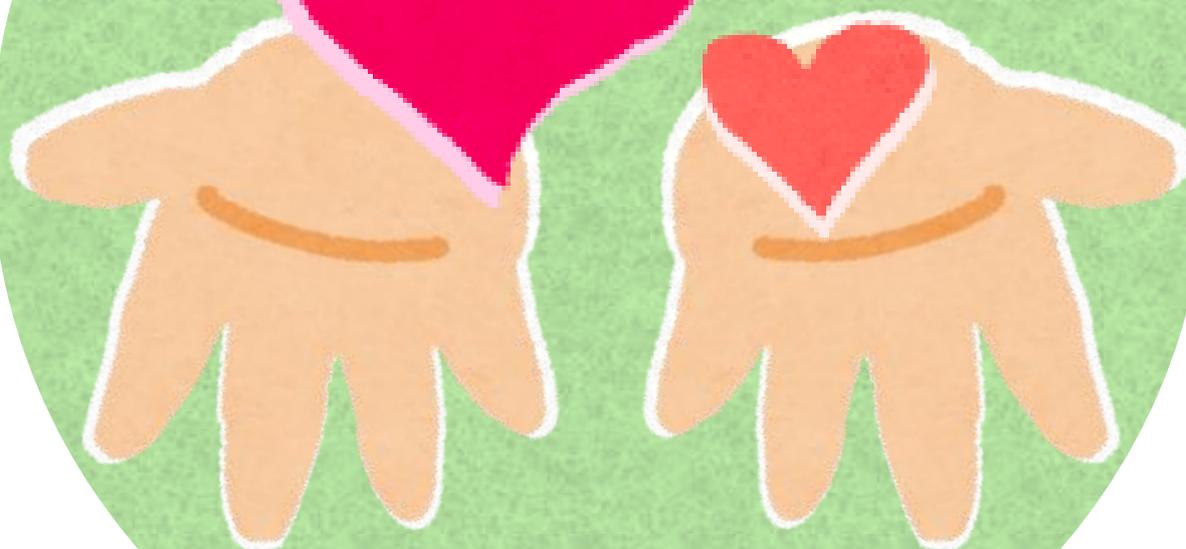


誰とでも、もっと簡単に  
コミュニケーションをとれるように

# やさしい日本語 ガイドライン

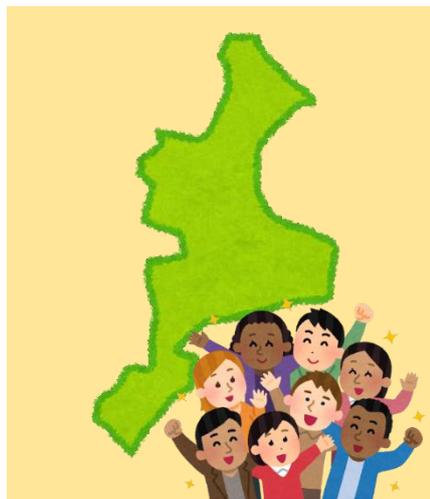


三 重 県

## 目次

はじめに .....	1
「やさしい日本語」とは .....	1
なぜ英語ではなくて日本語なの? .....	2
「やさしい日本語」はどんなときに使うの? .....	2
外国人と日本語でやりとりするときに気をつけること .....	3
「やさしい日本語」の作り方 .....	4
1. むずかしい言葉を避けて、簡単な言葉を使う .....	5
2. 1つの文に1つの情報にして、文は短くする .....	6
3. 重要な言葉はそのまま使い、説明を加える .....	6
4. 敬語(尊敬語・謙譲語)は丁寧語にする .....	7
5. 文末表現はなるべく統一する .....	8
6. 二重否定や、あいまいな表現は使わない .....	8
7. カタカナ語を使うときは気をつける .....	9
8. 「分かち書き」をする .....	10
9. 漢字は少なくして、使う場合はふりがなをつける .....	11
10. 時間や年月日の表記はわかりやすくする .....	11
11. 理解度を上げるために工夫する .....	12
「やさしい日本語」に大切なこと .....	13
「やさしい日本語」へ変換してみよう① .....	15
12. 回答例① .....	16
「やさしい日本語」へ変換してみよう② .....	17
13. 回答例② .....	18
「やさしい日本語」言い換えリスト .....	19
参考資料・ウェブサイト .....	21

## はじめに



三重県には、2023年12月末現在で62,561人の外国人が暮らしており、県民(1,758,918人)の約28人に1人が外国人です。新型コロナウイルス感染症の影響で一時的に減少しましたが、2022年以降は再び増加傾向にあり、今後さらに増えていくことが見込まれています。

三重県では、考えや習慣などの違いを文化的な豊かさの源泉と考え、お互いが尊重し協力し合い、すべての人が生き生きと暮らせる多文化共生社会の実現を目指しています。誰もが安心して暮らすためには、情報を迅速かつ正確にわかりやすく伝えることが必要です。

「やさしい日本語」は阪神淡路大震災をきっかけに生まれた、外国人にも理解しやすい日本語です。このガイドラインでは、外国人に対して有効なコミュニケーション手段である「やさしい日本語」を多くの人に知っていただき、災害時だけでなく、職場や地域で接する外国人とのコミュニケーションに役立てていただけるよう作成しました。

