用品	生活に必要なもの(歯ブラシ・トイレトペーパー・洗剤など)
乳製品	牛乳・チーズ・バター・ヨーグルトなど
調味料	塩・こしょう・砂糖・しょうゆ・酢・みそなど
食器	お皿・お茶碗・おはし・コップ・スプーン・フォークなど
調理器具	なべ・フライパン・やかんなど
電気製品	炊飯器・電子レンジ・冷蔵庫・洗濯機・掃除機など
家具	いす・机・ベッドなど
レジ	お金を払うところ
レジ袋は必要ですか？	袋はいりますか？
支払い	お金を払う
レシート	お金を払った時にもらう紙
消費税	Tax、ものを買った時に払う税金
定休日	〇曜日はいつも休み、いつも毎週休む日
不定休	いつ休むかわかりません
季節限定	今の季節だけ売っています(あります)

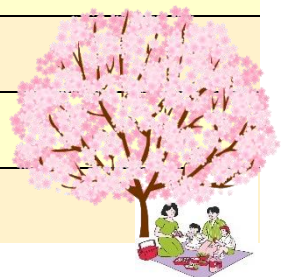
外国人生活支援ポータルサイト

日本の生活で役立つ情報を多言語で見ることができます。



◆生活

元の日本語	やさしい日本語
お手洗い・便所	トイレ
駐車場	車を停めるところ
駐輪場	自転車・バイクを停めるところ
家賃	家を借りた時に毎月払うお金
無料	お金はいらない（タダ）
請求書	「お金を払ってください」と知らせる紙
領収書	払ったお金を書いた紙
不在票	「荷物を届けに来たけどだれも家にいませんでした。もらえる日の連絡をしてください。」と書いた紙
機種変更	携帯電話を新しいものに変えること
充電器	電池に電気をためる（チャージする）機械
貴重品	なくしたら困るもの（財布・パスポート・キャッシュカードなど）
購入する	買う
使用する	使う
故障する	使えない、動かなくなる
修理する	直す
飲み会	みんなで集まってお酒を飲む会
忘年会	年末に「1年間おつかれさま、来年も頑張ろう！」の意味で開く会
歓迎会	会社やグループに新しく入った人をお祝いする会
送別会	会社やグループを出る人のために開く会
初詣	お正月に神社やお寺に行くこと
(お)花見	春に桜を見ながら飲んだり食べたりすること



◆手続き-1（役所）

元の日本語	やさしい日本語	
国民健康保険	会社の健康保険に入っていない人が入る保険	実物をみせると わかりやすい
児童手当	子どもを育てている人が市からもらえるお金	
住所変更	住んでいるところを変える	
住民票	市でつくる住民のID、住んでいることを証明する紙	
自宅連絡先	自分の家の電話番号（携帯電話でもいい）	
勤務先	仕事をしているところ	
日中連絡が取れる 連絡先	昼間に連絡できる電話番号	
緊急連絡先	あなたに連絡ができない時に連絡できる人（の電話番号）	
世帯主	家の代表（お父さん・一人暮らしの人など）	
続柄	家族の関係	
本人・世帯	わたし（その人自身）・家族	
マイナンバー	日本で生活する一人ひとりの番号（12個の数字）	
免除	お金を払う必要がない、～する必要がない	
紛失	ものをなくすこと、ものがなくなること	役所の手続きや 給料をもらう時に使う
申請・交付	申し込む・渡す（知らせる）	
相談窓口	話を聞いてもらうところ	
本人確認が できるもの	免許証・パスポート・在留カードなど	

◆手続き（表現）

元の日本語	やさしい日本語
ご用件をお伺い します	どうしましたか？
こちらにかけて ください	ここに座ってください
お持ちですか？	ありますか？
少々お待ちくだ さい	ちょっと待ってください

