

だい 第 9 か 課

じ じ ひる やす  
12時から1時まで昼休みです



まいにち なんじ お なんじ ね  
毎日、何時に起きますか？ 何時に寝ますか？

तपाईं हरेक दिन कति बजे उठ्नुहुन्छ? तपाईं कति बजे सुत्नुहुन्छ?



1. なんじ お  
何時に起きますか？

Can-do+  
35

お じかん ね じかん しつもん しつもん こた  
起きる時間や寝る時間を質問したり、質問に答えたりすることができる。  
तपाईंले बिहान उठ्ने समय र राति सुत्ने समयबारे प्रश्नहरू सोध्न र उत्तर दिन सक्नुहुन्छ।

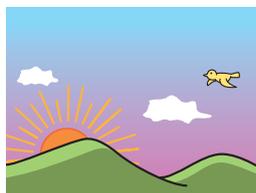
1 ことばの準備

शब्दहरूको तयारी गर्नुहोस्।

じかん  
【時間】 समय

いま なんじ  
今、何時ですか？  
अहिले कति बजेको छ?

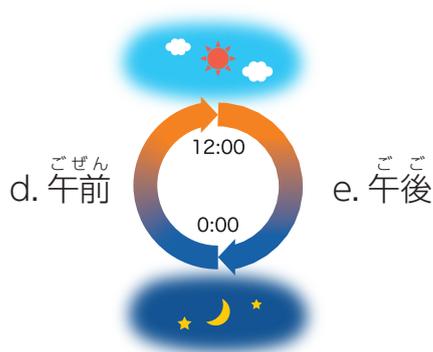
a. 朝



b. 昼



c. 夜

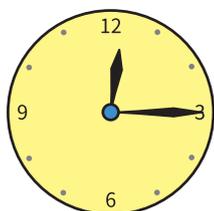


f. ~時

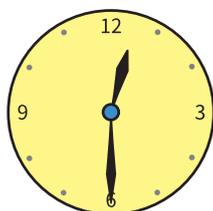
1:00	いちじ	7:00	しちじ
2:00	にじ	8:00	はちじ
3:00	さんじ	9:00	<じ
4:00	よじ	10:00	じゅうじ
5:00	ごじ	11:00	じゅういちじ
6:00	ろくじ	12:00	じゅうにじ
		?	なんじ

g. ~分

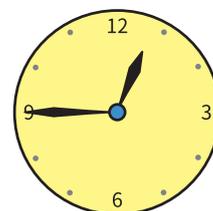
15分



30分 / 半



45分



第9課 12時から1時まで昼休みです

(1) 絵を見ながら聞きましょう。🔊 09-01  
चित्रहरू हेर्दै सुन्नुहोस्!

(2) 聞いて言いましょう。🔊 09-01  
सुन्नुहोस् र शब्दहरू दोहोर्‍याएर भन्नुहोस्।

(3) 聞いて、時間をメモしましょう。🔊 09-02  
समयहरू सुन्नुहोस् र नोट टिप्नुहोस्।

2 会話を聞きましょう。  
संवादहरू सुन्नुहोस्।

▶ やまかわ 山川さん、パウロさん、むらかみ 村上さんは同じ職場で  
はたら 働いています。むらかみ 村上さんが、あさ 朝、職場に来たら、  
やまかわ 山川さんとパウロさんが会社でゆっくりコーヒーを  
の 飲んでいました。  
यामाकावा-सान, पाउलो-सान र मुराकामी-सान एकै कार्यस्थलमा काम  
गर्छन्। बिहान मुराकामी-सान कार्यस्थलमा आउनुहुन्छ र यामाकावा-सान  
र पाउलो-सानले कफी पिइरहेको देख्नुहुन्छ।



(1) 3人は、何時に起きますか。何時に寝ますか。メモしましょう。  
तिनीहरू तीन जना बिहान कति बजे उठ्छन्? तिनीहरू कति बजे सुत्छन्? नोट गर्नुहोस्।

	お 起きます (起きる)	ね 寝ます (寝る)
① パウロさん 🔊 09-03		
② やまかわ 山川さん 🔊 09-04		
③ むらかみ 村上さん 🔊 09-05		

(2) ことばを確認して、もういちど聞きましょう。🔊 09-03 ~ 🔊 09-05  
शब्दहरू निश्चय गर्नुहोस् र फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।

まいにち 毎日 हरेक दिन | ええ हो; हजुर | まいあさ 毎朝 हरेक बिहान | ジョギング जगिङ  
 します (する) गर्छु | だいたい लगभग | ゲーム खेल; गेम  
 はや 早いですがね कति चाँडो। | おそ 遅いですがね कति ढिलो।



かたち ちゅうもく  
形に注目

(1) 音声<sup>おんせい</sup>を聞いて、<sup>き</sup>\_\_\_\_\_にことば<sup>か</sup>を書きましょう。🔊 09-06  
रेकर्डिङ सुनी खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

あさ<sup>あさ</sup>、なんじ<sup>なんじ</sup> \_\_\_\_\_ お<sup>お</sup>起きますか?

5時<sup>じ</sup> \_\_\_\_\_ お<sup>お</sup>起きます。

わたし<sup>わたし</sup>、だいたい<sup>だいたい</sup>、7時<sup>しちじ</sup> \_\_\_\_\_ お<sup>お</sup>起きます。

よる<sup>よる</sup>は、なんじ<sup>なんじ</sup> \_\_\_\_\_ ね<sup>ね</sup>ますか?