## 「やさしい日本語」とは

「やさしい日本語」とは、むずかしい言葉を言い換えるなど、相手に配慮したわかりやすい日本語のことです。外国人だけでなく、子どもや高齢者、障がいのある人とのコミュニケーションにも役立つツールとして、国や自治体、地域社会、民間企業など様々な分野で取り組みが広がっています。

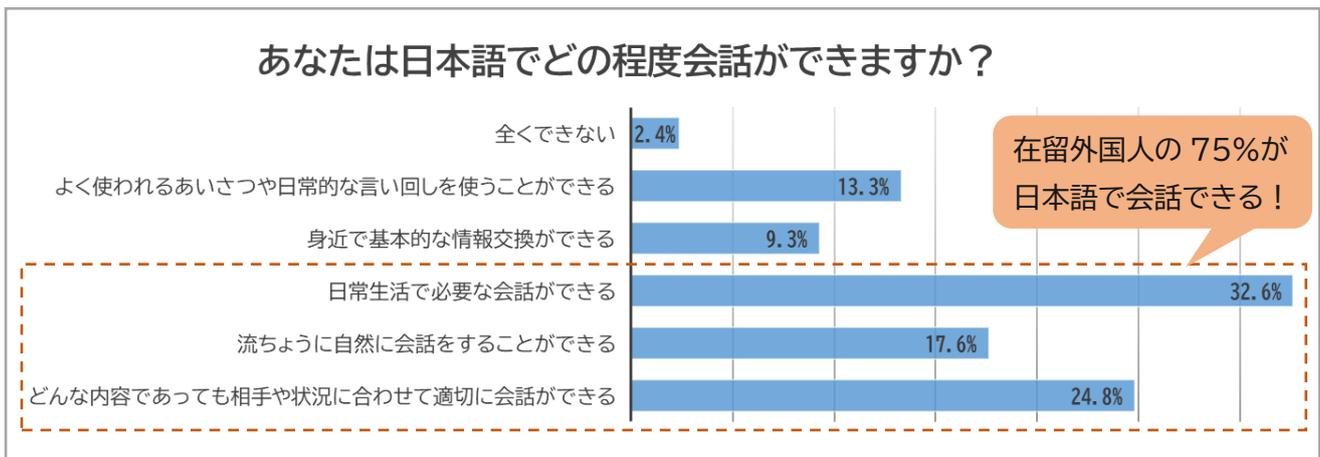
「やさしい」には 2 つの意味があります



## なぜ英語ではなくて日本語なの？

三重県に住む外国人の国籍は多様化しており、その内訳は多い順に、ブラジル、ベトナム、フィリピン、中国、韓国、インドネシアで、英語が母語ではない国がほとんどです。その中には、「学んだ日本語を使ってみたい」「英語は話せないから日本語のほうが得意」という人もいます。

出入国在留管理庁の調査で、自身の日本語能力を『日常生活に必要な会話ができる』以上と回答した外国人が多いことから、**日本語は外国人とのコミュニケーション手段として有効**と言えます。



出入国在留管理庁「令和5年度 在留外国人に対する基礎調査報告書」より

## 「やさしい日本語」はどんなときに使うの？



### 災害などの緊急時に

地震や台風などの災害が起きたときは、多言語で翻訳したり、通訳できる人を探したりする時間がありません。災害の他にも、急病やケガ、事件など急いで情報を伝えないといけないときに「やさしい日本語」を使えば、多くの人に知らせることができます。外国語がわからなくても、ポイントを知れば誰にでも使えます。



### 日常生活で

日本語に不慣れな外国人は、日常生活の中で『役所から手紙が届いたけど読めない』、『子どもの学校の先生が話す敬語がむずかしい』と不安を感じることがあります。情報を多言語に翻訳して伝える方法もありますが、「やさしい日本語」を使って伝えることもできます。情報が伝わると不安が減り、自分で解決するきっかけになります。

## 外国人と日本語でやりとりするときに気をつけること

「外国人は日本語ができない」と思い込み、褒めたつもりで言った言葉や無意識の行動で相手を傷つけていることがあります。ここでは、外国人と接するときの心構えとして、彼らと日本語でやりとりするときに気をつけるポイントを3つ紹介します。

2021年の国際交流基金の調査によると、世界には約379万人の日本語学習者がいます。この数は今後も増えつづけ、外国人と日本語でやりとりする機会も増えていくと予想されます。

外国人が母語以外の言語として日本語を学んでいることに敬意を示し、私たちも日本語を使うときは相手にわかるよう調節することで、円滑なコミュニケーションの実現が期待できるのではないのでしょうか。



「これは漬物だよ、つ・け・も・の」「箸を使うのが上手だね～すごいね～！」

### 子ども扱いするような話し方をしない

日本語がまだ不十分な私は、何もできない子どもと同じ？  
大きさに褒めなくてもいいので大人として扱ってください



「外国人に日本語で話しかけられたけど、英語で答えたほうがいいよね」

### 外国人には英語で話さなければ、と決めつけない

日本語で話しかけたのだから、日本語で答えてほしい  
英語圏出身じゃないので英語はわからないよ～！



「小さな日本語のミスが気になる。日本で仕事をするなら正確に使ったほうがいいのでは？」

### 外国人に完璧な日本語力を求めない

日本語がまだ十分ではないけど、一生懸命仕事をしています  
片言の日本語を笑われると傷ついて、話すのが怖くなります



参考文献:「とりあえず日本語で もしも…あなたが外国人と『日本語で話す』としたら」(荒川洋平)