◆手続き-2（銀行・郵便局）

元の日本語	やさしい日本語
口座	お金を銀行や郵便局に入れるためのもの
通帳	口座に預けているお金が書いてある小さいノート
残高	口座にあるお金
引出し・入金	口座からお金を出すこと・口座にお金を入れること
振込	銀行や郵便局からお金を払うこと
預金（貯金）	銀行に入っているお金、お金を入れること
記帳	ATMで通帳にお金の出し入れを書くこと
キャッシュカード	銀行や郵便局のカード、ATMでのお金を出したり入れたりできるカード
暗証番号	カードを使う時に必要な自分だけが知っている4つの数字、パスコード
時間外手数料	銀行や郵便局が決めた時間を過ぎたらかかるお金
土日・祝日	土曜日、日曜日、カレンダーの赤い数字の日 （国が決めた休みの日）
個人情報	あなたについての情報 （名前・生まれた日・住んでいるところ・電話番号など）
公共料金	電気代、ガス代、水道代など（生活で払うお金）
速達	普通郵便よりも高いお金を払って郵便を早く届けること
レターパック	A4・4kgまで全国に安く送れる郵便（郵便局やコンビニで買える）
両替	お金を細かくする（1,000円札→100円玉10枚）
切手	郵便を送るときにかかるお金の紙（郵便局やコンビニで買える）
ゆうパック	郵便局で送る荷物
宅急便	ヤマト運輸で送る荷物
宅配便	郵便局、ヤマト運輸以外の会社で送る荷物
おういん なついん 押印・捺印	はんこを押す

◆病院

元の日本語	やさしい日本語
受付	名前などを伝えたり、お金を払ったりするところ
会計	お金を払うところ
予約	次に病院に来る日を決める
休診	病院が休み
保険証	保険に入っている人のカード
診察券	病院でもらう自分の名前が入ったカード
問診票	名前・生年月日・住所や体のどこが悪いか書く紙
診察	病院の先生が体を調べる
症状	体の悪いところ
初診	初めて（1回目）病院で診てもらう
再診	同じ病院でまた診察を受けること
治療する	病気やけがを治す
アレルギー	体が赤くなったり、かゆくなったりすること
入院	病院に泊まって病気やけがを治す
予防接種	病気にならないための注射
健康診断（健診）	体が元気か調べる
検温	体の熱をチェックする

ジャスチャーを入れると  
わかりやすい。



**多言語医療問診票（全23言語対応）**

（NPO 法人国際交流ハーティー港南台・公益財団法人かながわ国際交流財団）  
病院に行く時に持っていきことができる  
多言語の問診票をダウンロードすることができます





◆薬局

元の日本語	やさしい日本語
薬局	薬を買うところ
しょうほうせん 処方箋	薬を書いた紙（お医者さんが書く）
お薬手帳	自分が使っている薬の名前、量、使い方などを書くノート
副作用	薬を飲んだときに出るよくないこと （体がかゆくなる・眠くなるなど）
毎食前	朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんを食べる前に薬を飲む
毎食後	朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんを食べた後に薬を飲む
食前・食後	ごはんを食べる前・ごはんを食べた後
食間	ごはんを食べてから次のごはんを食べるまでの間
服用	薬を飲む
粉薬-1包 錠剤-1錠	粉の薬-1袋・粒の薬-1個
ないふくやく 内服薬	口から飲む薬
とんぶくやく 頓服薬	調子がとても悪い時に飲む薬
がいようやく 外用薬	飲み薬や注射以外の薬（湿布・目薬・塗り薬）
げねつちんつうざい 解熱鎮痛剤	熱を下げたり、痛みを和らげたりする薬



実物を見せると  
わかりやすい



◆病院・薬局（表現）

元の日本語	やさしい日本語
お座りになってください	座ってください
横になってください	ベットに寝てください
お大事にしてください	体に気をつけてください
うつぶせに寝てください	顔を下にして寝てください
あおむ 仰向けに寝てください	顔を上にして寝てください