10時半<sup>じはん</sup> \_\_\_\_\_ ね<sup>ね</sup>ます。

11時<sup>じ</sup> \_\_\_\_\_ ね<sup>ね</sup>ます。

❗ お<sup>お</sup>起きる時間<sup>じかん</sup>や寝<sup>ね</sup>る時間<sup>じかん</sup>を言うとき、どう言<sup>い</sup>っていましたか。「に」と「ごろ」は、どう違<sup>ちが</sup>うと思<sup>おも</sup>いますか。

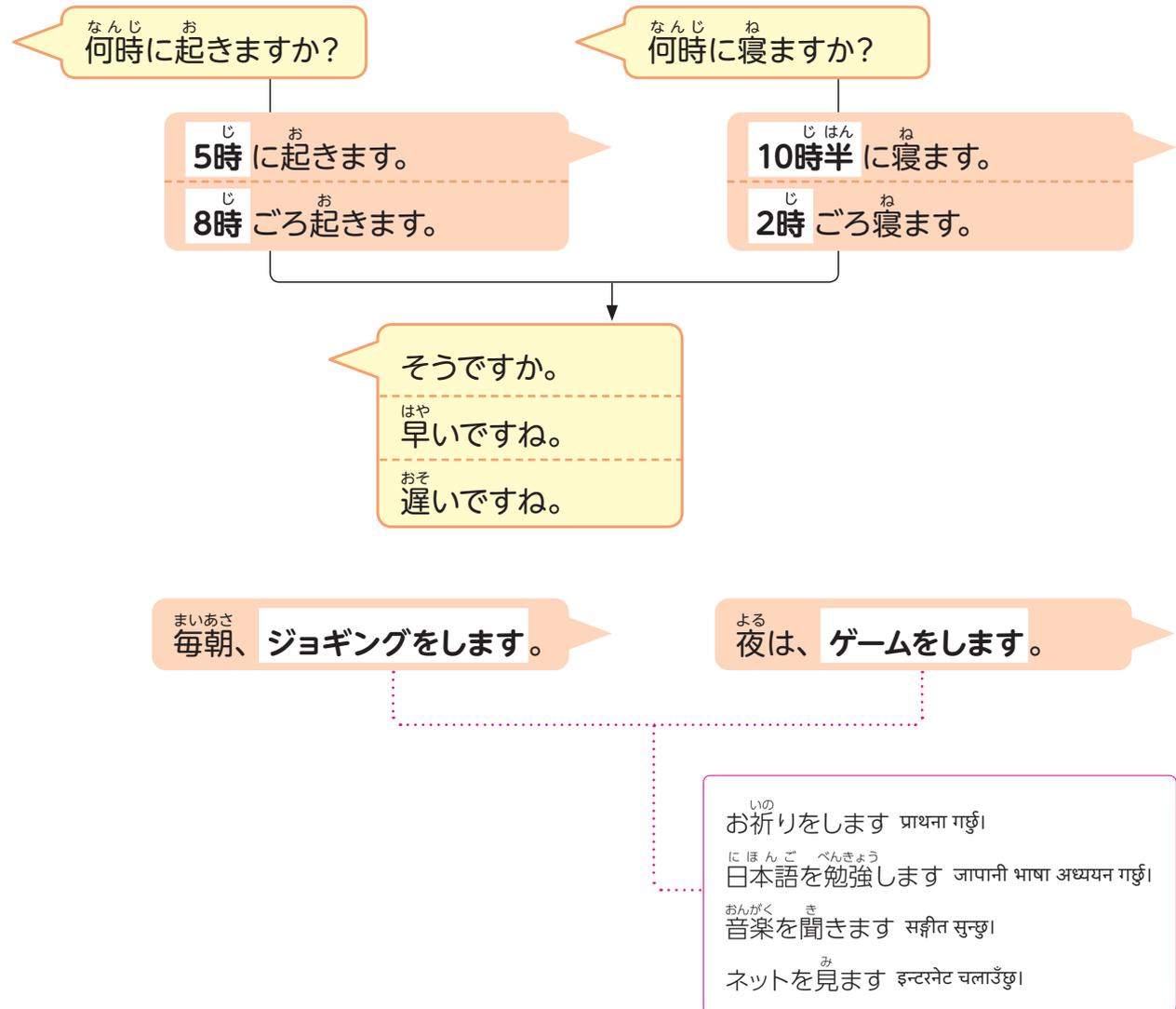
→ 文法ノート ①

वक्ताहरूले आफू उठ्ने र सुत्ने समय भन्दा कुन अभिव्यक्ति प्रयोग गरेका थिए? तपाईंलाई 'に' र 'ごろ' को भिन्नता के हो जस्तो लाग्छ?

(2) 形<sup>かたち</sup>に注目<sup>ちゅうもく</sup>して、会話<sup>かいわ</sup>をもういちど聞<sup>き</sup>きましょう。🔊 09-03 ~ 🔊 09-05  
प्रयोग भएका अभिव्यक्तिमा केन्द्रित रही फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।

### 3 お起きる時間、寝る時間を言いましょう。

आफू उठ्ने र सुत्ने समयबारे कुरा गर्नुहोस्!



(1) 会話を聞きましょう。 (1) 会話を聞きましょう。 (09-07) (09-08)

संवादहरू सुनुहोस्!

(2) シャドーイングしましょう。 (2) シャドーイングしましょう。 (09-07) (09-08)

संवादहरू स्याडोइङ गर्नुहोस्!

