►トピック　レストランで

# 第4課　しょうゆをつけないで食べてください

ほかの国の人に紹介したい料理がありますか？
Is there a dish from your country you would like to introduce to others?

## 1. どこかいい店、ありませんか？

can-do 14　おすすめの飲食店についての紹介を聞いて、店の特徴を理解することができる。
Can listen to information about a recommended restaurant and understand its features.

### 1　会話を聞きましょう。
Listen to the dialogs.

► おすすめの店について、4人の人が質問しています。
The four people are each asking about recommended restaurants.

（1）店の名前は何ですか。a-dから選びましょう。
また、おすすめの理由は何ですか。ア-キから選びましょう。
What is the name of each restaurant? Choose from a-d. What is the reason it was recommended? Choose from ア-キ.

a.「みさきカフェ」　b.「平兵衛」　c.「千歩」　d.「花」

ア. いろいろなメニューがある　イ. きれい　ウ. 本物
エ. デザートがおいしい　オ. 量が多い　カ. 安い
キ. とりの天ぷらがおいしい

| | ①ラーメン 04-01 | ②彼女と食事に行く店 04-02 | ③ベトナム料理 04-03 | ④土地の料理 04-04 |
|---|---|---|---|---|
| 店の名前 | | | | |
| おすすめの理由 | , | , | | , |


©The Japan Foundation

## （2）もういちど聞きましょう。場所はどこにありますか。メモしましょう。
## 場所を言っていないときは、「—」を書きましょう。

Listen to the dialogs again. Where is the restaurant located? Take notes. Write "–" if the place is not mentioned.

| | ①ラーメン 04-01 | ②彼女と食事に行く店 04-02 | ③ベトナム料理 04-03 | ④土地の料理 04-04 |
|---|---|---|---|---|
| 場所 | | | | |

## （3）ことばを確認して、もういちど聞きましょう。 04-01 ～ 04-04

Check the words and listen to the dialogs again.

おれ I (一般的に男性に使う Usually used by a male person.) | 看板 sign | この辺 around here | 新しく newly
できる open | 地図 map | 送る send | このあたり near here | 夫婦 married couple
知りませんでした I did not know.


©The Japan Foundation



## 形に注目

（1）音声を聞いて、＿＿＿＿にことばを書きましょう。 04-05
Listen to the recording and fill in the blanks.

A：おいしいラーメンが食べたいんですけど、どこがいいですか？

B：ラーメン＿＿＿＿＿、あそこ（「千歩」）がいちばんおいしいよ。

A：この辺で、どこかいい店、ありませんか？

B：それ＿＿＿＿＿、最近、新しくできた「みさきカフェ」はどう？

A：この土地の料理が食べたいんですが、この近くに、おすすめの店がありますか？

B：この近く＿＿＿＿＿、「平兵衛」がおすすめです。

「なら」の前には、どんなことばが来ますか。 ➡ 文法ノート ❶
What words should come before なら?

（2）形に注目して、①②④の会話をもういちど聞きましょう。 04-01 04-02 04-04
Focus on the expressions used and listen to the dialogs ①, ②, and ④ again.


©The Japan Foundation

# 2. よく混ぜて食べてください

Can-do 15 料理の食べ方の説明を聞いて、理解することができる。
Can listen to and understand the instructions on how to eat a dish.

## 1 ことばの準備

Preparation for the words

【食べ方】

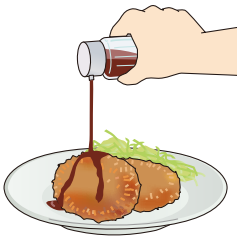
a. つける



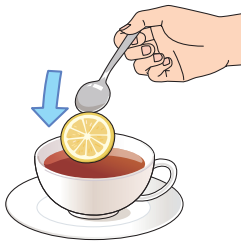

b. 混ぜる



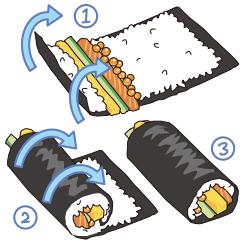
c. かける



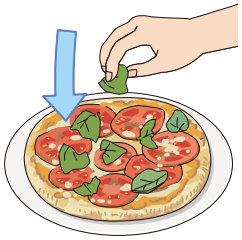
d. 入れる



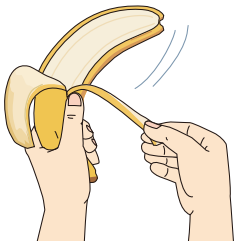
e. 巻く




f. のせる



g. むく



(1) 絵を見ながら聞きましょう。 04-06
Listen while looking at the illustrations.

(2) 聞いて言いましょう。 04-06
Listen and repeat the words.

(3) 聞いて、a-g から選びましょう。 04-07
Listen and choose from a-g.


©The Japan Foundation

## 2 会話を聞きましょう。

Listen to the dialogs.

► 食べ方や飲み方について、説明を聞いています。

The person is listening to the instructions on how to eat and drink.

