

技能実習生との  
円滑なコミュニケーションのために

# 「わかりやすい日本語」

の話し方 改訂版



公益財団法人 国際研修協力機構

# 目次

はじめに	2
ステップ1 コミュニケーションの第一歩は 相手の表情を見ながら、確かめながら話します	3
ステップ2 理解しているかどうか、質問で「確認」する ことができます	5
ステップ3 「わかりやすい日本語」話し方のポイント	
① はっきり、ゆっくり	6
② 繰り返す・質問する	7
③ 短い文で	7
④ まずは共通語(標準語)で	8
⑤ 文末は「～です」「～ます」「～か？」がわかりやすい	8
⑥ 漢字の言葉は難しい	9
ふだんよく使うけれど外国人にはわかりにくい漢字熟語の例	9
⑦ 敬語は使わないで	11
⑧ 「しちゃった」「行かなきゃ」……短縮語は普通の形で	12
⑨ 長くて複雑な文末表現はトラブルのもと	13

## コーヒーフレイク



1 擬態語は雰囲気を通じそうですが……	4
2 カタカナの言葉もわかりにくい	6
3 日本語と中国語 一同じ漢字でも意味の異なる言葉	10
4 否定疑問文は答え方がややこしい	11
5 「～です」「～ます」で大胆に言い切る	14

# はじめに

技能実習生に  
**現場の言葉を  
きちんと  
わかってほしい**

技能実習生と  
**いろいろな  
ことを  
話し合いたい**

技能実習生に  
**日本語の力を  
もっとつけて  
あげたい**



**と思ったら、「わかりやすい日本語」で話してください。**

多くの技能実習生は母国で日本語を勉強してから入国します。しかし、日本語での会話となると、簡単なことでも聞いたり話したりできない場合がほとんどです。日本人も、中学校や高校で英語を勉強したのに簡単な英会話もできない人が多いですね。文法や語彙(単語)の知識があることと、話したり聞いたりできることは、全く別のことなのです。母国で日本語の知識を勉強してきた技能実習生ですが、会話の力は、日本に来てから、話したり聞いたりしながら身につけるものと考えerといいでしょう。

そうした技能実習生とうまくコミュニケーションを取るにはコツがあります。それは、技能実習生がわかるように話すこと、つまり、伝わるような言葉を使うことです。

そのためにはどうすればいいのでしょうか。本冊子では、うまく伝える方法として、「わかりやすい日本語」の話し方をまとめました。技能実習生とのより円滑なコミュニケーションのために、ぜひご活用ください。

## コミュニケーションの第一歩は 相手の表情を見ながら、確かめながら話します

**理解しているかどうか、確かめながら話してください。  
「わかりません」と言えるチャンスを作ってください。**

- 話していることを理解しているかどうかを、相手の顔や様子を見たり、内容の大事な点について質問したりして、確かめながら話を進めることが大切です。コミュニケーションの第一歩は、このように相手の気持ちと理解を確かめることから始まります。
- 確かめながら話すことは、わからない時に「わかりません」と言えるチャンスを作ることでもあります。技能実習生は、指導員に威圧感を感じたり、自分の面子を保ちたいと思ったり、様々な理由で、理解していなくても「わかりました」と答えることがあります。しかし「わかりません」と表明できることはとても大切なことです。
- どういう言葉がわからないか、こういう言い方をしたらわかるか等を考えながら話します。最初は難しいかもしれませんが、そのうち、どんなふうに話せばわかってもらえるのかのコツがつかめてくるでしょう。6ページから、「わかりやすい日本語」のための一般的なポイントをまとめてありますので、ぜひ参考にしてください。
- 技能実習生とたくさん話すことで、理解できることが次第に増え、より難しいこともわかるようになることが実感できるはずです。それにあわせてわたしたちの日本語も、自然に普通の日本語に戻っていきます。