(3) 起きる時間、寝る時間をお互いに聞きましょう。朝や夜、とくにする人がある人は、何をするか、

つけ加えましょう。言いたいことが日本語でわからないときは、調べましょう。

सुत्ने समय र उठ्ने समयबारे एकअर्कालाई प्रश्न सोध्नुहोस्। तपाईंले बिहान र राति गर्ने विशेष कुरा भएमा भन्नुहोस्। यदि तपाईंलाई जापानी भाषामा कसरी भन्ने थाहा छैन भने खोज्ने प्रयास गर्नुहोस्।



## 2. 1日のスケジュールを説明します

Can-do 36

職場で、1日のスケジュールについての簡単な説明を聞いて、理解することができる。  
 तपाईंले कार्यस्थलमा दैनिक तालिकाको सामान्य व्याख्या सुन्न र बुझ्न सक्नुहुन्छ।

### 1 会話を聞きましょう。

संवादहरू सुनुहोस्।

▶ 新たな職場で、担当の人から1日のスケジュールの説明を聞いています。

तपाईंले तपाईंको नयाँ कार्यस्थलको जिम्मेवार व्यक्तिले दिइरहेको दैनिक तालिका सम्बन्धी जानकारी सुनिरहनुभएको छ।



(1) イラストを見ながら説明を聞いて、ア-オの( )に時間を数字で書きましょう。🔊 09-09

चित्रहरू हेर्दै उक्त जानकारी सुनुहोस् र अ-ओ को खाली ठाउँमा समय लाई अछेरमा लेख्नुहोस्।

( 9 : 00 )	ちょうれい (朝礼) 仕事		
ア.( : )	ひるやす 昼休み		
イ.( : )	仕事		
ウ.( : )	やす じかん 休み時間		
エ.( : )	仕事		
オ.( : )	ざんぎょう 残業		

(2) ことばを<sup>かくにん</sup>確認して、もういちど<sup>き</sup>聞きましょう。🔊 09-09

शब्दहरू निश्चय गर्नुहोस् र फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।

はじめに <sup>सुरुमा</sup> | <sup>तुकिदुकि</sup> कहिलेकाहीँ



<sup>かたち</sup> <sup>ちゅうもく</sup>  
形に注目

(1) 音声<sup>おんせい</sup>を聞いて、<sup>き</sup>\_\_\_\_\_にことば<sup>か</sup>を書きましょう。🔊 09-10

रेकर्डिङ सुनी खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

<sup>しごと</sup> <sup>まいあさ</sup> <sup>く</sup> <sup>じ</sup>  
仕事は、毎朝9時\_\_\_\_\_です。

12<sup>じ</sup>時\_\_\_\_\_1<sup>じ</sup>時\_\_\_\_\_、<sup>ひるやす</sup>昼休みです。

3<sup>じ</sup>時\_\_\_\_\_3<sup>じ</sup>時半<sup>はん</sup>\_\_\_\_\_、<sup>やす</sup> <sup>じかん</sup>休み時間です。

<sup>しごと</sup> <sup>じ</sup>  
仕事は、6時\_\_\_\_\_です。

❗ 「～から」「～まで」は、それぞれ、どんな<sup>い</sup> <sup>み</sup> <sup>おも</sup>意味だと思えますか。➡ <sup>ぶんぽう</sup>文法ノート②

तपाईंलाई ~から र ~まで को अर्थ के होला जस्तो लाग्छ?

(2) 形<sup>かたち</sup>に注目<sup>ちゅうもく</sup>して、説明<sup>せつめい</sup>をもういちど<sup>き</sup>聞きましょう。🔊 09-09

प्रयोग भएका अभिव्यक्तिमा केन्द्रित रही फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।



### 3. スケジュールボード

Can-do 37

職場のホワイトボードを見て、ほかの人のスケジュールがだいたいわかる。  
 तपाईंले कार्यस्थलमा हाइटबोर्ड हेरेर अरु मान्छेहरूको तालिका लगभग बुझ्न सक्नुहुन्छ।

#### 1 スケジュールが書かれたボードを見てみましょう。

तालिका लेखिएको बोर्डमा हेर्नुहोस्।

職場のホワイトボードを見て、ほかの人のスケジュールを確認しています。

तपाईं कार्यस्थलमा बोर्डमा हेरेर अरुको तालिकाहरू निश्चय गरिरहनुभएको छ।

(1) 今、11時半です。いる人はだれですか。いない人はだれですか。

अहिले 11:30 भएको छ। को छ ? को छैन ?



氏名		在	不在	
ふるかわ	古川	●		
ひろた	広田		●	遅刻 午後から
エリック			●	休み
いしやま	石山		●	外出 銀行 11:00-14:00
みつい	三井	●		早退 16:00
ジェシカ		●		

(2) 質問に答えましょう。

प्रश्नहरूको जवाफ दिनुहोस्।

1. 広田さんは、いつ来ますか。 Hirota-san कहिले आउनुहुन्छ?
2. エリックさんは、今日、来ますか。 Eric-san आज आउनुहुन्छ?
3. 石山さんは、何時に戻りますか。 Ishiyama-san कति बजे फर्कनुहुन्छ?
4. 三井さんは、今日、何時に帰りますか。 Mitsuji-san आज कति बजे घर जानुहुन्छ?