## 「やさしい日本語」の作り方

簡単な日本語であれば理解できる外国人は多いという調査結果がありましたが、その日本語能力は人それぞれ違います。私たちが普段何気なく話している日本語は、敬語やカタカナ語、あいまいな表現などがあり、日本人と話すときと同じ感覚で外国人と話すと、うまく意思疎通がとれないこともあります。

「やさしい日本語」はコツさえつかめば、誰でも使うことができます。少しの工夫で相手に伝わりやすくなりますので、以下のポイントを参考に実践してみてください。

### ポイント

- 1 **むずかしい言葉を避けて、簡単な言葉を使う**
- 2 **1つの文に1つの情報にして、文は短くする**
- 3 **重要な言葉はそのまま使い、説明を加える**
- 4 **敬語（尊敬語・謙譲語）は丁寧語にする**
- 5 **文末表現はなるべく統一する**
- 6 **二重否定や、あいまいな表現は使わない**
- 7 **カタカナ語を使うときは気をつける**
- 8 **「分かち書き」をする**
- 9 **漢字は少なくして、使う場合はふりがなをつける**
- 10 **時間や年月日の表記はわかりやすくする**
- 11 **理解度を上げるために工夫する**

各ポイントの詳細は次のページから説明していきます。

1

## むずかしい言葉を避けて、簡単な言葉を使う

「やさしい日本語」は、日本語能力試験のN4・N5レベル(初級)程度の語彙を使います。これは、小学校の2、3年生で習うくらいの漢字とひらがな及びカタカナによる表現です。むずかしい言葉や専門用語は使わないようにして、わかりやすい言葉にしましょう。

### N4 レベルの目安

趣味や食べ物、週末の予定などの身近で日常的な会話が理解できます。  
友達から来たはがきやメールを読んで、理解できます。

### N5 レベルの目安

『座ってください』などの簡単な指示を聞いて、何をすべきか理解できます。  
駅の時刻表や案内板を見て、自分が乗る電車の時間がわかります。



参考資料:「日本語能力試験 合格者と専門家の評価による日本語能力試験レベル別 Can-do リスト」

- **漢語** → **和語にする**

危険 → 危ない

体調が悪い → 元気がない

お会計する → お金を払う

※ 漢語は中国から入ってきた言葉で、音読みで表す(雷雨、見物)

※ 和語はもともと日本にあった言葉で、訓読みで表す(雨、見る)

- **専門用語** → **日常語にする**

捺印 → はんこを押す

授業参観 → 授業を見る

通報する → 連絡する / 電話する

- **略語** → **元の言葉にする**

健診 → 健康診断

取説 → 取扱説明書

学割 → 学生割引

- **抽象的ではっきりしない言葉** → **具体例をあげる**

ペット → 犬や猫などの動物

お年寄り → おじいさん・おばあさん

粗大ごみ → イスや机など大きいごみ

ポイント

2

## 1つの文に1つの情報にして、文は短くする

接続詞(～が、～ので)でつないで長い文にせず、1つの文に1つの情報になるよう文を短くしてください。伝える情報が多いときは、箇条書きにするのも有効です。また、解説や手順、ルールなどを説明するときは番号を振るとわかりやすくなります。

【例】 明日は清掃活動があるので、午前8時に事務所に集合してください。

→ 明日は掃除をします。午前8時に事務所に来てください。

【例】 清掃活動をする際は、汗拭きタオルや飲み物、軍手を各自でご準備ください。

→ 掃除をするときに持ってくるもの

- タオル (汗を拭くために使います)
- 飲み物 (喉が渴いたときに飲みます)
- 軍手 (手を守るための手袋)

ポイント

3

## 重要な言葉はそのまま使い、説明を加える

災害用語や日常生活でよく使われる言葉など、外国人にとってむずかしくても日本で生活する上で知っておくとよい言葉はそのまま使い、意味を説明するとわかりやすいでしょう。文章で伝える場合、言葉の後にカッコ書きで説明をつけます。

【例】 救急車 → 救急車 (病気やけがをした人を助ける車)

避難訓練 → 避難訓練 (地震や台風のとくに逃げる練習)

余震 → 余震 (あとからくる地震)

停電 → 停電 (電気を使うことができない)

断水 → 断水 (水道から水が出ない)

行方不明 → 行方不明 (どこにいるかわからない、見つからない)

保護者 → 保護者 (子どもの家族、お父さん、お母さんなど)

熱中症 → 熱中症 (暑くて気持ち悪くなる、頭が痛くなる病気)

暗証番号 → 暗証番号 (あなただけが知っている番号)

## 敬語（尊敬語・謙譲語）は丁寧語にする

敬語の中でも尊敬語と謙譲語は相手との関係性や状況に応じて使い分けるため、外国人には複雑で、簡単に覚えられません。日本語教育のほとんどの教科書では、「です」「ます」「～ください」を最初に習うので丁寧語を使ったほうが伝わりやすくなります。