**わかってもらおうという気持ちが必要です。**

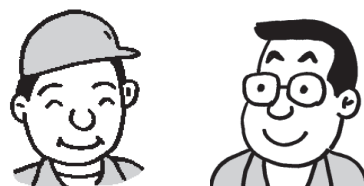
- 技能実習生に日本語を理解してもらいたいと思うということは、とりもなおさず技能実習生に関心を持っているということでもあります。技能実習生は、自分が関心を持たれていると思えば、自分からもコミュニケーションをとりたいと思い、日本語を理解しようと努力するでしょう。わたしたちが技能実習生に関心を持ち、わかってもらおうと努めることで、技能実習生の日本語の習得も進みます。

## コミュニケーションは、お互いが協力して成立させるものです。

- コミュニケーションはお互いが協力して行う作業です。相手が日本語がわからないから話が通じない、話が進まないと相手のせいにするのではなく、自分のほうも、通じさせようとする工夫が必要です。言葉だけでなく、時には身振り手振りや物を使ったりして、なんとかして理解してもらおうとし、相手もがんばって理解しようとする、コミュニケーションは、そうやってお互いが協力し合って成立させていくものです。そのような“やりとり”は技能実習生の日本語の力を伸ばすことにもつながります。

## わかりやすい日本語は 技能実習生の日本語の習得にも役立ちます。

- 外国語の学習は、理解できるレベルの言葉をたくさん使って、聞いたり話したり、また、読んだり書いたりすることが習得に効果的だと言われています。技能実習生が理解できるレベルの日本語を使ってやりとりすることは、彼らの日本語運用力の向上にもつながります。技能実習生の日本語を使ったコミュニケーションの力をもっと伸ばしてあげたい、そう思ったら、是非、わかりやすい日本語で話してあげてください。



### コーヒーフレイク 1 擬態語は雰囲気を通じそうですが……



「ふわふわ」「ぐるぐる」「ぴかぴか」のようなことばを「擬態語」と言います。雰囲気がよく伝わって、外国人にもわかりやすいような気がしますが、実は、外国人にはさっぱり通じないのです。

ちょっと他の言語で考えてみましょう。韓国語も日本語と同様に擬態語が豊富ですが、例えば日本語で「ぬるぬる」と表す状態は、韓国語では「ミックン ミックン」と言います。「ぬるぬる」と同じ状態とはとても思えませんね。このように、擬態語で外国人に雰囲気を理解してもらうのはたいへん難しいのです。「油です。すべります。」「油の汚れがあります。」「洗剤が残っています。」など、状況に応じてわかりやすい言葉を工夫して話しましょう。

## 理解しているかどうか、質問で「確認」 することができます

「わかりましたか」と尋ねて「わかりました」と返事が返ってきても、実はわかっていなかったということをよく聞きます。

理解しているかどうかの確認方法の一つとして、大事なところを質問してみるのは良い方法です。さらに、例②の最後のように、技能実習生が繰り返して言うことも良い練習になります。また、話す言葉と同時に、紙やホワイトボード等を使って言葉や数字を文字で示すことは、確実な理解のための大きな助けになります。

[例]

- ① T：今日は最初に、計量機を洗淨します。  
次に、袋詰めをします。わかりましたか？  
G：はい、わかりました。  
T：じゃあ、最初に何をしますか？  
G：計量機を洗淨します。  
T：次は？  
G：袋詰めをします。 ※T：日本人担当者、G：技能実習生



- ② T：この箱に「大」を20個詰めて。「小」は詰めないでね。  
G：わかりました。  
T：じゃあ、この箱に何を詰めますか？  
G：「大」です。  
T：いくつ詰めますか？  
G：20個です。  
T：じゃあ、言ってみて。  
G：この箱に「大」を20個詰めます。

※はじめはなかなか言えないものです。完璧を目指さず、つかえてもしばらくは待ち、それでも言えないようなら助けるなどして、根気よくつきあうことが大事です。

## 「わかりやすい日本語」話し方のポイント

「わかりやすい日本語」の具体例を以下にまとめました。

最初は普通に話してみて、理解できていないようなら、わかりやすく言い直してみてください。

常に「確認しながら話す」こと(前頁参照)がポイントです。

### ①はっきい、ゆっくい

- ひとつひとつの音をはっきい発音するように意識します。はっきい発音すると、自然に速度も遅くなります。
- ことばを続けしないで、下のようにかたまりごとにわけて、かたまりとかたまりの間に時間を十分にとることで、ゆっくいした話し方になります。
- 「つ・く・え・の」のように、かたまりの中をさらにぶつぶつと区切ると、かえってわかりにくくなります。