たいせつ 大切なことば

ざい 在 उपस्थिति | ぶざい 不在 अनुपस्थित | ちこく 遅刻 ढिलो | やす 休み छुट्टी | がいしゅつ 外出 कार्यालय बाहिर | そうたい 早退 चाँडै फर्कने



## 4. わたし にちようび 私は日曜日がいいです

Can-do 38

日程を決めるために、都合をたずね合うことができる。

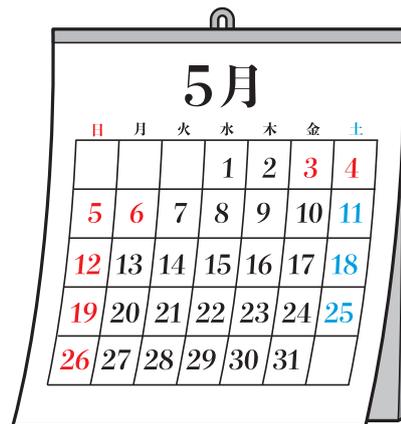
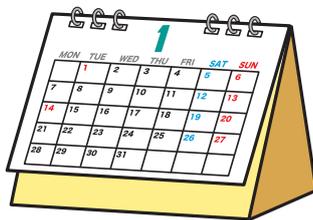
कार्य तालिका बारे निर्णय गर्ने बेला तपाईंले आ-आफ्नो अनुकूलताबारे प्रश्नहरू सोध्न र उत्तर दिन सक्हुन्छ।

### 1 ことばの準備

शब्दहरूको तयारी गर्नुहोस्।

ようび  
【曜日】 (हप्ताका) बारहरू】

なんようび  
何曜日ですか?  
कुन बार हो?



a.	b.	c.	d.	e.	f.	g.
月	火	水	木	金	土	日
げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	にちようび

(1) 表を見ながら聞きましょう。🔊 09-11

तालिकामा हेर्दै सुन्नुहोस्।

(2) 聞いて言いましょう。🔊 09-11

सुन्नुहोस् र शब्दहरू दोहो-याएर भन्नुहोस्।

(3) 聞いて、a-g から選びましょう。🔊 09-12

सुन्नुहोस् र a-g बाट छनोट गर्नुहोस्।

**2** かいわ<sup>き</sup> 会話を聞きましょう。

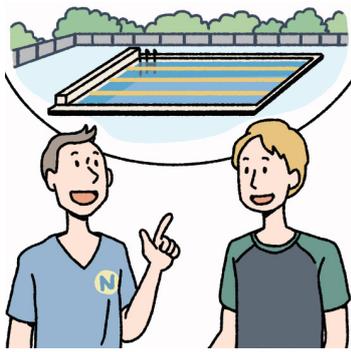
संवादहरू सुनुहोस्।

▶ とも<sup>らいしゅう</sup> 友だちと来週いっしょに出かける日を相談<sup>ひ</sup>しています。

मान्छेहरूले अर्को हप्ता कहिले घुम्न जाने भनेर साथीसँग कुरा गरिरहेका छन्।

(1) ① - ③は、いつ行くことになりましたか。( ) に曜日<sup>ようび</sup>を書きましょう。

①-③ मा तिनीहरू कहिले जाने भए? खाली ठाउँमा बार लेख्नुहोस्।

<p>① プール 🔊 09-13</p>  <p>( ) 曜日</p>	<p>② ご飯<sup>はん</sup> 🔊 09-14</p>  <p>( ) 曜日</p>	<p>③ 映画<sup>えいが</sup> 🔊 09-15</p>  <p>( ) 曜日</p>
---	---	--

(2) もういちど聞きましょう。

それぞれの人が都合<sup>ひと</sup>のいい日には○を、都合<sup>つごう</sup>の悪い日には×を書きましょう。

फेरि संवादहरू सुनुहोस्। प्रत्येक व्यक्तिको अनुकूल बारहरूमा ○ लेख्नुहोस् र प्रतिकूल बारहरूमा × लेख्नुहोस्।

	① 🔊 09-13		② 🔊 09-14		③ 🔊 09-15	
	アルチョム	リアム	ムナ	サイド	ニア	ヌン
げつ 月						
か 火						
すい 水						
もく 木						
きん 金						
ど 土						
にち 日						

(3) ことばを<sup>かくにん</sup>確認して、もういちど<sup>き</sup>聞きましょう。🔊 09-13 ~ 🔊 09-15  
शब्दहरू निश्चय गर्नुहोस् र फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।

іт कहिते | 行きます (行く) जान्छु | だめ (な) मिल्दैन | ~にしましょう ~ मा गरौं।



かたち ちゅうもく  
**形に注目**

(1) 音声<sup>おんせい</sup>を聞いて、<sup>き</sup>\_\_\_\_\_にことば<sup>か</sup>を書きましょう。🔊 09-16  
रेकर्डिङ सुनी खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

A: \_\_\_\_\_ が \_\_\_\_\_ ですか?

B: 私は、<sup>わたし</sup> <sup>どようび</sup>土曜日が \_\_\_\_\_ です。又んさんは?