### (1) どんな食べ方、飲み方をしますか。会話の内容と合っているほうに、○をつけましょう。

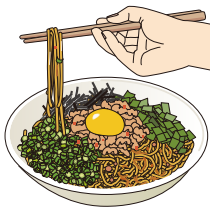
How do people eat or drink each food or drink? Circle a. or b.

#### ①混ぜそば 04-08

a.

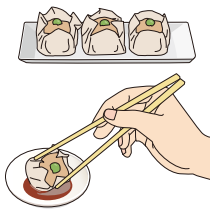


b.



#### ②シュウマイ 04-09

a.



b.



#### ③天ぷら 04-10

a.

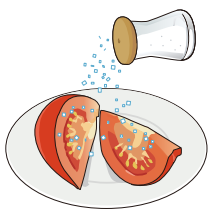


b.

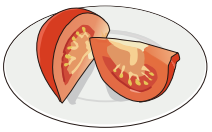


#### ④トマト 04-11

a.

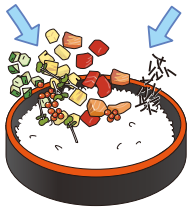


b.

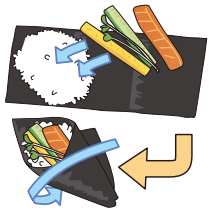


#### ⑤手巻きずし 04-12

a.



b.

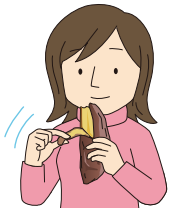


#### ⑥焼きいも 04-13

a.



b.



#### ⑦コーヒー 04-14

a.



b.



### (2) ことばを確認して、もういちど聞きましょう。 04-08 ～ 04-14

Check the words and listen to the dialogs again.

味がついている seasoned | しょうゆ soy sauce | つゆ dipping sauce | そのまま as is | のり seaweed

皮 skin

お待たせしました Thank you for waiting.



©The Japan Foundation

## 形に注目

（1）音声を聞いて、＿＿＿＿にことばを書きましょう。 04-15
Listen to the recording and fill in the blanks.

（混ぜそばは）よく＿＿＿＿＿＿食べてください。

こちらの野菜の天ぷらは、つゆに＿＿＿＿＿＿食べてください。

手巻きずしは、のりの上にご飯と刺身を＿＿＿＿＿＿、＿＿＿＿＿＿食べます。

エビはつゆに＿＿＿＿＿＿、塩を＿＿＿＿＿＿食べてください。

このトマト、何も＿＿＿＿＿＿、そのまま食べて。

A：焼きいもは、皮を＿＿＿＿＿＿食べますか？

B：私は、＿＿＿＿＿＿食べます。

食べ方の説明をするとき、どんな形を使っていましたか。 ➡ 文法ノート❷
What expression was used to explain how to eat?

（2）形に注目して、会話をもういちど聞きましょう。 04-08 ～ 04-14
Focus on the expressions used and listen to the dialogs again.


©The Japan Foundation

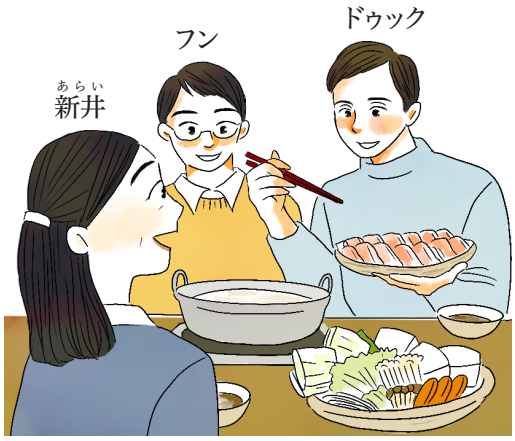
# 3. どうやって食べるんですか？

Can-do 16
料理の食べ方について、質問したり、質問に答えたりすることができる。
Can ask or answer questions about how to eat a dish.

## 1 会話を聞きましょう。

Listen to the dialog.

► 新井さん、フンさん、ドゥックさんは会社の同僚です。
フンさんとドゥックさんは、今日はじめて、しゃぶしゃぶを食べることになりました。
新井さんが食べ方を説明しています。
Arai-san, Hung-san, and Duc-san are co-workers. Hung-san and Duc-san are going to eat *shabu-shabu* for the first time today. Arai-san is explaining how to eat it.




(1) はじめに、スクリプトを見ないで会話を聞きましょう。 04-16

①-③について、説明に合っているほうに、○をつけましょう。
First, listen to the dialog without looking at the script. For ①-③, circle a or b.

①肉を入れる

a.

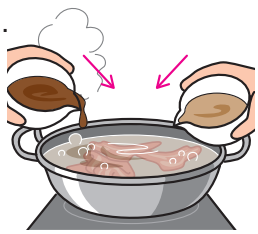


b.



②肉を食べる

a.

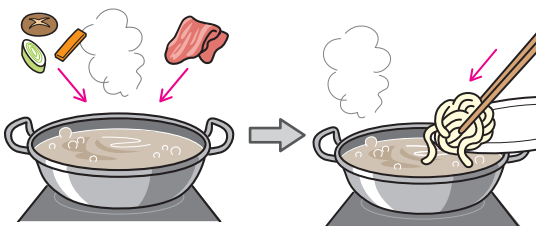


b.