[例]

- ① 机の / 上の / ドライバーを / とって。
- ② ヨウさんは / きのう / テレビを / 見ましたか？
- ③ この / 電気は / 夜も / 消しません。

※文中の / は間をおくところ



### コーヒーフレイク 2 カタカナの言葉もわかりにくい



「サインペン」「ホッチキス」「マジックテープ」……カタカナの言葉は英語に近くて、外国人にもわかりやすいと思いがちですが、これらは商品名です。また、「ガソリンスタンド」「クーラー」等は和製英語です。外国人はこれらの言葉を日本語の単語として覚えることになります。その他、「リモコン」「スマホ」「テレビ」等の短縮された言葉も外国人にとっては日本語です。一方で「ビニール」「セーター」等は、日本語と英語で同じ意味で使うことができますが、カタカナ語としての発音では vinyl, sweater のことだと外国人にはわかりません。このようにカタカナの言葉も外国人にとっては難関です。カタカナ語はわかりやすい日本語に置き換えにくい言葉も多いので、一般的な日本語の言葉と同様以上に注意して、理解をよく確認して使う必要があります。



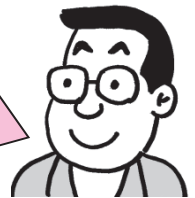
## ②繰り返す・質問する

- キーワードや大事なポイントを繰り返して言います。
- さらに、大事なポイントを質問することで、理解しているかどうか確認できます。  
質問するときは詰問調や試験のようにならないように気をつけて、「大切なことだから確認しているのだ」と理解してもらえようにします。

[例]

T：今日、3時に、事務室に来てください。  
3時、3時に 事務室です。わかりましたか？  
G：はい、わかりました。  
T：では、何時ですか？ (※詰問調にならないように)  
G：3時です。  
T：はい、そうです。どこですか？  
G：事務室です。  
T：はい、そうです。3時に 事務室に 来ます。

※T：日本人担当者、G：技能実習生



## ③短い文で

- 普通に話すと、長い文になりがちで、技能実習生には意味がわかりにくくなります。  
意識的に短い文で、また、必要のない言葉は言わないようにします。

[例]



長いなあ…



短いと、わかりやすい

① ここにアイロンをかけたら、  
二つに折って、そのあと、  
糸でとめます。



ここにアイロンをかけます。  
二つに折ります。  
糸でとめます。

② 鈴木さんは頭が痛いとか  
言って、もう帰りましたよ。



鈴木さんは頭が痛いです。  
帰りました。

③ その道をまっすぐ行くと、  
信号があるから、そこを右に  
曲がると左側にあるよ。



その道をまっすぐ行きます。  
信号があります。  
右に曲がります。左にあります。



#### ④まずは共通語(標準語)で

- ほとんどの技能実習生は母国では共通語(標準語)の日本語を勉強しますから、入国していきなり方言を耳にしても理解できません。特に大事な内容を伝える時は、共通語(標準語)を使って話してください。
- 雑談の時などには、方言を交えて話すのもかえって楽しいでしょう。そのときは、共通語(標準語)もあわせて言って説明すれば、方言も早く覚えられますでしょう。

#### ⑤文末は「～です」「～ます」「～か？」がわかりやすい

- 日本語をゼロから学び始めるとき、文末は「～です。」「～ます。」の形で、また、疑問文は「～か？」で終わる形で学習するのが一般的です。したがって入国当初は、「明日、休み?」「もう食べた?」のような“友達言葉”は、わからないことがあります。そのときは、「明日は休みですか?」「もう食べましたか?」のように言い直しましょう。
- また、助詞が抜けるとわかりにくいこともありますので、省略しないようにします。
- 日本語は主語をあまり言いませんが、文の中で、「タンさんは／わたしは」など、主語を示すとわかりやすくなります。

[例]



??