A: すみません、<sup>どようび</sup>土曜日は \_\_\_\_\_ ……。

<sup>わたし</sup> <sup>にちようび</sup>私は、日曜日が \_\_\_\_\_ です。

B: 私は、<sup>わたし</sup> <sup>にちようび</sup>日曜日は \_\_\_\_\_ です。すみません。

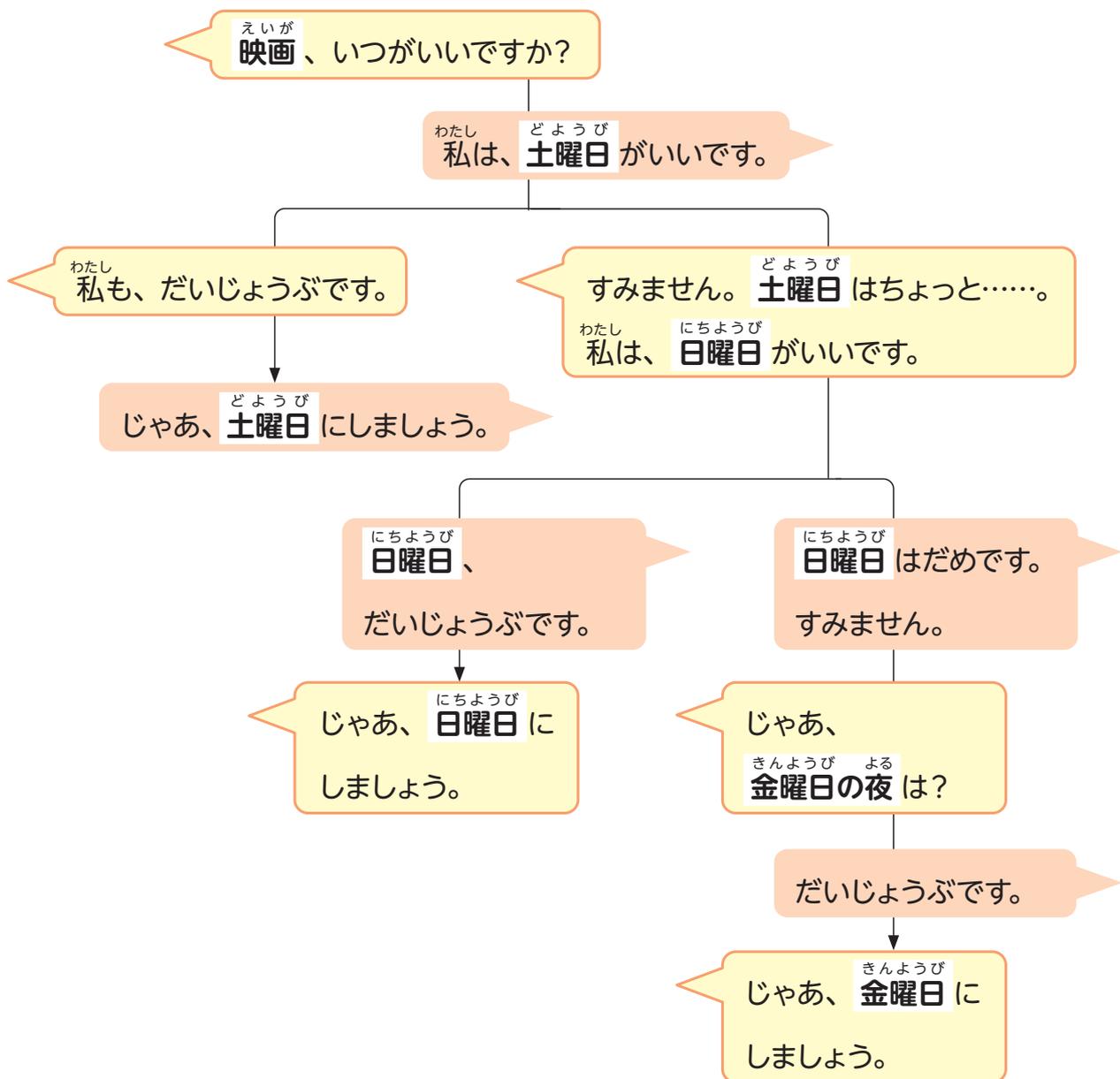
❗ <sup>つごう</sup> <sup>ひ</sup> <sup>しつもん</sup> <sup>こた</sup> <sup>い</sup> 都合のいい日を質問したり、答えたりするとき、どう言っていましたか。➡ **文法ノート ③**  
वत्ताहरूले अनुकूल बारहरू सोधेको बेला कुन अभिव्यक्ति प्रयोग गरे र कसरी उत्तर दिए?

❗ <sup>じぶん</sup> <sup>つごう</sup> <sup>わる</sup> <sup>つた</sup> <sup>い</sup> 自分の都合が悪いということを伝えるとき、どう言っていましたか。➡ **文法ノート ③**  
वत्ताहरूले प्रतिकूल बार भन्दा कुन अभिव्यक्ति प्रयोग गरे?

(2) 形<sup>かたち</sup>に注目して、<sup>ちゅうもく</sup> <sup>かいわ</sup> <sup>き</sup>会話をもういちど聞きましょう。🔊 09-13 ~ 🔊 09-15  
प्रयोग भएका अभिव्यक्तिमा केन्द्रित रही फेरि संवादहरू सुन्नुहोस्।

## 3 スケジュールを相談しましょう。

तपाईंको तालिकाबारे कुरा गर्नुहोस्।



(1) 会話を聞きましょう。🔊 09-17 🔊 09-18 🔊 09-19

संवादहरू सुनुहोस्।

(2) シャドーイングしましょう。🔊 09-17 🔊 09-18 🔊 09-19

संवादहरू स्याडोइङ गर्नुहोस्।

(3) 曜日を入れ替えて練習しましょう。

हप्ताको बार फेरेर अभ्यास गर्नुहोस्।

(4) 友だちと、いっしょに行く日を決めましょう。はじめに、何をするかを決めてから話しましょう。

तपाईं र तपाईंको साथी घुम्न जाने दिन तोकुहोस्। सुरुमा त्यो दिन गर्ने कुराहरू तोकुहोस् त्यसपछि कुरा गर्नुहोस्।