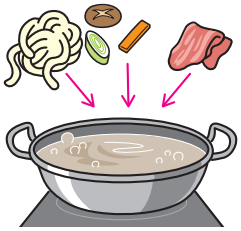


③うどんを入れる

a.



b.




©The Japan Foundation

## （2）スクリプトを見ながら会話を聞きましょう。 04-16

Listen to the dialog again. This time, follow along with the script.

ドゥック： お肉、もう入れてもいいですか？

新井： どうぞ。あ！　一度に、そんなにたくさんお肉を入れちゃだめですよ。

ドゥック： え、そうなんですか？

どうやって食べるんですか？

新井： しゃぶしゃぶは、お肉を1枚ずつ取って、お湯の中で、こうやって

2、3回しゃぶしゃぶってするんですよ。

ドゥック： へー、こうですか？

新井： そうそう。

ドゥック・フン： いただきます！

新井： あ、スープには味がありませんから、たれをつけて食べてください。

フン： たれは、どれがいいですか？

新井： ポン酢とごまだれがあります。

私はポン酢が好きですけど、両方試してみてください。

……

ドゥック： 野菜は、もう食べられますか？

新井： ええ、どうぞ。あ、でも、白菜はまだですね。

もう少し待ってくださいね。

ドゥック・フン： はい。

フン： うどんを入れてもいいですか？

新井： うどんは、まだ入れちゃだめ。

お肉と野菜を食べてから、入れましょう。

フン： そうなんですか。

一度に at once ｜ そんなに so much ｜ こうやって like this ｜ ポン酢 ponzu vinegar

ごまだれ sesame sauce ｜ 白菜 Chinese cabbage


©The Japan Foundation



## 形に注目

（1）音声を聞いて、＿＿＿＿にことばを書きましょう。 04-17
Listen to the recording and fill in the blanks.

一度に、そんなにたくさんお肉を入れ＿＿＿＿＿＿＿＿ですよ。

うどんは、まだ入れ＿＿＿＿＿＿＿＿。

（うどんは）お肉と野菜を＿＿＿＿＿＿＿＿、入れましょう。

してはいけないことを言うとき、どんな形を使っていましたか。 ➡ 文法ノート ❸
What expression was used to say something that should not be done?

動作の順番を言うとき、どんな形を使っていましたか。 ➡ 文法ノート ❹
What expression was used to say the order of actions?

（2）形に注目して、会話をもういちど聞きましょう。 04-16
Focus on the expressions used and listen to the dialog again.


©The Japan Foundation

## 2 料理の食べ方を質問しましょう。

Ask questions about how to eat a dish.

### ① 食べ方

どうやって食べるんですか？

↘

**たれをつけ**て食べてください。

そのまま食べてください。

### ② どれがいいか

**たれ**は、どれがいいですか？

↘

**ポン酢とごまだれ**があります。私は**ポン酢**が好きです。

### ③ してもいいか

**うどんを入れ**てもいいですか？

↘

**まだ、入れちゃ**だめです。

どうぞ。

**（1）会話を聞きましょう。** 04-18 04-19 ／ 04-20 ／ 04-21

Listen to the dialogs.

**（2）シャドーイングしましょう。** 04-18 04-19 ／ 04-20 ／ 04-21

Shadow the dialogs.

**（3）自分の国の料理や知っている料理について、食べ方を質問したり答えたりしましょう。言いたいことばが日本語でわからないときは、調べましょう。**

Ask and answer questions about how to eat a dish from your country or a dish you know. If you do not know what to say in Japanese, try to look it up.


©The Japan Foundation

# 4. 餃子に似ています

Can-do 17
自分の国の料理について、料理の特徴、材料、食べ方などを、簡単に紹介することができる。
Can give a simple explanation about a dish from your country, such as the characteristics, ingredients, and how to eat it.

## 1 ことばの準備

Preparation for the words

【調味料】

a. 砂糖




b. 塩




c. こしょう




d. スパイス



e. ソース




f. たれ



g. 油



(1) 絵を見ながら聞きましょう。 04-22
Listen while looking at the illustrations.

(2) 聞いて言いましょう。 04-22
Listen and repeat the words.

(3) 聞いて、a-g から選びましょう。 04-23
Listen and choose from a-g.

【調理方法】

a. 切る



b. 焼く



c. 煮る



d. ゆでる



e. 蒸す



f. いためる



g. 揚げる




©The Japan Foundation

（1）絵を見ながら聞きましょう。 04-24
Listen while looking at the illustrations.

（2）聞いて言いましょう。 04-24
Listen and repeat the words.

（3）聞いて、a-g から選びましょう。 04-25
Listen and choose from a-g.

## 2 会話を聞きましょう。
Listen to the dialog.

►国際交流パーティーで、自分の国の料理について、4人の人が説明しています。
The four people are each explaining a dish from their country at an international exchange party.