ジェスチャーを  
入れるとわかりやすい

◆災害

元の日本語	やさしい日本語
地震	地震（じしん）地面がゆれる
震源地	地震が始まったところ
震度	地震の強さ
余震	地震の後にまた地震が来る
大雨	大雨（おおあめ）たくさん雨が降る
台風	台風（たいふう）風が吹いて雨がたくさん降る
避難所・避難場所	災害（地震・台風など）が起きた時に逃げるところ
防災グッズ	非常食・貴重品・水・医薬品・懐中電灯など
非常食	災害の時などのために準備する食べるもの
消火器	火を消す道具
注意報	災害のお知らせ（災害が起こるかもしれません）
警報（特別警報）	大変な災害のお知らせ（大きな災害が起こるかもしれません）
停電	電気がつかない
断水	水がでない
行方不明	どこにいるかわからない
通報	情報・ニュースなどを伝えること
119番（火事）	消防車（火を消す車）を呼ぶ番号
119番 （ケガ・病気）	救急車（病気やケガした人を運ぶ車）を呼ぶ番号
110番 （犯罪・事故）	パトカー（警察の車）を呼ぶ番号
171番 （災害伝言ダイヤル）	災害の時にメッセージを入れたり聞いたりできる
情報	お知らせ

**「Safety tips」**

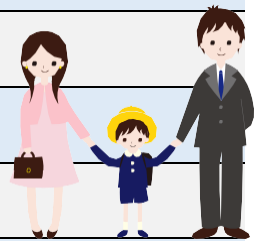
外国人旅行者に11言語で緊急災害情報を知らせる観光庁が提供するアプリです。



For Android      For iPhone

## ◆保育園・幼稚園

元の日本語	やさしい日本語
保育園・保育所	働く人（親）が子どもを預けるところ
幼稚園	小学校に入る前の子どもを教育するところ
登園	子どもが保育園・幼稚園に行くこと
お迎え	親が保育園・幼稚園に子どもを迎えに行くこと
幼児	1歳から5歳までの子ども
行事	イベント、学校や会社でみんなで楽しいことをする
弁当持参	お昼ごはん（お弁当）を持っていくこと
遠足	お弁当とおやつを持って歩いて遠くに行く行事
運動会	生徒みんなでスポーツを楽しむ行事
お遊戯会	子どもが歌を歌ったり、劇をしたりする行事
入園式	保育園・幼稚園に入ることをお祝いする行事
卒園式	保育園・幼稚園の終わりをお祝いする行事
おどろぐ箱	のり、はさみなどを入れた箱
お昼寝	お昼ご飯の前や後に寝ること
連絡ノート	先生から親へ、親から先生へ伝えたいことなどを書くノート
シューズ (うわばき)	建物の中で使う靴
保育料	保育園に行くのにかかるお金
預かり保育 (延長保育)	時間が過ぎてもそのまま子どもをあずかってもらう
読み聞かせ	子どもに本を読んで聞かせること



◆学校-1（全般）

元の日本語	やさしい日本語
登校	学校に行くこと
下校	学校から家に帰ること
放課後	授業が全部終わった後の時間
保護者	子どもの世話をしている大人（親）
担任・教職員	自分のクラスの先生・学校の先生
児童	小学校へ行っている子ども
生徒	中学生・高校生
学生	専門学生・短大生・大学生
PTA	保護者と先生の会
給食	学校が用意するごはん
欠席	学校を休むこと
遅刻	時間に遅れて学校に行くこと
早退	学校を途中で帰ること
休校	学校が休みになること
教科書	学校で使う勉強の本
宿題	先生から出される家でする勉強
小学校・小学生	6歳から6年間行く学校・小学校に行っている児童
中学校・中学生	12歳から3年間行く学校・中学校に行っている生徒
高校・高校生	中学校を卒業してから3年間行く学校・高校に行っている生徒
専門学校 専門学校生	高校を卒業してより専門的に技術などを勉強する学校 専門学校に行っている学生
短期大学（短大） 短大生	高校を卒業して2年間行く学校 短大に行っている学生
大学・大学生	高校を卒業して4～6年間行く学校・大学に行っている学生