「です」「ます」があるとわかりやすいな

- |   |                            |   |   |
|---|----------------------------|---|---|
| ① | 兄弟、何人?                     | ➡ | 兄弟 <u>は</u> 何人 <u>ですか?</u>  |
| ② | コンビニで何買うの?                 | ➡ | <u>タンさんは</u> 、<br>コンビニで 何 <u>を</u> 買 <u>いますか?</u>                               |
| ③ | これは使わないよ。                  | ➡ | これは 使 <u>いません</u> 。   |
| ④ | きのうはどこも行かなかったよ。<br>どっか行った? | ➡ | <u>わたしは</u> きのう どこへも<br>行 <u>きませんでした</u> 。 <u>タンさんは</u><br>どこかへ 行 <u>きましたか?</u> |

## ⑥漢字の言葉は難しい

- 漢字の熟語は、中国人なら文字を見れば意味がわかるものが多いのですが、中国人であっても音で聞くと、日常よく使う簡単な言葉でさえ意味がわからないことがよくあります。もちろん非漢字圏の人にとっても同じです。学習の初期にはあまり出てこないからです。
- 漢字熟語で言ってみてわからないようなら、“和語”（下の例を参照）に言い換えてみるといいでしょう。
- 作業に必要な用語は、現場で使う漢字熟語をそのまま覚えてもらえばいいでしょう。  
例：研磨（×磨く）、裁断（×切る）、確認（×確かめる）

### 〔例〕



中国人だから漢字の言葉は  
見れば大体わかるけど、  
耳で聞くと難しいな



うん、これならわかる

- |   |                     |   |                       |
|---|---------------------|---|-----------------------|
| ① | 明日は8時に<br>集合してください。 | → | 明日は 8時に<br>集まって ください。 |
| ② | この作業は4時に<br>終了します。  | → | この 作業は 4時に<br>終わります。  |
| ③ | 休憩していいよ。            | → | 休んで いいですよ。            |
| ④ | いつ帰国するの？            | → | いつ 国に 帰りますか？          |

### ＜ふだんよく使うけれど外国人にはわかりにくい漢字熟語の例＞

漢字熟語	わかりやすい言葉	漢字熟語	わかりやすい言葉
朝食	朝ごはん	休憩	休む
昼食	昼ごはん	指導	教える
夕食	晩ごはん	集合	集まる
開始	始める、始まる	開店	店が 始まる
停止	止める、止まる	閉店	店が 終わる
終了	終わる	帰国	国に 帰る

新しい言葉は  
こうすれば覚えやすい

言い換えたり、繰り返したりして熟語の意味を説明しながら話すと、新しい言葉も覚えやすくなります。

[例]

T：明日の 朝は 8時に 集合してください。  
集合、わかりますか？

G：??

T：集まります。集合、集まります。8時に 集まります。  
(言い換える) (繰り返す)