（1）どんな料理だと言っていますか。（　　）に入ることばを a-d から選びましょう。
What kind of dish is it? Choose from a-d to fill in the blanks.

a. お菓子　b. サラダ　c. 餃子　d. 家庭料理

| | ①フェイジョアーダ 04-26 | ②モモ 04-27 | ③ガドガド 04-28 | ④麻花 04-29 |
|---|---|---|---|---|
| |  |  |  |  |
| どんな料理？ | ブラジルの（　　） | ネパールの料理（　　）に似ている。 | インドネシアの（　　） | 中国の（　　） |


©The Japan Foundation

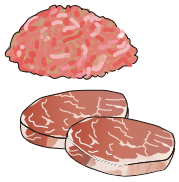
## （2）もういちど聞きましょう。どうやって作りますか。

Listen to the dialog again. How is the dish made?

### 1．材料をa-fから選びましょう。

Choose ingredients from a-f.

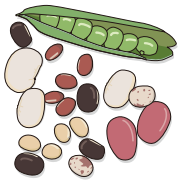
a. 肉



b. 野菜



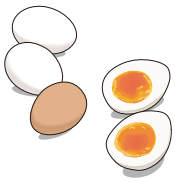
c. 豆



d. 小麦粉




e. 卵



f. 砂糖




### 2．調理方法をア-エから選びましょう。

Choose the cooking method from ア-エ.

ア. 揚げる　　イ. 煮る　　ウ. ゆでる　　エ. 蒸す

| | ①フェイジョアーダ 04-26 | ②モモ 04-27 | ③ガドガド 04-28 | ④麻花 04-29 |
|---|---|---|---|---|
| 1．材料 | , | , | , | , |
| 2．調理方法 | | | | |

## （3）もういちど聞きましょう。どうやって食べますか。（　　）にことばを書きましょう。

Listen to the dialog again. How does the person eat it? Fill in the blanks.

| | ①フェイジョアーダ 04-26 | ②モモ 04-27 | ③ガドガド 04-28 | ④麻花 04-29 |
|---|---|---|---|---|
| 食べ方 | ご飯と（　　）食べる。 | たれを（　　）食べる。 | ピーナッツソースを（　　）食べる。 | — |

## （4）ことばを確認して、もういちど聞きましょう。 04-26 ～ 04-29

Check the words and listen to the dialog again.

皮 wrapper ｜ ゆで卵 boiled egg ｜ ～など ～ etc. ｜ 甘辛い sweet and spicy ｜ 固い hard


©The Japan Foundation

## 3 自分の国の料理を紹介しましょう。

Introduce a dish from your country.

どんな料理

これは **ネパール** の **モモ** という **料理** です。

これは **モモ** です。**ネパール** の **料理** です。

**餃子** に似ています。

**家庭料理** です。

材料・作り方

**皮の中に、野菜と肉を入れて、蒸します**。

食べ方

**たれをつけ**て、食べます。

### (1) 会話を聞きましょう。 04-30

Listen to the dialog.

### (2) シャドーイングしましょう。 04-30

Shadow the dialog.

### (3) 2 の4つの料理について、紹介しましょう。

Introduce the four dishes from 2.

### (4) 自分の国や地域の料理を紹介しましょう。

写真やイラストなどがあれば、見せながら話しましょう。言いたいことばが日本語でわからないときは、調べましょう。

Introduce a dish from your country or region. If you have any pictures or illustrations, show them while explaining. If you do not know what to say in Japanese, try to look it up.


©The Japan Foundation

# 5. 飲食店の口コミ

Can-do 18
飲食店についてのネットの口コミを読んで、味や値段などの情報を読み取ることができる。
Can read online reviews about restaurants and find information, such as taste and price.

## 1 グルメサイトの口コミを読みましょう。

Read the following reviews on the restaurant review site.

► おいしい定食屋さんを探しています。
You are looking for a good restaurant specializing in Japanese-style set meals.

### (1) いちばん高い評価をつけているのは、どの人ですか。

Which person gave the highest rating?





©The Japan Foundation

## （2）5人は、どのポイントについて書いていますか。a-d から選びましょう。

Which aspects of the restaurant did the five person each write about in their reviews? Choose from a-d.

a. 味　b. 量　c. 値段　d. サービス・その他

| ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
|---|---|---|---|---|
| , | , | , | , | |

## （3）この店についてわかった情報を表にメモしましょう。

Take notes in the table with the information you found about the restaurant.

| | |
|---|---|
| a. 味 | |
| b. 量 | |
| c. 値段 | |
| d. サービス・その他 | |

大切なことば

どれも any ｜ 定食屋 restaurant specializing in Japanese-style set meals （～屋 ～ store / restaurant）

ボリューム amount ｜ 満足（な） satisfactory ｜ おばちゃん middle-aged woman

リーズナブル（な） reasonable

## 2 あなたなら、どのポイントを重視しますか。

Which aspect do you consider to be important?


©The Japan Foundation



## 形に注目

_____にことばを書きましょう。
Fill in the blanks.

とてもおいしかったです_____、私には量が多かったです。

お店は新しくてきれいです_____、お昼は混んでいます。

味もボリュームも満足です_____、……ちょっと時間がかかります。

「が」の前の文と後ろの文は、どんな関係だと思いますか。 ➡ 文法ノート ❺
What do you think is the relationship of the sentences that come before and after が?