【例】 お掛けください	→ 座ってください
お召し上がりください	→ 食べてください
拝見します	→ 見ます
差し上げます	→ あげます / 渡します
おいくつですか？	→ 何歳ですか？
どちらにお勤めですか？	→ どの会社で働いていますか？
よろしいでしょうか？	→ いいですか？
お大事になさってください	→ 体に気をつけてください

豆知識



### 「お水」「ご案内」・・・美化語はほどほどに

敬語の中に「美化語」があることを知っていますか？美化語とは、ご住所・お身体のように言葉の前に「お」や「ご」をつけることで、ものごとを上品に美しく表す言い方です。ところが、この美化語をつけることでアクセント(強く発音する部分)が変わることがあり、日本語に不慣れな外国人には聞き取りにくいことがあります。可能な範囲でいいので、「お」「ご」をつけるのをやめましょう。

【例】 「お薬はお食事の後です。お水はたくさんお取りください。」  
→ 「薬は食事の後です。水をたくさん飲んでください。」

ただし、「お」「ご」を取ることで意味がわからなくなったり、乱暴になったりする言葉もあるので、その場合は言い換えを考えるなどの工夫が必要です。

【例】 お子様 → あなたの子ども  
お手洗い → トイレ

## 文末表現はなるべく統一する

文法的にむずかしい表現は避けて、簡単でわかりやすい言葉にしてください。

- 可能・不可能の意味「～れる」、「～られる」 → 「～することができる」  
 駅まで来られますか？ → 駅まで来ることができますか？  
 ここで桜が見られますよ → ここで桜を見ることができます  
 その野草は食べられません → その草は食べるできません
- 不確定な表現「たぶん」、「おそらく」、「～ようです」 → 「～かもしれません」  
 おそらく行きます → 行くかもしれません  
 台風が来る可能性があります → 台風が来るかもしれません
- 依頼表現「～しましょう」「～してもらっていい？」 → 「～してください」  
 時間を守りましょう → 時間を守ってください  
 私の家に来てもらっていい？ → 私の家に来てください

## 二重否定や、あいまいな表現は使わない

例えば、「行きたくないわけじゃない」は否定語が2つあるので二重否定です。ストレートに伝えるよりも言葉の響きを柔らかくする効果がありますが、まわりくどい表現なのでわかりにくく、誤解を与えることがあります。相手に明確な意図を伝えたいときや、緊急性の高い情報を伝える場合は避けてください。

- 二重否定  
 言わずにはいられない → 言いたい  
 手続きができないとは言い切れない → 手続きできます  
 (プレゼントをもらって)嬉しくないわけない → とても嬉しいです
- あいまいな表現  
 ご遠慮ください → しないでください/だめです  
 荷物はその辺に適当に置いてください → 荷物は机の上に置いてください  
 (ペンを借りたいと聞かれて)大丈夫です → はい、いいですよ
- 複数の意味を持つ表現  
 あなたは明るいですね → あなたは元気な人ですね  
 (笑い話を聞いて)あ～、おかしい → あ～、面白い  
 (もっと食べるか聞かれて)もう結構です → もういらぬです

## カタカナ語を使うときは気をつける

カタカナ語は、外国語や専門用語を表現するためにカタカナで表記された言葉です。古くから定着しているものから新しく生まれたものまで、さまざまなバリエーションがあります。

おもな分類	(言い換え例)
<b>外来語</b> 海外の言葉が日本語として定着したもの	デマ → うその話 ルール → 決まっていること サービス → してもらえること
<b>和製英語</b> 日本で作られた英語に似ている言葉	NG → やってはいけないこと ワイシャツ → シャツ、服 マイバッグ → 買ったものを入れる袋
<b>日本語特有の略語</b> 元の言葉を省略して短くしたもの 他の言葉同士を組み合わせたもの	スマホ → スマートフォン ドタキャン → 急にやめること パトカー → 警察の車

カタカナ語には元の言葉と意味や発音が違うものや、日本でしか通じない言葉もあるので、なるべく使わないようにしましょう。カタカナ語の中でも、日本語能力試験N4・N5程度で日常的によく使っているものや他の言葉での表現がむずかしいものは、そのまま使ってください。

### 日本語初級者が学ぶカタカナ語の例

スーパー、レストラン、デパート、コンビニ、アパート、エアコン、トイレ、Tシャツ、ズボン、サンダル、カレーライス、ドーナツ、ジュース、ビール、タクシー、バス、バイク、ボールペン、アルバイト、ゲーム、アニメ など



豆知識



#### オノマトペ(擬態語・擬音語)は伝わらない

「ばったり会う」「すらすら答える」「ちくちくとする」などの言葉を、オノマトペ(擬態語・擬音語)といいます。物音や声、物事の様子・気持ちなどを具体的で感覚的に表した言葉で、日本人は日常で多くのオノマトペを使っています。しかし、オノマトペを使わない国は多く、外国人にはむずかしいです。オノマトペはできるだけ使わないようにして、簡単な言葉に言い換えましょう。

- 【例】 わくわくします → とても楽しみです  
 すくすく育つ → 元気に育つ  
 彼は英語がペラペラです → ○○さんは英語が上手です

## 「分かち書き」をする

単語と単語の間や、文節にスペースを入れることを「分かち書き」といいます。分かち書きをすると、文の切れ目が明確になり文章が読みやすくなります。基本的には「ね」や「さ」を入れても不自然にならないところで区切ります。