※T：日本人担当者、G：技能実習生



「集まります」でもわからないようなら、「ここに 来ます」等、さらに言いかえます。

T：ここに 来ます。8時に ここに 来ます。集合します。

### コーヒーブレイク 3 日本語と中国語 ー同じ漢字でも意味の異なる言葉ー



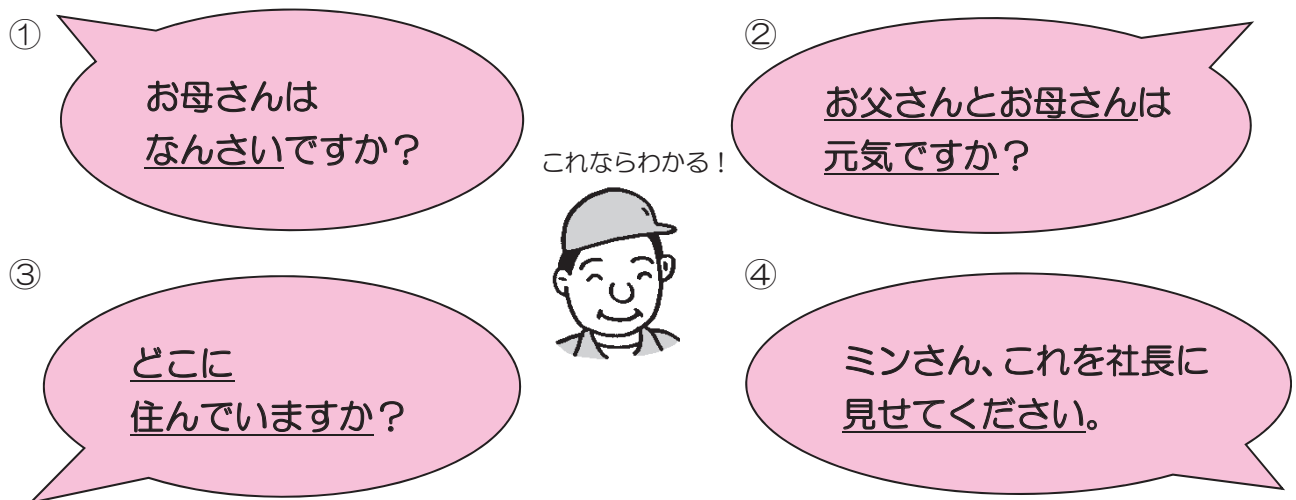
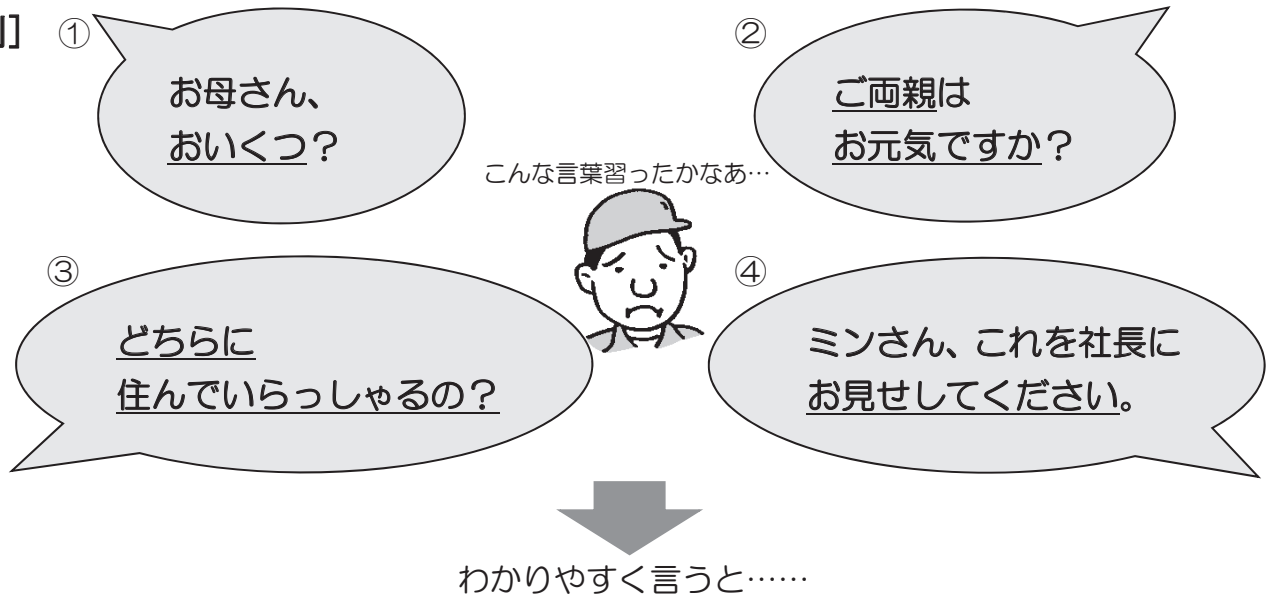
中国人なら漢字を書けば通じるだろうと思っても、日本語とは意味が異なる場合もあります。下記はその一例です。

漢字の単語	中国語の意味	漢字の単語	中国語の意味
手紙	トイレットペーパー	新聞	ニュース
大丈夫	(一人前の)男性	東西	もの(物)
丈夫	夫	非常	とても
愛人	夫または妻(配偶者)	意味	趣き、味わい
先生	男性に対する敬称	意思	意味
先輩	先人(見習うべき人)	大家	みんな
勉強	強制する	一定	きっと
湯	スープ	走	行く
切手	手を切る	快	速い