©The Japan Foundation

# 聴解スクリプト

## 1. どこかいい店、ありませんか？

① 04-01

A：おいしいラーメンが食べたいんですけど、どこがいいですか？

B：うーん、おれのおすすめは「千歩」かなあ。

A：あ、あの商店街にある赤い看板のお店ですか？

B：そうそう。ラーメンなら、あそこがいちばんおいしいよ。
安いし、量も多いし。

A：じゃあ、今度行ってみます。

---

② 04-02

A：今度、彼女と食事に行きたいんですけど、この辺で、どこかいい店、
ありませんか？

B：そうねえ……。それなら、最近、新しくできた「みさきカフェ」はどう？
女性にすごく人気があるよ。

A：どんな店ですか？

B：きれいだし、デザートがすごくおいしいよ。

A：へー。どこにありますか？

B：待って。じゃあ、今、地図送るね。

---

③ 04-03

A：あのう、このあたりにベトナム料理のお店、ないですか？

B：うーん、この町にはないですけど、もみじ町にありますよ。
「花」っていう店で、ベトナム人の夫婦がやっていて、
本物のベトナム料理が食べられるそうです。

A：へー、そうなんですか！　知りませんでした。今度行ってみます。

---


©The Japan Foundation

④ 04-04

A：すみません。この土地の料理が食べたいんですが、この近くに、おすすめの店がありますか？

B：そうですね。この近くなら、「平兵衛」がおすすめです。とりの天ぷらがおいしいし、ほかにもいろいろなメニューがありますよ。

A：それ、どこですか？

B：ここから歩いて 10 分ぐらいです。地図、ありますよ。

A：わかりました。ありがとうございます。

## 2. よく混ぜて食べてください

① 04-08

A：混ぜそば、お待たせしました！　よく混ぜて食べてください。

B：はい。

---

② 04-09

A：このシュウマイは味がついてますから、しょうゆをつけないで食べてください。

B：わかりました。

---

③ 04-10

A：こちらの野菜の天ぷらは、つゆにつけて食べてください。エビはつゆにつけないで、塩をかけて食べてください。

B：はい。

---

④ 04-11

A：このトマト、何もかけないで、そのまま食べて。

B：はい。……あ、甘くておいしい！

---

⑤ 04-12

A：手巻きずしは、のりの上にご飯と刺身をのせて、巻いて食べます。

B：こうですか？

---


©The Japan Foundation

⑥ 04-13

A：焼きいもは、皮をむいて食べますか？

B：私は、むかないで食べます。

A：へー、そうですか。

---

⑦ 04-14

A：コーヒーに砂糖とミルク、入れますか？

B：砂糖、お願いします。ミルクは入れないでください。

## 4. 餃子に似ています

① 04-26

これはフェイジョアーダです。ブラジルの家庭料理です。

豆、豚肉、牛肉を煮て作ります。

ブラジル人はよく食べます。ご飯といっしょに食べてください。

---

② 04-27

これはモモです。ネパールの料理です。

皮の中に、野菜と肉を入れて、蒸します。

餃子に似ています。たれをつけて食べると、おいしいですよ。

---

③ 04-28

これはインドネシアのガドガドというサラダです。

ゆでた野菜やゆで卵などが入っています。

ピーナッツのソースをかけて食べます。このソースは甘辛いです。

---

④ 04-29

これは中国のお菓子で、麻花といいます。

小麦粉に水、砂糖などを入れて、油で揚げます。

ちょっと固いです。

---


©The Japan Foundation

# 漢字のことば

## 1 読んで、意味を確認しましょう。

Read and check the meaning of the following kanji.

| | | |
|---|---|---|
| 塩 | 塩 | 塩 |
| 油 | 油 | 油 |
| 量 | 量 | 量 |
| ～方 | 方 | 方 |
| ～屋 | 屋 | 屋 |
| 満足(な) | 満足 | 満足 |
| 切る | 切る | 切る |
| 焼く | 焼く | 焼く |
| 入れる | 入れる | 入れる |

## 2 _____の漢字に注意して読みましょう。

Read the following and pay careful attention to the kanji with _____.

① 魚を焼きます。
② この料理の食べ方を教えてください。
③ このお菓子は、油で揚げて作ります。
④ この定食屋さん、味も量も満足です。
⑤ まず、野菜を切ります。それから、お湯に塩を入れてゆでます。

## 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。

Enter the words with _____ above using a keyboard or smartphone.


©The Japan Foundation

# 文法ノート

## ❶ Nなら、～

A：この近くに、おすすめの店がありますか？
Are there any restaurants you recommend around here?

B：この近くなら、「平兵衛」がおすすめです。
I recommend Heibe as a restaurant near here.

- This expression is used to answer a person's question while referring to their words. N is the keyword the other person said. In this example, it is used to answer a question to recommend a restaurant.

- 質問に答えるときに、相手の言葉を引用して、答えるときの言い方です。N には、相手が言った内容のキーワードとなる言葉がきます。ここでは、おすすめの店を聞かれて、答えるときに使っています。

[例] ► A：おいしいラーメン屋さん、知りませんか？
Do you know any restaurants that serve tasty ramen?
B：おいしい店なら、「千歩」だね。
I recommend Sempo for tasty ramen.