ちょうかい  
聴解スクリプト

## 1. 何時に起きますか？

①  09-03むらかみ  
村上：おはようございます。やまかわ  
パウロ・山川：おはようございます。むらかみ  
村上：パウロさんも、やまかわ山川さんも、まいにち毎日、  
はや早いですね。パウロさん、あさ朝、なんじ何時に起きますか？パウロ：じ5時に起きます。やまかわ  
山川：じ5時！ はや早いですね。パウロ：ええ。まいあさ毎朝、ジョギングをします。よる夜は、じはん10時半に寝ます。むらかみ  
村上：そうですか。②  09-04むらかみ やまかわ  
村上：山川さんは？やまかわ わたし  
山川：私は、しちじだいたい、7時ごろ起きます。むらかみ  
村上：そうですか。よる夜は、なんじ何時に寝ますか？やまかわ  
山川：じ11時ごろ寝ます。むらかみ  
村上：パウロさんも、やまかわ山川さんも、よる夜、はや早いですね。

③  09-05パウロ：<sup>むらかみ</sup>村上さんは、<sup>なんじ</sup>何時に寝ますか？<sup>むらかみ</sup>村上：<sup>じ</sup>2時ごろです。<sup>やまかわ</sup>山川：<sup>ごぜん</sup>午前2時？ <sup>おそ</sup>遅いですね。<sup>むらかみ</sup>村上：<sup>よる</sup>夜は、ゲームをします。<sup>やまかわ</sup>山川：<sup>へー</sup>へー。パウロ：<sup>あさ</sup>朝は、<sup>なんじ</sup>何時に起きますか？<sup>むらかみ</sup>村上：<sup>じ</sup>8時 <sup>ふん</sup>15分です。<sup>やまかわ</sup>パウロ・山川：<sup>おそーい</sup>おそーい。

## 2. <sup>にち</sup>1日のスケジュールを<sup>せつめい</sup>説明します

 09-09<sup>にち</sup>1日のスケジュールを<sup>せつめい</sup>説明します。<sup>しごと</sup>仕事は、<sup>まいあさ</sup>毎朝 <sup>く</sup>9時からです。はじめに、<sup>ちょうれい</sup>朝礼があります。<sup>ごぜん</sup>午前の仕事は、<sup>じ</sup>12時までです。<sup>じ</sup>12時から <sup>じ</sup>1時まで、<sup>ひるやす</sup>昼休みです。<sup>じ</sup>1時から、<sup>ごご</sup>午後の仕事です。<sup>じ</sup>3時から <sup>じはん</sup>3時半まで、<sup>やす</sup>休み時間です。<sup>しごと</sup>仕事は、<sup>じ</sup>6時までです。ときどき、<sup>ざんぎょう</sup>残業があります。

## 4. <sup>わたし</sup>私は<sup>にちようび</sup>日曜日がいいです

①  09-13リアム：<sup>アルチョム</sup>アルチョムさん、<sup>プール</sup>プール、いつ<sup>い</sup>行きますか？<sup>アルチョム</sup>アルチョム：<sup>うーん</sup>うーん、<sup>わたし</sup>私は、<sup>にちようび</sup>日曜日がいいです。

リアムさんは？

リアム：<sup>わたし</sup>私も、<sup>だいじょうぶ</sup>だいじょうぶです。<sup>アルチョム</sup>アルチョム：<sup>じゃあ</sup>じゃあ、<sup>にちようび</sup>日曜日にしましょう。

②  09-14サイド：ムナさん、ご飯<sup>はん</sup>、いつがいいですか？ムナ：私<sup>わたし</sup>は、火曜日<sup>かようび</sup>がいいです。サイドさんは？サイド：すみません。火曜日<sup>かようび</sup>はちょっと……。私<sup>わたし</sup>は、水曜日<sup>すいようび</sup>がいいです。ムナ：水曜日<sup>すいようび</sup>……だいじょうぶです。サイド：じゃあ、水曜日<sup>すいようび</sup>にしましょう。③  09-15ヌン：ニアさん、映画<sup>えいが</sup>、いつがいいですか？ニア：私<sup>わたし</sup>は、土曜日<sup>どようび</sup>がいいです。ヌンさんは？ヌン：すみません。土曜日<sup>どようび</sup>はちょっと……。私<sup>わたし</sup>は、日曜日<sup>にちようび</sup>がいいです。ニア：あー、私<sup>わたし</sup>は、日曜日<sup>にちようび</sup>はだめです。すみません。ヌン：じゃあ、金曜日<sup>きんようび</sup>の夜<sup>よる</sup>は？ニア：金曜日<sup>きんようび</sup>……だいじょうぶです。ヌン：じゃあ、金曜日<sup>きんようび</sup>にしましょう。

# 漢字のことば

## 1 読んで、意味を確認しましょう。

तलको खान्जी पढनुहोस् र अर्थ निश्चय गर्नुहोस्।

げつ 月	月	月	月	きん 金	金	金	金
か 火	火	火	火	ど 土	土	土	土
すい 水	水	水	水	にち 日	日	日	日
もく 木	木	木	木	ようび ～曜日	曜日	曜日	曜日

## 2 \_\_\_\_\_ の漢字に注意して読みましょう。

\_\_\_\_\_ को खान्जीलाई ध्यान दिएर पढनुहोस्।

- ① 仕事は、月曜日から金曜日までです。
- ② 土曜日と日曜日は、休みです。
- ③ A：いつがいいですか？  
B：水曜日がいいです。
- ④ 火曜日と木曜日は、だめです。