## ⑦敬語は使わないで

- 敬語や丁寧な言葉遣いも、技能実習生には大変難しいものです。普通の言い方で話すほうがわかりやすいです。

[例]



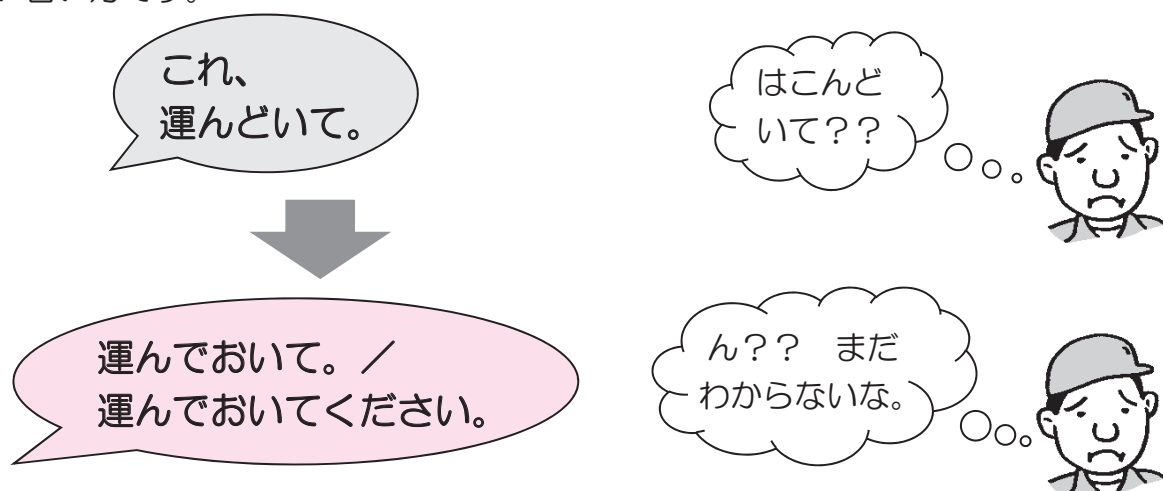
### コーヒーブレイク 4 否定疑問文は答え方がややこしい



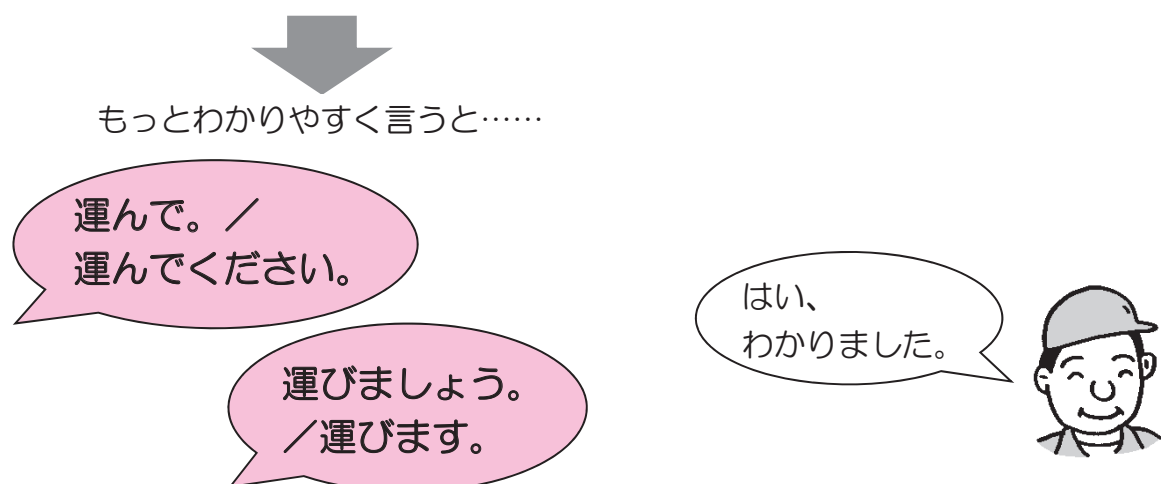
「食べませんでしたか？」のように、否定(例：「～ません」)を含んだ質問の文を「否定疑問文」と言います。「食べませんでしたか？」の問いに対して、「はい」と答えたら、日本語では「食べなかった」の意味ですが、言語によっては(例えば英語)、日本語とは逆で、「食べた」ことになり、食べなかった場合は、「食べませんでしたか」の意味の否定疑問文に対して「いいえ」と答えます。技能実習生は「はい」「いいえ」だけで答えることも多く、言いたいことと反対の意味になってしまう恐れがありますから、質問する時は、「食べましたか」のように、否定の入らない形を使うようにしましょう。