► A：安くお昼ご飯が食べたいんですけど…。
I would like to eat inexpensive lunch.
B：安い店なら、「田山食堂」かな。安いし、おいしいよ。
For an inexpensive lunch, I recommend Tayama Shokudo because it is cheap and delicious.

## ❷ V-て、～ / V-ないで、～ ＜Manners 方法＞

こちらの野菜の天ぷらは、つゆにつけて食べてください。
Please eat vegetable tempura with the tempura dipping sauce.

エビはつゆにつけないで、塩をかけて食べてください。
Please do not dip shrimp in the tempura dipping sauce. Please sprinkle salt to enjoy.

- These expressions are used to explain how to eat a dish or how to drink. V-て／V-ないで is used to describe in what state the person takes the next action.
- V-て、～ is used when the person is doing the next action in that state.
- V-ないで、～ is used when the person is doing the next action while not in that state. で is added to the verb's ナイ-form.

- 料理の食べ方や飲み方などの方法を説明するときの言い方です。「V-て／ V-ないで」は、次に続く動作をどのような状態でするかを述べることができます。
- 「V-て、～」は、その状態で、次の動作をすることを述べるときに使います。
- 「V-ないで、～」は、そうしないで、次の動作をすることを述べるときに使います。動詞のナイ形に「で」をつけます。


©The Japan Foundation

[例] ► サラダには、このドレッシングをかけて食べてください。
Please use this dressing to eat the salad.

► この果物は、皮をむかないで、そのまま食べられます。
You can eat this fruit as is without peeling.

## ❸ V- ちゃだめです

一度に、そんなにたくさんお肉を入れちゃだめですよ。
Do not put in so much meat at once.

- This expression is used to describe something that should not be done.
- V-ちゃだめです is a shortened form of V-てはだめです. It is a casual form of speech. If the verb's テ-form is V-で as in 飲んで and 泳いで, V-じゃ is used as in 飲んじゃ and 泳いじゃ.

- 相手に、してはいけないことを伝えるときの言い方です。
- 「V- ちゃだめです」は、「V- てはだめです」の縮約形（縮めて言う形）です。話し言葉で使われるカジュアルな言い方です。「飲んで」「泳いで」のように、動詞のテ形が、「V- で」となる動詞の場合は、「飲んじゃ」「泳いじゃ」のように「V- じゃ」となります。

[例] ► そんなにたくさんしょうゆをかけちゃだめですよ。
Don't add so much soy sauce.

► A：あっ、これはもう古いから、食べちゃだめです。
Oh, this is old, so don't eat it.

B：そうなんですか。
Is that so?

## ❹ V- てから、～

うどんは、お肉と野菜を食べてから、入れましょう。
Let's add *udon* after eating meat and vegetables.

- This expression is used to clearly explain the order of actions.
- V-てから、～ is used to say that the person will do the action V first and then do the next action.
- It connects to the verb's テ-form.

- 動作の順番をはっきり言うときの言い方です。
- 「V- てから、～」は、V の動作を最初にして、それから次の動作をすることを言います。
- 動詞のテ形に接続します。

[例] ► お好み焼きは最初に具をよく混ぜてから、焼きます。
Mix the ingredients well first and then cook the *okonomiyaki*.


©The Japan Foundation

## ❺ S1 が、S2

お店(みせ)は新(あたら)しくてきれいですが、お昼(ひる)は混(こ)んでいます。
The store is new and clean but is crowded during the lunch hour.

- ～が is used to connect two sentences in contrast to each other.
- 『初級(しょきゅう)1』 Lesson 5 explains that ～けど is used to express contrast. ～けど is often used in the spoken language. In contrast, ～が is often used in writing and in formal settings.

- 「～が」は、対比的な 2 つの文をつなぐときに使います。
- 『初級 1』第 5 課では、対比を表すときに「～けど」を使うことを勉強しました。「～けど」は話し言葉で使われることが多いです。それに対し、「～が」は書き言葉で使われたり、改まった場面で使われたりすることが多いです。

[例(れい)] ► 料理(りょうり)はとてもおいしかったですが、少(すこ)し値段(ねだん)が高(たか)かったです。
The dishes were very tasty but slightly expensive.


©The Japan Foundation

日本の生活 TIPS

## ラーメン Ramen





Ramen is a Japanese noodle meal. It originated from a Chinese noodle meal, which changed when it came to Japan. Japanese ramen has spread worldwide.

There are different kinds of ramen based on the soup flavor. For example, *shoyu* ramen (soy sauce ramen), *shio* ramen (salt ramen), and *miso* ramen. Ramen served in a milky soup made from pork bone broth is known as *tonkotsu* ramen (pork bone ramen).

In different parts of Japan, you can find local variations called *gotoochi* ramen. For example, Hakata ramen in Fukuoka has thin noodles served in *tonkotsu* soup. Sapporo ramen in Sapporo, Hokkaido, is often made by adding butter and corn to miso-based soup. Kitakata ramen in Fukushima features thick curly noodles in a light, soy sauce-based soup.

