

社会生活に役立つ千葉県日本語学習プログラム

～ 1対1日本語活動 生活テーマのトピックシート集～

令和6年度千葉県地域日本語教育推進事業

公益財団法人千葉県国際交流協会

1対1日本語活動をしている交流員・外国人参加者の方へ

いつも活動をしていただいております。

以前から、1対1日本語活動で使うための素材がほしい、というご意見がありました。

そこで、協会では、いろいろなテーマでワークシートを作りました。

ぜひご活用ください。そして使い勝手について感想を教えてください。

シートの内容

表（おもて）：「話す（はなす）」

このトピックで話しながらお互いの経験や考えを伝え合います。

裏（うら）：「知る・やってみる」

いろいろなウェブページを見て、便利な生活、安全安心な生活のための情報を知ることができます。そして、情報を活かして実際に行動してみるための問があります。

どちらの面から使っても構いません。

それぞれの面の一番上に、目標があります。使ったあとに、目標に近づいたかどうか、チェックをしてください。

情報はたくさんあるので、家で見えてから2人で話すという方法もあります。

すべての情報や問を使わなくてもいいです。

使い方がわからないときは、コーディネーターに聞いてください。

1枚使ったら、コメントシートに感想を書いて提出をお願いします。

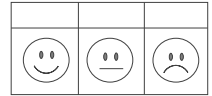
シートの改善に活かします。

① 健康



はなす

☆ふりかえり



★目標

もくひょう

健康のために気をつけていることや、病気の経験について、話すことができる。

1. 健康のためにどんなことに気をつけていますか。

2. 日本で(外国で)病院に行ったことがありますか。

そのときびっくりしたことはありますか。

3. けがや病気の経験がありますか。何が大変でしたか。

4. 健康のためにこれからどんなことをしたらいいですか。

(食事、運動、睡眠、心など)

★キーワード

◇あたらしい言葉を書きましょう！

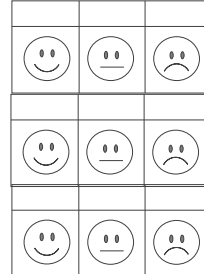
① 健康

しる・やってみる

★ 目標

- ・ 病 気 や け が で 病 院 に 行 っ た と き の 流 れ が わ か る。
- ・ 症 状 が 簡 単 に 説 明 で き る。
- ・ 説 明 で き な い と き 、 多 言 語 医 療 問 診 票 を 使 う こ と が で き る。

☆ ふりかえり



あなたは体調が悪いです。病院で診察を受けます。場面を見てみましょう。

- 『つながるひろがるにほんごでのくらし』(文部科学省)

レベル2 シーン8 病院に行こう

<https://tsunagarujp.mext.go.jp/level02/b05>



2

病気の表現を覚えましょう。

- 『エリンが挑戦！にほんごできます。』

第16課 説明する -けが・病気-

ことばをふやそう

<https://www.erin.jpf.go.jp/jp/lesson/16/vocabulary/>



3

多言語問診票を使いましょう。どの診療科に行きますか。

- 多言語医療問診票 (神奈川県国際交流財団)

<https://kifjp.org/medical/>



ちばし ばしよ
② 千葉市のおすすめの場所



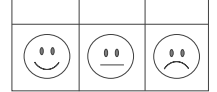
はなす

もくひょう

★ 目標

☆ふりかえり

じぶん す ばしよ す せつめい
・自分が好きな場所について、どんなところか、どうして好きか、説明できる。



1. おすすめの場所がありますか。(店、施設など)

そこは、どんなところですか。

2. どうして おすすめですか。 その場所の どんなところが 好きですか。

3. その場所に どんな思い出がありますか。

★キーワード

おすすめ

しせつ

おもいで

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう！

ちばし ばしよ ② 千葉市のおすすめの場所

しる・やってみる

★ 目標

かんしん ちばし ない しせつ い
・ 関心のある千葉市内の施設に行ける。

しせつ し しつもん
・ 施設について、知りたいことを質問できる。

☆ふりかえり

😊	😐	😞
😊	😐	😞

1 行きたい場所がありますか。どこですか。下のリストに入っていない場所でもいいです。

みてみましょう!



ちばし しゅみ しせつ
● 千葉市の趣味の施設リスト

<https://padlet.com/ccianihongoclass/u-facilities-used-for-hobbies-instalaciones-utilizadas-para--e058630gcfh103yz>

2 1の行きたい場所について、窓口の人に質問します。どんな質問をしますか。

した とうが かいわ さんこう れい やす なんようび
下の動画の会話を参考にしてください。(例：休みは何曜日ですか。)

かんがえましょう!