## ⑧「しちゃった」「行かなきゃ」……短縮語は普通の形で

- 「食べてしまった」を「食べちゃった」、「洗っておいて」を「洗っというて」のような言い方を「短縮語」と言います。とてもよく使いますが、技能実習生にはわかりにくい言い方です。



- 実は、「～ておいて。 / ～ておいてください。」も、難しい表現です。わからない時は、シンプルに「～て (ください)。」や「～ましょう。」「～ます。」を使ってみましょう。



短縮語	運んどいて	切っちゃった	食べちゃおう	しなきゃなんない しなくちゃなんない
地域独特の 言い方 (方言など)	※			
共通語 (標準語)	運んでおいて(ください)	切ってしまった	食べてしまおう	しなければならない
シンプルに	運んで(ください) 運びましょう 運びます	切りました	食べましょう 食べます	して(ください) しましょう します

※欄には地域独特の言い方を書いてみましょう。

## ⑨長くて複雑な文末表現はトラブルのもと

- 「この仕事は難しいだろうと思う／難しいというわけではない／難しいかもしれない／  
難しくないわけではない」のように、日本語は文末の表現が長く複雑になりがちで、  
このような言い方は技能実習生にとっては非常に難解です。細かいニュアンスを表現  
しようとせず、思い切って断定的な言い方をしたほうが良いでしょう。
- 誘いを断る時など、はっきりと言にくい状況もありますが、技能実習生に対しては、  
やんわりと伝える婉曲表現はかえってトラブルのもとになりかねません。シンプルな  
言葉で、はっきりと意思を伝えるようにします。

[例]

①

このゴミはここに捨てちゃいけない  
ことになっているんだ。

②

これは失敗というわけじゃないんだけど、  
作り直した方がいいかもしれないよ。

③

うーん、明日はちょっと……。  
子供と遊びに行こうかと思っているんだ。

④

田中さんは、今日、  
休みなんじゃないかな。

???  
結局どうい  
うこと?



わかりやすく言うと……

①

このゴミはここに捨ててはいけません。  
／捨てないで。／捨てません。

②

これはだめです。／わるいです。  
作り直しましょう。

③

ごめんね、明日は行けないよ。  
子供と遊びに行くから。

④

田中さんは、今日、  
(たぶん)休みです。／いません。

うん、はっきり  
言ってもら  
う方がいいな。



### コーヒースレイク 5 「～です」「～ます」で大胆に言い切る



日本語の教科書に出てくる文末表現でも、技能実習生が日本語に慣れるまではややこしくて難しいものです。「～ます」「～です」大胆に言い切ると、理解しやすくなります。

- |                       |                                      |
|-----------------------|--------------------------------------|
| • これを使ってもいいですか。       | → これを <u>使いたい</u> です。いいですか。          |
| • 5時に帰りたいと思っています。     | → 5時に <u>帰りたい</u> です。／ <u>帰ります</u> 。 |
| • この箱を洗っておいてください。     | → この 箱を <u>洗います</u> 。                |
| • ここでタバコを吸わないでください。   | → ここで タバコを <u>吸いませ</u> ん。            |
| • 薬は夜寝る前も飲まなければなりません。 | → 薬は 夜 寝る 前も <u>飲み</u> ます。           |
| • これは切らなくてもいいです。      | → これは <u>切り</u> ません。                 |



# JITCO