◆学校-2（行事等）

元の日本語	やさしい日本語
1学期・2学期 3学期	4月から7月・9月から12月・1月から3月（学校に行く期間）
年度	4月から次の年の3月までの1年間
夏休み	1学期が終わった後の休み
冬休み	2学期が終わった後の休み
春休み	3学期が終わった後の休み
入学式	4月に新しく学校に入ることをお祝いする式
卒業式	3月に学校の終わりをお祝いする式
始業式	春休み夏休み冬休みの後の最初に学校に行く日の式
終業式	春休み夏休み冬休みの前の最後に学校に行く日の式
修学旅行	学校から行く旅行（泊まる旅行）
文化祭	学校で生徒たちがするお祭り
参観日	家の人（家族）が学校に行って授業を見る日
家庭訪問	先生が家に来る
個人面談 三者面談	先生と生徒が会って話す 学校と生徒と親が会って話す
懇談会	先生と保護者が生徒の学校や家での様子を話す
授業料	授業を受けるためにかかるお金
奨学金	学校に行くために借りる（もらうことができる）お金
臨時休校	台風や大雨などで急に学校が休みになること
学級閉鎖	病気の子が多くてクラスが休みになること
招集日	集まる日
連絡網	電話をかける順番に名前と電話番号が書いてある紙
配信	メールやSNSで知らせること
ご理解・ご協力 ください	手伝ってください（わかってほしいことを伝える）

◆ごみ

元の日本語	やさしい日本語
生ゴミ	台所から出る食べ物のごみ（魚・野菜・ごはんの残りなど）
可燃ごみ	もやせるごみ（生ごみ・紙くず・木くずなど）
不燃ごみ	もやせないごみ（ガラス・プラスチック・金属・ゴム製品など）
粗大ごみ	大きなごみ（イスや机など）※出すときに申込が必要
資源ゴミ	再利用ができるごみ（缶・ペットボトル・ビン・紙類など）
不法投棄	ルールを守らないでごみを捨てること
危険ごみ	火がでるごみ（スプレー缶・カセットボンベ・ライター）
分別	ごみを分ける
古紙	リサイクルするために分けられたごみ （古新聞・古雑誌・ダンボールなど）
ごみカレンダー	ごみを集める日を書いてあるカレンダー
自治体	まちや市に住む人たちでつくる団体（グループ）
収集日	ごみを集めに來てくれる日
ゴミは分別して 捨てましょう	もやせる、もやせない、ビン、カン、ペットボトルなど分けて 捨ててください。
収集日の朝8時まで に出しましょう	ごみを集める日の朝8時までにごみを出してください



◆西条弁いろいろ

元の日本語	やさしい日本語
こいよに・あいよに ・そいよに	このように・そのように・あのよう
こづめる	バラバラの物を小さくまとめること
そくった	うまくいかなかった
だら	おもしろい・笑える
どなんしょ	どうしょー

元の日本語	やさしい日本語
どーならい	あ～あ大変・やってしまった・どうするの
なにばり	全部
ばいやい	取り合い
なおしとって！	片付けておいて！
はがい	イライラする
はめて	入れて
もんだぞー	帰ったよー
やんどる	水分を含んでしっけてしまうこと
わや	ダメになった
わざに	わざわざ
まく	こぼす
ほじゃけん	だから
まくっといて！	捨てといて！
どくれる	怒る
ねんご	説明が多すぎる
おせらしい	大人のように
むつごい	味が濃い・こってりしている
じゃらじゃらする	ふざけている
しゃがれる	ぺったんこに押しつぶされる
これば	これだけ
〇〇しな 帰りしな・ 行きしな	〇〇する途中で 帰る途中で・行く途中で
がいに	ひどく
おがす	掘り返したことでダメにする

## ★ 7. 「やさしい日本語」 関係いろいろ

- ◎文化庁「在留支援のためのやさしい日本語ガイドライン」
- ◎入管庁「生活・仕事ガイドブック（やさしい日本語版）」
- ◎やさしい日本語ツーリズム研究会
- ◎NHK NEWS WEB EASY（やさしい日本語で書いたニュース）



このQRコードで4か所すべて  
を見ることができます。

## ★ 8. 西条市の外国人相談窓口

### 特定非営利活動法人 西条市国際交流協会 Saijo International Exchange Association

〒793-0023 西条市明屋敷 131-2 SAIJO BASE2 階  
2F, SAIJO BASE, 131-2 Akeyashiki, Saijo-shi, 793-0023  
Tel: [0897-66-9990](tel:0897-66-9990) Email: [info@saijo-iea.jp](mailto:info@saijo-iea.jp)