ラーメンは、中国の麺料理をもとに、日本で独自の発展をしてきました。現在、日本のラーメンは、世界に広まっています。

ラーメンは、スープを何で味付けをするかによって、「しょうゆラーメン」「塩ラーメン」「味噌ラーメン」などがあります。また、豚の骨からスープをとった白濁のラーメンを「豚骨ラーメン」と呼びます。

日本の各地には、地域ごとに特徴をもった「ご当地ラーメン」があります。例えば、福岡の「博多ラーメン」は豚骨スープと細い麺が特徴的です。北海道札幌の「札幌ラーメン」は、味噌を使ったスープに、しばしばバターやコーンを入れます。福島県の「喜多方ラーメン」は、あっさりしたしょうゆ味のスープと太めの縮れ麺が特徴です。

## 郷土料理（きょうどりょうり） Local cuisine



*toriten* とり天



*kiritanpo-nabe* きりたんぽ鍋



*hitsumabushi* ひつまぶし

You can find local food in different parts of Japan. Discovering these local specialties is fun when traveling in Japan. For example, *toriten* is a tempura food made with chicken. It is a food of Oita Prefecture. Japan has many famous local cuisines. For example, *kiritanpo-nabe* (hot pot with rice sticks, chicken, and vegetables) from Akita, *hitsumabushi* (eel fillets cooked with soy-flavored sauce) from Nagoya, *sanuki-udon* (thick udon) from Kagawa, *chanpon* (noodles with seafood, vegetables, and other ingredients) from Nagasaki, and *gooya chanpuruu* (bitter melon stir-fry) from Okinawa. Each of these is made with local ingredients and has been passed down from generation to generation.

日本各地には、その土地の名物の料理があり、旅行の楽しみの１つになっています。本文に出てきた「とり天」は、鶏肉を天ぷらにした料理で、大分県の名物料理です。そのほかに、日本の有名な郷土料理には、例えば、秋田の「きりたんぽ鍋」、名古屋の「ひつまぶし」、香川の「讃岐うどん」、長崎の「ちゃんぽん」、沖縄の「ゴーヤチャンプルー」など、さまざまなものがあります。どの料理も、その土地で採れる食材を活用し、その地域で受け継がれてきた料理です。


©The Japan Foundation

## ● しょうゆ／ソース／つゆ／たれ

### Soy sauce / Soosu (sauce) / Tsuyu (soup) / Tare (dipping sauce)





There are many different seasonings and flavorings which add flavor to food.

Soy sauce is the most used seasoning in Japanese cuisine. Soy sauce is made from soybeans. You can use it with *sashimi* and sushi or to flavor Japanese food.

*Soosu* is a word borrowed from English. In Japanese it is black Worcestershire sauce used on deep-fried foods such as *tonkatsu*. If you are talking about any other kind of sauce, you need to explain it with a word before sauce. For example, tartar sauce, peanut sauce, or demiglace sauce.

*Tsuyu* is a seasoning made by combining soy sauce, soup stock, saké, *mirin*, and other ingredients. You can use *tsuyu* by dipping food into it. This is how you eat tempura and soba. However, *tsuyu* is not just used for dipping. It can also be used to flavor Japanese food.

*Tare* is a strong sauce. Food is dipped into the *tare* before eating it. For example, *yakiniku-no-tare* (*tare* that you dip grilled meat into), and *goma-dare* (sesame-based *tare*), used with *shabu-shabu*. Other sauces for dipping foods of non-Japanese meals are called *tare* in Japanese.

料理に味付けをする調味料には、さまざまなものがあります。

「しょうゆ」は日本料理で最もよく使われる調味料で、大豆から作られます。刺身やすしなどに直接つけるほか、日本料理の味付けに使われます。

「ソース」というのは英語の“sauce”からくることばですが、日本語で単独で「ソース」といった場合には、フライやカツにかける、黒いウスターソース、または、同じ系統のソースで濃さを調整した、中濃ソース、豚カツソースのことを指します。これ以外のソースをいう場合は、「タルタルソース」「ピーナッツソース」「デミグラスソース」のように、「～ソース」の前にことばを入れて、特定する必要があります。

「つゆ」というのは、しょうゆと出し汁を合わせ、酒やみりんなどで調整した調味料です。比較的深い器に入れて、料理を浸して食べるイメージで、天ぷらやそばを食べるとき、つゆにつけて食べます。料理を直接つけるだけでなく、日本料理の味付けにも使われます。

「たれ」は、平たい小皿に濃い目の液体が入れられ、料理をつけて食べるものをいいます。焼き肉をつける「焼き肉のたれ」や、しゃぶしゃぶの「ごまだれ」などのほか、各国料理で、料理をつけてたべる調味料は、日本語では広く「たれ」に分類されます。

## ● 手巻きずし（てまき） Temaki-zushi (hand-rolled sushi)



*Maki-zushi* (rolled sushi) is a type of sushi. It is made by putting rice and other ingredients on top of seaweed, and then rolling everything into a roll. *Temaki-zushi* (hand-rolled sushi) is a type of *maki-zushi*. In this case, the person eating the rolled sushi makes it themselves.