【例】 ここではきものを脱いでください

→ ここで 靴を 脱いでください ※「履物」よりもわかりやすい表現にしました

→ ここで 着物を 脱いでください ※「着物」に限定しないなら「服」でもいいです

明日再度お越しく下さい

→ 明日 もう一度 来て ください ※むずかしい言葉をわかりやすい表現にしました

津波は何度も繰り返し襲ってきて、後から来る津波の方が高くなることがあります。

→ 津波は 何回も きます。

大きい 波が 後から くること が あります。

昨夜、23時45分に三重県で強い地震がありました。気象庁は今後も最大で震度5までの地震が起きる可能性があるとして注意を呼び掛けています。

→ 昨日の夜 11時45分に 三重県で 大きい 地震が ありました。

この後も 大きい 地震が くるかも しれません。

注意して ください。

### 豆知識



### 「分かち書き」をしない日本語、実は世界で少数派

英語で文章を書くときは、単語と単語の間にスペースを入れるルールがあります。

単語を全部つないでしまうと読みづらくなり、ひとつの単語の区切りがわかりにくいからです。

**Mie Prefecture is located in the Tokai region between the cities of Nagoya to the east and Osaka to the west.**

三重県は名古屋と大阪の間にあり、東海地域に位置する県です。

世界の言語のほとんどが「分かち書き」で表記されており、単語が全てつながっているのは日本語・中国語・タイ語など、一部の言語に限られています。

日本に来る外国人は年々増加しており、病院や役所、観光地で多言語表記による案内も増えています。もし見かけたときは、「分かち書き」になっているか注目してみてください。

ポイント

9

## 漢字は少なくして、使う場合はふりがなをつける

漢字を使わない国の出身者にとって、漢字を読んだり、意味を理解したりすることは簡単ではありません。ふりがながあっても読むのに時間もかかり、発音はわかっていても意味がわからない人もいます。漢字の量は多すぎないようにして、使う場合はすべての漢字にふりがなをつけてください。

### ※漢字の使用量は1文に3、4字程度が目安です

【例】 公共交通機関でお越してください	→	電車 <small>でんしゃ</small> やバス <small>き</small> で来てください
至急警察に通報してください	→	今 <small>いま</small> すぐ警察 <small>けいさつ</small> に電話 <small>でんわ</small> してください
医療機関を受診してください	→	病院 <small>びょういん</small> に行 <small>い</small> ってください
家庭訪問を行います	→	先生 <small>せんせい</small> が家 <small>いえ</small> に <small>き</small> 来て話 <small>はなし</small> をします

ポイント

10

## 時間や年月日の表記はわかりやすくする

- 元号は使わず、西暦にする  
令和6年7月2日 → 2024年7月2日
- 年月日の表記にスラッシュ「/」やドット「.」を使わない  
2010/11/12 → 2010年11月12日  
2015.4.1 → 2015年 4月 1日
- 時間は12時間表示にして、午前・午後をはっきり示す  
15時30分 → 午後3時30分
- 「〇〇～△△」ではなく、「〇〇から△△まで」にする  
【例】 博物館の開館時間は9:00～17:00です  
→ 博物館は、午前9時から午後5時まで開いています

# 11 理解度を上げるために工夫する

- 文字だけで伝えずに、イラストや写真、図などを活用して視覚的にわかりやすくする
- 身ぶり手ぶり(ジェスチャー)を交えたり、表情で伝えたりすることも有効  
※ただし、ジェスチャーの意味は世界共通ではないので注意が必要
- 覚えてほしいことや重要な情報はメモに書いて渡しておく、あとで確認することができ、家族や日本語がわかる知人に尋ねることもできる
- 翻訳テキストやイラスト・写真を指し示すことで意思表示ができるコミュニケーションボードを準備する



## 三重県立図書館に「コミュニケーション支援ボード」があります！

「本を借りたい」「利用カードを作りたい」など、絵や文字を指し示すことでコミュニケーションができます。図書館を利用するとき、コミュニケーションのバリアをなくしていくことの手助けになるよう作られたもので、障がいのある方、高齢者や幼児、外国人の方にも幅広く活用されています。ボードは絵とやさしい日本語に加えて、英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語で記されたものが用意されています。

どのようなご用ですか？		英語 English		
		Can I help you?		
借りたい I want to borrow something	返したい I want to return something	予約したい I want to reserve or request something	もう一度借りたい I want to borrow this again	探したい I am looking for something
コピーをしたい I want to make photocopies	なくした/破った I lost or damaged something	図書館利用カードを作りたい I want a library card	図書館利用カードを忘れた I forgot my library card	席を借りたい I want a seat
探したい I am looking for	本 Book	雑誌 Magazine	新聞 Newspaper	三重の本 Books about Mie Prefecture
つか 使いたい I want to use	マイクロフィルム Microfilm	インターネット/iPad Internet/iPad	データベース Database	メガネ Glasses
し 知りたい I want to know	開いている時間 When is the Library open?	休みの日 When is the Library closed?	返す日 When do I need to return this?	返す場所 Where can I return this?
	公共交通 Public Transportation	バスの時間 Bus time schedule	タクシーの電話番号 Telephone number of Taxi service	
緊急 Emergency	困っています I am having trouble with something	具合が悪いです I feel sick	一緒に来てください Please come with me	トイレ Toilet
				落とし物 Lost and Found