### 西条市観光振興課国際交流係 International Relations Section, Tourism Promotion Division, Saijo City Hall

〒793-0023 西条市明屋敷 164 西条市役所新館 2 階  
2F, Saijo-City Hall 164 Akeyashiki, Saijo-shi,  
793-8601  
Tel: [0897-52-1206](tel:0897-52-1206) E-mail: [kokusai@saijo-city.jp](mailto:kokusai@saijo-city.jp)

Facebook 西条市外国人相談窓口  
(ベトナム語と英語対応)

協会 HP  
チラシ



西条市国際交流協会 Saijo International Exchange Association

生活の中でわからないこと困っていること  
気軽に「外国人相談窓口」までご相談ください。

例えは、  
●市役所の手続き  
●税金・年金  
●仕事のこと  
●日本語学習  
●福祉のこと  
●在留資格

相談は無料です  
相談に対応できる適切な所をご案内します

相談できる時間  
月曜日～金曜日 9:30～17:00  
※土・日・祝日、年末年始はお休みです。

通訳（無料）  
通訳が必要な方は、西条市国際交流協会へお申し出ください。  
通訳対応言語は、英語・中国語・スペイン語・ベトナム語・ポルトガル語です。その他の言語はご相談ください。

相談窓口 Location  
特定非営利活動法人 西条市国際交流協会  
Saijo International Exchange Association  
〒793-0023 西条市明屋敷131-2 SAIJO BASE 2階  
2F, SAIJO BASE, 131-2 Akeyashiki, Saijo-shi, 793-0023  
Tel: 0897-66-9990 E-mail: info@saijo-iea.jp

西条市観光振興課国際交流係  
International Relations Section,  
Tourism Promotion Division, Saijo City Hall  
〒793-8601 西条市明屋敷164 西条市役所新館2階  
2F, Saijo City Hall 164 Akeyashiki, Saijo-shi, 793-8601  
Tel: 0897-52-1206 E-mail: kokusai@saijo-city.jp

西条市外国人相談窓口 - Hỗ trợ tư vấn cho người nước ngoài sống tại Tp Saijo, Ehime  
132 lượt thích · 168 người theo dõi

Facebook ページ

さいじょうし がいこくじん そうだんまどくち  
西条市外国人相談窓口  
ベトナム語と英語対応

相談できる内容  
●市役所での手続き  
●生活  
●仕事  
●健康  
●学校  
●税  
●その他

相談方法  
●方法①: Facebook ページにメッセージを送り相談(自分の名前、日本に求た時期、相談したい内容など)  
●方法②: 0897-52-1206 に電話し、国際交流員に直接相談(緊急時)  
●対応時間: 月～金、9:15-17:15



## おわりに

私もつい使ってしまうのですが、西条弁は外国人には使わないようにしましょう。まず、通じません。

NPO 法人西条市国際交流協会  
事務局長

日常生活の中で外国籍の方とお会いする機会が増えています。各国の言語をマスターすることは難しいですが、共通言語である「やさしい日本語」を正しく理解し、まずは語りかける（かけようとする気持ちをもつ）ことが共生社会実現に向けた第一歩です！

西条市観光振興課  
国際交流係長 友澤

西条市に住んでいる外国人として、言語の壁を乗り越え、日本の義務や権利を理解し、日本人と共に暮らせるように、「やさしい日本語」の重要性を理解していただければと思います。

西条市国際交流員  
グエン・ティ・ニー

このガイドブックを手に取り、やさしい日本語を学ぶ第一歩を踏み出してください。くださった皆様の思いやりと温かいお心に感謝いたします。ぜひ日々の会話の中で実践してみてください。あなたの言葉が、誰かの安心や笑顔に繋がります。

西条市観光振興課  
国際交流係 村上



10 人や国の不平等をなくそう



11 住み続けられるまちづくりを



16 平和と公正をすべての人に



相手を思いやる気持ちとチャレンジする気持ち大切です。まずは勇気をもって「やさしい日本語」で話しかけてみてください。言葉以上の温かさが伝わります。

西条市観光振興課  
国際交流係 小杉

「やさしい日本語をつかおう！」西条市版  
令和7年4月1日 初版発行  
発行：西条市・NPO 法人西条市国際交流協会

**LOVE**  
**SAIJO**  
**Action! SDGs**