*Temaki-zushi* is easy to make, so it is a popular food for home parties. Ingredients for *temaki-zushi* are tuna, salmon, shrimp, and other types of seafood. Also, cucumbers, avocado, fried eggs, *kanpyoo* (dried gourd shavings), and *nattoo* (fermented soybeans).

すしの中でも、のりの上にご飯をのせ、その上に具をのせて巻いて食べるすしを「巻きずし」といいます。巻きずしの中でも、食べる人が自分で手の上で巻いて食べる巻きずしを、「手巻きずし」と言います。

手巻きずしは、簡単に作れて手間もあまりかからないことから、ホームパーティーのメニューとして人気があります。手巻きずしの具は、マグロやサーモン、エビなどの魚介類のほか、きゅうり、アボカド、卵焼き、かんぴょう、納豆などが使われます。


©The Japan Foundation

## ● 焼(や)きいも Yaki-imo (baked sweet potato)




*Yaki-imo* (baked sweet potato) is made by baking whole sweet potatoes under low heat. A sweet potato baked with heated stones is known as *ishiyaki-imo*. People say it is sweeter than a sweet potato baked in the usual way. During winter in Japan, people sell *yaki-imo* from food trucks. You might see a food truck going slowly through the streets and hear a voice coming from its speakers "*Yaki-imo... ishiya... ki-imo... yakitate...*" (this means, "Get your freshly made *ishiyaki-imo* here"). However, number of food trucks has gone down in some regions. You will often find fresh *yaki-imo* baked in electric ovens in supermarkets. Depending on size, a single *yaki-imo* will cost between 500 yen and 700 yen. If you want to pay a low price, you can say, "500円分(えんぶん)ください (I'd like one piece worth 500 yen, please)" when you buy it.



「焼きいも」は、サツマイモを丸のまま、弱火で時間をかけてじっくりと焼いた料理です。加熱の方法として、熱した石の中にいもを入れて焼いたものを「石焼きいも」といい、普通に焼くよりも甘みが増すといわれています。日本では、冬になると、トラックの荷台などに石焼きいもの設備を載せて、焼きいもを売る人が見られます。スピーカーで「やきいも～いしや～きいも～焼きたて～」のような独特の節回しを流しながら、町中をゆっくり走る屋台は、冬の風物詩となっています。しかし、地方によっては最近このような車載の屋台の石焼きいもが減り、代わりにスーパーの食品売り場で、電気式の焼きいも機を使った焼きいもコーナーが人気となっています。焼きいもは、大きさによって違いますが、だいたい1本あたり500円～700円ぐらいです（値段が心配なときは、「500円分ください」のように言って頼むといいでしょう）。

## ● しゃぶしゃぶ Shabu-shabu





*Shabu-shabu* is a meal of thinly sliced meat dipped in boiling soup stock. Pick up a piece of meat using chopsticks and put it in the soup. Beef or pork is typically used for *shabu-shabu*. Beef is more common in the Kansai region and pork is more common in the Kanto region. In the Hokuriku region, you can also enjoy *buri-shabu*, which is made with yellowtail. *Shabu-shabu* could be expensive, but you can eat it cheaply at chain restaurants.

The *shabu-shabu* meat and soup do not have very strong flavors, so you can dip the meat in *goma-dare* (sesame dipping sauce) or *ponzu* (a type of vinegar) before eating it. This makes it more flavorful. These days, chain restaurants introduce different ways of eating *shabu-shabu*. Some restaurants flavor the soup stock *sukiyaki*-style, tomato-flavored, or curry-flavored soup.

At the end of a *shabu-shabu* meal, you can add udon or ramen noodles to the soup. Also, you can add rice and eggs to make a rice porridge. Adding carbohydrates at the end of a meal like this is called *shime* (ending). It is one of the joys of eating Japanese hot pot cuisine like *shabu-shabu*.

「しゃぶしゃぶ」は、薄く切った肉を箸で1枚ずつつまみ、沸騰した出し汁に数回くぐらせて食べる料理です。しゃぶしゃぶに使われる肉は、牛肉または豚肉が一般的で、関西では牛肉、関東では豚肉が多いようです。北陸では、ブリの切り身を使った「ブリしゃぶ」などもあります。

しゃぶしゃぶは、高級料理のイメージがありますが、最近では、食べ放題など比較的安価に食べられるチェーン店なども増えています。

しゃぶしゃぶの肉や出し汁自体にはあまり味がないので、ごまだれやポン酢につけて食べるのが一般的です。しかし、最近では、特にチェーン店などを中心に、すき焼き風、トマト味、カレー味など、出し汁に味を付けて食べる食べ方も増えています。

しゃぶしゃぶの最後は、残った出し汁にうどんや中華麺などを入れたり、ご飯と卵を入れて雑炊にしたりなどして、炭水化物をとります。このように、最後に炭水化物の主食をとることを「シメ」といい、しゃぶしゃぶに限らず、日本の鍋料理の楽しみ方の1つになっています。


©The Japan Foundation