## 「やさしい日本語」に大切なこと

「やさしい日本語」のポイントを一通り見ていただきましたが、何が「やさしい」のかは情報を伝えたい相手の出身や経験、文化によって違います。「やさしい日本語」では、言葉を簡単な表現にするテクニックだけではなく、コミュニケーションにおける態度について考え、相手の事情を考える思いやりの心を持つことが大切です。

### 「あたりまえ」という思い込みを捨てる

国籍、文化・習慣、世代などの違いにより、自分が「あたりまえ」と思っていることが通用しないこともあります。例えば、日本の学校では雑巾を使って教室を掃除するのが一般的ですが、これは世界共通の文化ではありません。ふりがなをつけたり、ひらがなで表記したりしても、そもそも雑巾を知らなければ意味が伝わらないのです。自分の常識や習慣を相手に押し付けるのではなく、相手の文化や価値観を理解し、どのような配慮や工夫が効果的なのかを考えることが大切です。

The diagram shows a transition from a simple, potentially confusing instruction to a more detailed and helpful one. On the left, a woman holds a sign that says: 「お知らせ ○○小学校 雑巾(ぞうきん)を持たせてください。」. Next to her is the vertical text 「ゾウキン...?」. A yellow arrow points to the right, where a more detailed sign is shown. This sign includes the same header but adds: 「雑巾(ぞうきん)を持ってきてください。」 followed by an explanation: 「雑巾は、タオルのような布です。みんなで学校の掃除をするために使います。」. Below the text is a drawing of a grey cloth and a child cleaning. At the bottom, a note reads: 「※雑巾について補足の情報や説明、実物の写真などがあるとよい。」

### 「第三者返答」に気をつける

“第三者返答とは、話しかけてきた人の見かけの印象などから、その人との意思疎通が問題ないにもかかわらず無視して、その人と一緒にいる人に返答すること”  
オストハイダ・テーヤ(関西学院大学教授)

外国人に話しかけられたのに、「日本語がわからないだろう」「日本人に話した方が伝わる」と思い込み、付き添いの日本人に向かって話してしまうケースがあります。外国人に限らず、障がい者、高齢者も同じ経験をすることがあり、当事者は自分の存在が無視されていると感じ、傷つきます。相手の見た目や印象でコミュニケーションができないと判断せずに、話しかけられた相手の目を見て、直接本人と話すことを心がけましょう。

## 相手の背景に合わせた「やさしさ」を

漢字を使わない国の出身者には、ひらがなを多く使った文章の方が伝わるかもしれませんが、中国や台湾などの出身者には漢字が多い方が伝わりやすいこともあります。

日本語を話す能力についても人それぞれ違うので、来日してから数か月で流暢に日常会話ができる人もいれば、日本で長く暮らしていても、あいさつ程度しか話せない人もいます。また、外国人でも日本語が堪能で日本社会についてよく知っている人の場合は、無理に単純な日本語を使うと不愉快に感じさせることがあります。

**「やさしい日本語」に決まった正解はありません。**どうしたら相手にわかりやすく伝えることができるかを常にイメージし、工夫することが大切です。相手を思いやり、『わかりやすい言葉』と『やさしい気持ち』でコミュニケーションをとりましょう。

豆知識



### ひらがなだけの文章は、本当に「やさしい」？

日本語を話すのは得意だけど、漢字の入った長い文章を読むのが苦手な外国人は多いです。漢字が少しでも混じっていると、それだけで読むことを諦めてしまう人にとって、ひらがなの文は受け入れやすいです。外国人向けに情報を伝えるときに、すべてひらがなで書くという選択肢もありますが、注意が必要です。

例えば、「りすとひょうをおくります。かみをまとめたらこうかいします。」という文章があります。「リスト表を送ります。紙をまとめたら公開します」という意味で解釈する人が多いと思いますが、「リストとヒョウを送ります。髪をまとめたら後悔します」と解釈する人もいるかもしれません。

このように、日本語には同音異義語(発音が同じだけど意味が違う言葉)が多く、ひらがなだけの文章では解釈に困ることがあります。上の例文のように単語の区切りがないと、さらに混乱するでしょう。ひらがなだけの文章にする場合は、単語の区切りがわかるようにスペースを空けて、「分かち書き」にするとわかりやすくなります。

りすとひょうを  
おくります…



## 「やさしい日本語」へ変換してみよう①

### 1. 単語編

漢語 → 和語	
1	今朝
2	更新
3	不要です
4	小児科
5	終日運休
カタカナ語 → 和語	
1	キャンセル
2	(タイヤの)パンク
3	ヘルシーな朝食
4	ストレス
5	ハザードマップ
敬語 → 普通語	
1	ご両親
2	どなた
3	いかがですか？
4	どちらのご出身ですか？
5	ご連絡いたします

### 2. 文章編

- ① 事前の申し込みが必要です  
➡
- ② こちらはセール対象外です  
➡
- ③ お子さんは何かアレルギーがありますか？  
➡
- ④ お大事にしてください  
➡