## 3 上の \_\_\_\_\_ のことばを、キーボードやスマートフォンで入力しましょう。

किबोर्डमा अथवा स्मार्टफोनमा माथिको \_\_\_\_\_ का शब्दहरू टाइप गर्नुहोस्।

ぶんぽう  
文法ノート

①

【 समय <sup>じかん</sup> 時間】に	V- ます
【 समय <sup>じかん</sup> 時間】ごろ	

<sup>じ</sup> <sup>お</sup>  
5時に起きます。

म बिहान 5 बजे उठ्छु।

<sup>じ</sup> <sup>ね</sup>  
11時ごろ寝ます。

म राति 11 बजे तिर सुत्छु।

- यी समयका अभिव्यक्तिहरू हुन्। यस पाठमा बिहान उठ्ने र राति सुत्ने समय भन्नको लागि यस्तो अभिव्यक्ति प्रयोग गरिएको छ।
- 5時<sup>に</sup> मा जसरी, समय जनाउनको लागि अव्यय <sup>に</sup> थपिन्छ। <sup>に</sup> (मा) ले निश्चित समय जनाउँछ। <sup>ごろ</sup> (तिर) ले अनुमानित समय जनाउँछ।

- 時間の言い方です。この課では、起きる時間、寝る時間を言うときに使っています。
- 時間は、「5時に」のように助詞「に」をつけて示します。「に」はその時間ちょうどであることを表します。「に」の代わりに「ごろ」をつけると、前後を含んだ幅のある時間を表します。

【例】 ▶ A : <sup>あさ</sup> <sup>なんじ</sup> <sup>お</sup>  
朝、何時に起きますか？

उदाहरण

तपाईं बिहान कति बजे उठ्नुहुन्छ?

B : <sup>しちじ</sup> <sup>ふん</sup> <sup>お</sup>  
7時15分に起きます。

म 7:15 मा उठ्छु।

A : <sup>よる</sup> <sup>なんじ</sup> <sup>ね</sup>  
夜は、何時に寝ますか？

तपाईं राति कति बजे सुत्नुहुन्छ?

B : <sup>じ</sup>  
だいたい、12時ごろです。

मध्यरात तिर।

②

【 समय <sup>じかん</sup> 時間】から	【 समय <sup>じかん</sup> 時間】まで
----------------------------	----------------------------

<sup>じ</sup> <sup>じ</sup> <sup>ひるやす</sup>  
12時から1時まで、昼休みです。

दिउँसोको खाना खाने समय मध्यान्हको 12 बजेदेखि 1 बजेसम्म हो।

- यो अभिव्यक्ति सुरु हुने समय र समाप्त हुने समय भन्नको लागि प्रयोग गरिन्छ। यस पाठमा एक दिनको कार्यतालिकाको जानकारी दिनको लागि यस्तो अभिव्यक्ति प्रयोग गरिएको छ।
- अव्यय <sup>から</sup> (देखि) ले सुरु हुने समयलाई जनाउँछ। अव्यय <sup>まで</sup> (सम्म) ले समाप्त हुने समयलाई जनाउँछ।

- 始まる時間と終わる時間の言い方です。この課では、1日の仕事のスケジュールを説明するときに使っています。
- 助詞「から」は、開始を示します。助詞「まで」は、終わりを示します。

- 【例】 ▶ A : 仕事は、何時からですか？  
 例示  
 例示  
 B : 朝9時からです。  
 例示  
 A : 何時までですか？  
 例示  
 B : 午後6時までです。  
 例示

## 3

【「**日時**」が便利です】

わたし 土曜日  
**私は、土曜日**が便利です。  
 मलाई शनिबार अनुकूल हुन्छ।

- यो अभिव्यक्ति संबन्धित ब्यक्ति को बारेमा प्रश्न सोध्न अथवा उत्तर दिनको लागि प्रयोग गरिन्छ।
- 便利です (हुन्छ) ले त्यो अनुकूल भएको कुरा जनाउँछ। 土曜日が अथवा 6時が मा जसरी, बार, मिति र / अथवा समयमा अव्यय が राखेर भन्नु पर्ने हुन्छ। अनुकूल मिति अथवा समय सोध्नको लागि いつ (कहिले) र 何時 (कति बजे) प्रयोग गरिन्छ ।
- कुनै कुरा आफूलाई अनुकूल नहुने अवस्थामा, ~はだめです (मिल्दैन / हुँदैन) अथवा 「~はちょっと…」 (अलि मिल्दैन / हुँदैन) भनी उत्तर दिनुहोस्।
- 相手に都合をたずねたり答えたりするときの言い方です。
- 「便利です」は、都合がいいことを表します。「土曜日が」「6時が」のように、曜日や日時に助詞「が」をつけて言います。都合がいい日時を質問するときは、「いつ」や「何時」を使います。
- 都合が悪いことを言うときは、「~はだめです」、「~はちょっと…」のように答えます。

- 【例】 ▶ A : ご飯、いつが便利です？  
 例示  
 例示  
 B : 土曜日が便利です。  
 例示  
 A : 何時が便利です？ 6時は？  
 例示  
 B : すみません。6時はちょっと…。  
 例示  
 A : じゃあ、7時は？  
 例示  
 B : だいじょうぶです。  
 例示

日本の生活  
TIPS

ちょうれい

## ● 朝礼 比飯ानको सम्मेलन



धेरै जापानी कम्पनीहरूमा काम सुरु गर्ने बेला कर्मचारीहरू जम्मा हुन्छन्। तिनीहरूले एकअर्कालाई अभिवादन गर्छन् र कामको जानकारी आदानप्रदान गर्छन्। यसलाई च्योउरेइ (बिहानको सम्मेलन) भनिन्छ। च्योउरेइको मुख्य उद्देश्य भनेको त्यो दिनको कामको फलो र विशेष ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू जस्ता मेसेजहरू सबैलाई जानकारी गराउनु हो। कर्मचारीहरू एक ठाउँमा जम्मा भई एकअर्कालाई अभिवादन गरेमा, त्यसले अब काम सुरु हुँदैछ र यो काम गर्ने मोडमा स्विच गर्ने समय हो भन्ने कुरा जनाउँछ।