回答例は次のページです

## 回答例①

### 1. 単語編

漢語 → 和語		
1	今朝	今日の朝
2	更新	新しくする
3	不要です	いりません／いらいんです
4	小児科	子どもの病気やけがを治す病院
5	終日運休	今日は電車(バス)が動いていません／止まっています
カタカナ語 → 和語		
1	キャンセル	やめる
2	(タイヤの)パンク	タイヤに穴が開く／タイヤが壊れる
3	ヘルシーな朝食	体にいい朝ごはん
4	ストレス	疲れること／心配なこと
5	ハザードマップ	地震や台風のときに危ないところがある地図
敬語 → 普通語		
1	ご両親	〇〇さんのお父さんとお母さん
2	どなた	だれ
3	いかがですか？	どうですか？
4	どちらのご出身ですか？	どこの国から来ましたか？／あなたの国はどこですか？
5	ご連絡いたします	電話します／メールします

### 2. 文章編

- ① 事前の申し込みが必要です  
➔ 〇月〇日までに申し込んでください
- ② こちらはセール対象外です  
➔ これは安くなりません
- ③ お子さんは何かアレルギーがありますか？  
➔ 〇〇さんの子どもは、体がかゆくなったり、赤くなったりする食べ物がありますか？  
➔ あなたの子どもは、体の具合が悪くなる薬がありますか？
- ④ お大事にしてください  
➔ 体に気をつけてください

## 「やさしい日本語」へ変換してみよう②

### 3. 身近な場面で使われる日本語

同じ地域に暮らす外国人や一緒に働く外国人とのコミュニケーションを想定して、日本ではおなじみの制度や専門用語をわかりやすい表現にしましょう。

地域で…		
1	ポイ捨て禁止	
2	不在連絡票	
3	町内会	
職場で…		
1	給与明細	
2	有給休暇	
3	源泉徴収票	
4	雇用保険	
5	労災保険	
役所で…		
1	所得税	
2	住民税	
3	年金	
4	母子手帳	

回答例は次のページです

## 回答例②

### 3. 身近な場面で使われる日本語

地域のこと		
1	ポイ捨て禁止	<u>ごみを捨てないでください</u>
2	不在連絡票	<u>あなたに荷物が来ました。あなたは家にいませんでした。だから、宅配便の人は荷物を持って帰りました。そのお知らせです。</u>
3	町内会	<u>同じ地域に住んでいる人たちが集まって、いろいろな活動を行います。地域の掃除、お祭りがあります。</u>
職場で...		
1	給与明細	<u>給料のことが書いてある紙</u>
2	有給休暇	<u>仕事を休んでも給料がもらえる休みの日</u>
3	源泉徴収票	<u>去年働いた分の給料と、税金をいくら払ったか書いてある紙</u>
4	雇用保険	<u>仕事がなくなったとき、家族の世話で働けないときにお金をもらうことができます。</u>
5	労災保険	<u>仕事でケガをしたとき、病気になったときにお金をもらうことができます。</u>
役所で...		
1	所得税	<u>給料をもらうときに国に払う税金</u>
2	住民税	<u>あなたが住んでいる市と県に払う税金</u>
3	年金	<u>年をとって、働けなくなったときに国からお金をもらうことができます。日本に住む20歳から59歳の人には必ず年金を払います。 (※国民年金の場合)</u>
4	母子手帳	<u>母子はお母さんと赤ちゃんのことです。手帳は小さいノートです。お母さんと赤ちゃんの体のことを書きます。赤ちゃんを育てるために必要なことが書いてあります。</u>

参考:文化庁「つながるひろがる にほんごでの暮らし」<https://tsunagarujp.mext.go.jp/>

## 「やさしい日本語」言い換えリスト

※言い換え例は、文節ごとにスペースを入れた「分かち書き」にしています。

### 緊急・災害

	用語	言い換え例
か	緊急	すぐに
	警報	つよい 注意の お知らせ 大きな 災害が おこるかもしれません
	洪水	川から 町に 水が くる
さ	地震	地面が ゆれる
	情報	お知らせ
	浸水	家の 中に 水が 入る
た	台風	とても 強い 風と 雨
	津波	地震の あとに 海の 水が たくさんくる
は	負傷者	けがをした人
	暴風雨	とても 強い 風と 雨
や	行方不明	どこに いるか わからない
	予報	これから 起きることの お知らせ

### 健康・医療

	用語	言い換え例
か	健康	元気なこと、病気でないこと
	健康診断	体が 元気か しらべる
さ	自己負担	自分で はらう お金
	症状	体の 悪いところ(痛い、血が出るなど)
	処方せん	くすりを 書いた 紙 (医者が 書く)
	診察	医者が からだを しらべる
な	入院	病院に 泊まって 病気や けがを なおす
は	保険証	保険に 入っている人の 紙や カード
ま	問診票	体の 悪いところを 書く 紙
や	予防接種	病気に ならないための 注射

## 生活・仕事

	用語	言い換え例
か	給料	はたらいて 会社から もらう お金
	契約	法律で 守らないと いけない 約束
さ	サービス	してもらえること
	残業	きまった 時間より 長く はたらく
	失業する	仕事が なくなる
	請求書	お金を 払ってくださいという 紙
た	問い合わせる	わからないことを 聞く
は	変更	変わる
	本人確認書類	運転免許証、パスポート、在留カードなど
ま	無料	お金が いらぬ
ら	領収書	お金を はらったときに もらう紙 (レシート)

## 子育て・教育

	用語	言い換え例
あ	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
	上靴、上履き	学校の 中で 履く 靴
か	学童保育	小学校が 終わったあとに 子どもが 行く ところ。 そこで 宿題を します。友達と 遊びます。
	学級閉鎖	病気の 子どもが 多いので 学校が 休みになる
	給食	学校が 用意する 昼ごはん
	教科書	学校で 使う 勉強の 本
さ	出生届	子どもが うまれたことを 役所に 知らせる 紙
	奨学金	勉強のために 借りることが できる お金 勉強のために もらうことが できる お金
は	PTA	保護者(子どもの 家族)と 先生が 集まって、 子どもたちの 学校生活を 助ける 活動を します。
	保育園	働く人が 子どもを 預ける ところ
や	幼稚園	小学校へ 入る 前の 子どもが 通う ところ

参考:大阪府「やさしい日本語をつかいましょう! ~外国人とのコミュニケーション術~」  
<https://www.pref.osaka.lg.jp/documents/11368/1-40.pdf>

## 参考資料・ウェブサイト

「やさしい日本語」ガイドラインを作成する際に参考にした資料やウェブサイトを紹介します。二次元コードからアクセスするとリンク先に移動します。(2025年1月現在の公開情報に基づく)

### 【出入国在留管理庁】在留支援のためのやさしい日本語ガイドライン

国や自治体が情報発信をするときに、やさしい日本語を使って在留外国人にもしっかりと情報が届くようになることを目指して作られた。特に、書き言葉に焦点を当てている。



### 【静岡県】やさしい日本語 文書作成のポイント

やさしい日本語の作り方の基本や、役立つツールを紹介。これらをまとめた「やさしい日本語の手引き」もダウンロードできる。



### 【静岡県富士市】地域活動のためのやさしい日本語のしおり

地域で暮らす外国人とのコミュニケーションに役立ててもらうために作られた。やさしい日本語の基本ルールの他に、生活のルールや町内活動の伝え方のコツを掲載。



### 【愛知県】「やさしい日本語」の手引き

やさしい日本語を広く普及するため、初心者でも手軽に学べるように作られた。やさしい日本語を作るときのポイントの他に、方言を交えた練習問題や用語集を収録。



### 【大阪府】「やさしい日本語」を使いましょう！～外国人とのコミュニケーション術～

やさしい日本語の書き換え練習では、災害／健康・医療／生活・仕事／年金・税金／子育て・教育と、幅広いカテゴリーに分けて掲載。回答例は分かち書きを採用している。



### 【群馬県】外国人に伝わりやすい「やさしい日本語」講座(基礎編)

群馬県のやさしい日本語講座で実際に使われた教材を公開したもの。やさしい日本語が求められた背景や作り方の基本、練習問題を掲載。



### 【栃木県宇都宮市】外国人市民への情報提供ガイドライン

外国人向けの情報提供について、4つの章で構成されたガイドライン。実用的なやさしい日本語の使い方のほか、多言語翻訳との比較やコラムなど豊富な情報を掲載。



### 【文化庁】日本語学習サイト つながるひろがる にほんごでのくらし

全49シーン、全135場面の学習を通じて、外国人が生活に必要な日本語を学べる。掲載されている日本語はシンプルでわかりやすい表現になっている。



三重県で働く国際交流員に聞いてみました！

## 外国人とのコミュニケーションで大切なこと



オーストラリア出身 Kさん

日本では、「おいで」と手のひらを下に向けて手招きをするジェスチャーがありますが、海外だと「あっちへ行け」という意味になります。日本でよく使われるジェスチャーの中には、外国人に通じないものや誤解を招くものがあるので気をつけてください。

ブラジル出身 Mさん

日本人に話しかけると、相手がとても焦っていることがあります。外国人と話すのって緊張するのでしょうか…？それを見ると、こちらまで緊張してしまい、迷惑をかけているような気持ちになって日本語が出てこなくなります。だから、落ち着いてゆっくり話してくれると助かります。

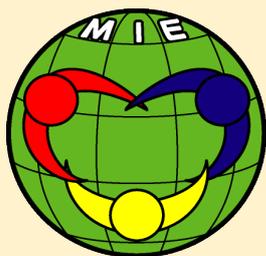


中国出身 Sさん

無意識だと思いますが、日本人の話すスピードは速いです。店員さんがマニュアル通りに話す言葉は早口で、聞き取れないこともあります。丁寧に対応してくれるのは嬉しいけど、敬語が多いとわかりにくいです。ゆっくり話すことを意識して、シンプルな表現を使ってください。



理解と協力



ハートでつくる多文化共生

やさしい日本語 ガイドライン

令和7年1月

発行：三重県 環境生活部 ダイバーシティ社会推進課  
〒514-0009 三重県津市羽所町 700 アスト津 3階  
TEL:059-222-5974 FAX:059-222-5984  
E-mail:tabunka@pref.mie.lg.jp