केही कम्पनीहरूले आफ्नो च्योउरेइ रुटिङमा राजिओ ताइसोउ (रेडिओ एक्सर्साइज) पनि समावेश गर्छन्। राजिओ ताइसोउ NHK ले प्रसारण गर्ने व्यायाम कार्यक्रम हो। धेरै जापानी मान्छेहरू यो व्यायामसँग परिचित हुन्छन्। जापानी मान्छेहरूले सानैदेखि विद्यालय र अन्य ठाउँहरूमा यो व्यायाम गर्दै आएका हुन्छन्। च्योउरेइमा व्यायाम गर्नाले, पछि गरिने शारीरिक कामको लागि शरीरलाई तयार पारिराख्न मद्दत पुग्छ।

日本の多くの企業では、朝、仕事が始まる時、従業員が集まって、あいさつをしたり、連絡を行ったりします。これを「朝礼」といいます。朝礼の主な目的は、その日の仕事の流れや特別な注意事項など、連絡事項を伝えることですが、従業員が集まって顔を合わせてあいさつをして、これから仕事を始めるというモードに切り替えるという意味もあります。

企業の中には、朝礼に「ラジオ体操」を取り入れていることもあります。ラジオ体操は、NHKの体操番組で使われている体操で、多くの日本人にとって、子どものころから学校などで行っている身近な存在です。朝礼のときに体操をすることは、そのあとの労働のために体を慣れさせておくなどの意図があるようです。

こうえい

## ● 公営プール सार्वजनिक स्विमिङ पुलहरू

जापानमा लगभग जुलाई र अगस्त तिरको बेलामा बाहिरको पुल (आउटडोर पुल) प्रयोग गरिन्छ। यो अवधिमा स्थानीय सरकारद्वारा सञ्चालित सार्वजनिक स्विमिङ पुलहरू खुला गरिन्छन्। सार्वजनिक स्विमिङ पुलहरू सामान्यतया केही सय येन सेवा शुल्क तिरेर प्रयोग गर्न सकिन्छ। केही सहर अथवा वार्डहरूमा त्यस ठाउँमा बसोबास अथवा काम गर्ने मान्छेहरूले मात्र सार्वजनिक स्विमिङ पुल प्रयोग गर्न सक्छन्। तर सबैको लागि खुला गरिने सार्वजनिक स्विमिङ पुलहरू पनि हुन्छन्। प्रत्येक पुल खुला गरिने समय तोकिएको हुन्छ। त्यसैले यदि तपाईं पौडी खेलन जान चाहनुहुन्छ भने जानु भन्दा अगाडि इन्टरनेटमा जानकारी हेर्नुहोस्।

प्रत्येक पुलमा फरक नियमहरू हुने हुनाले ध्यान दिनुहोस्। उदाहरणको लागि, केही पुलहरूमा अनिवार्य रूपमा सुइमिङ क्याप लगाउनुपर्ने हुन्छ। केही पुलहरूमा सनस्क्रिन क्रीम अथवा सनओइलको प्रयोग पनि निषेध गरिएको हुन्छ।

日本では、屋外プールのシーズンは、7月～8月です。この時期には、市や区などの公営プールがオープンします。公営プールは、数百円という安い利用料で利用できます。自治体によって、その市や区の在住・在勤者しか利用できないところもありますが、広く開放してだれでも利用できるところもあります。ただし、プールごとに使える時間が決まっていますので、利用したいと思ったら、あらかじめネットで調べてから行きましょう。

施設によって、「必ずスイミングキャップをかぶらなければならない」「日焼け止めやサンオイルは禁止」など、ルールが異なりますので、注意が必要です。





4. लबीमा पखनुहोस्। भित्र पसे समय भएपछि तपाईंले अनाउन्स सुन्नुहुनेछ। त्यसपछि तपाईं भित्र पस्न सक्नुहुन्छ।

ロビーで待ちます。入場の時間になったら、アナウンスがあるので、入場します。

5. तोकिएको कोठा (स्क्रीन) मा जानुहोस् र तोकिएको सिटमा बस्नुहोस्।

指定された部屋（スクリーン）に行き、指定された席に座ります。

6. चलचित्र हेर्नुहोस्। चलचित्र सुरु हुनु भन्दा अगाडि प्रायः जस्तो लगभग 15 मिनेट जति विज्ञापन र ट्रेलरहरू देखाइन्छन्।

映画を見ます。映画の前に、15分ぐらい、広告や予告編があるのが普通です。

7. चलचित्र सिद्धिएपछि सिनेमाघरबाट निस्कनुहोस्। जापानमा प्रायः मान्छेहरू कथा सिद्धिएपछि पनि सिटमा बसिरहन्छन्। तिनीहरू चलचित्र-मा संलग्न मान्छेहरूको नाम देखाउन सिद्धिएर बत्ती बलेपछि त्यहाँबाट निस्कन्छन्।

映画が終わったら、映画館を出ます。日本では、映画本編が終わっても、エンドロールがすべて終わって場内が明るくなるまで席を立たないのが一般的です。

अग्रिम रूपमा अनलाइनबाट टिकट रिजर्भ गर्दा सजिलो हुन्छ तर यसरी टिकट रिजर्भ गर्नको लागि क्रेडिट कार्ड चाहिन्छ।

なお、チケットをあらかじめネットで予約してから行ったほうがスムーズですが、予約にはクレジットカードが必要です。