- _____
- _____
- _____

● 『つながるひろがるにほんごでのくらし』(文部科学省)

レベル2 シーン11 図書館に行ってみよう

しせつ つか かた しつもん
(施設の使い方について質問する) <https://tsunagarujp.mext.go.jp/level02/b08>



ちいき ③ 地域のイベント



はなす

☆ふりかえり

もくひょう
★目標

じぶん い べんと ていどくわ はな
・自分が行ったことがあるイベントについて、ある程度詳しく話すことができる。



ちいき さんか
1. 地域のイベントに参加したことがありますか。どんなイベントですか。

まえ す まち くに
2. あなたが前に住んでいた町（国）には、どんなイベントがありましたか。

★キーワード

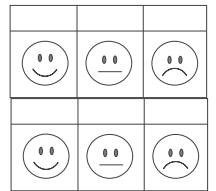
ちいき
くわしく
がいよう

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう！

ちいき ③ 地域のイベント

しる・やってみる

☆ふりかえり



もくひょう ★ 目標

- ちばしな い きょうみ じょうほう あつ
・千葉市内のイベントなどで、興味のあるものについて情報を集めることができる。
- がいよう しつもん
・イベントの概要について、わからないことを質問できる。

1 ちばしな い しら
①千葉市内で、どんなイベントに行きたいですか。ウェブサイトで調べてみてください。

ちばしかんこう ちばしかんこうきょうかい
●千葉市観光ガイド（千葉市観光協会）

<https://www.chibacity-ta.or.jp/>



しせい ちばし
●市政だより（千葉市）

<https://www.city.chiba.jp/sogoseisaku/shichokoshitsu/kohokocho/saishingou.html>



じょうほう し
②イベントについて、さらにどんな情報を知りたいですか。

でんわ と あ
電話で問い合わせたり、ロールプレイをしたりしてみましよう。

みてもみましよう!

●『つながるひろがるにほんごでのくらし』（文部科学省）

い
レベル2 シーン4 イベントに行ってみよう

<https://tsunagaru.jp.mext.go.jp/level02/b04>



2 がいよう せつめい とも さそ
イベントの概要を説明して、友だちを誘ってみましよう!

うえ とうが かいわ さんこう
上の動画の会話を参考にしてください。

やってみましよう!

④ しごと 仕事



はなす

もくひょう

★目標

しごと じぶん けいけん
・仕事についての自分の経験を話すことができる。

しごと えら たいせつ はな
・仕事を選ぶときに大切にしていることについて話すことができる。

☆ふりかえり

いま しごと しごと
1. 今まで、どんな仕事をしたことがありますか。その仕事はどうでしたか。

しごと さが
2. 仕事は、どうやって探しましたか。

しごと えら なに たいせつ
3. 仕事を選ぶとき、あなたにとって、何がいちばん大切ですか。どうしてですか。

れい じかん ぎゅうりょう ないよう
(例：時間、給料、内容など)

★キーワード

えらぶ

おうぼ

きゅうじん

ちょうしょ

じょうほう

めんせつ

ことば か

◇あたらしい言葉を書きましょう！

④ しごと 仕事

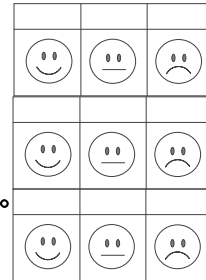
しる・やってみる

☆ふりかえり

もくひょう

★ 目標

- きゅうじんじょうほう よ と
● 求人情報を取り取ることができる。
- きゅうじん おうぼ し しつもん
● 求人に応募したり、知りたいことを質問したりすることができる。
- とくい じぶん ちょうしょ せつめい
● 得意なことや自分の長所を説明できる。



1 おうぼ きゅうじん なん おうぼ
応募したい求人がありましたか。それは何ですか。どうやって応募しますか。

- 『エリンが挑戦！にほんごできます』 第19課 理由を話す -アルバイト-

<https://www.erin.jpf.go.jp/jp/lesson/19/vocabulary/>



- 生活・就労ガイドブック（出入国在留管理庁）

https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



- ハローワーク千葉（厚生労働省）

<https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/hw/anteisyo/anteisyo01.html>



2 あなたは、どんなことが得意ですか。自分の長所を説明してください

3 めんせつ じゅんび
面接の準備をしましょう。

めんせつかん しつもん れい しぼうどうき なん
面接官は、どんなことを質問しますか。（例：志望動機は何ですか。）

あなたは、何と答えますか。



- 仕事のために（サポート 21） <https://support21.or.jp/ouractivites/learning-program/top-page/shigoto/>

さいがい そな
⑤ 災害に備える



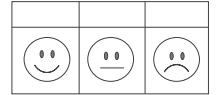
はなす

もくひょう

★ 目標

☆ふりかえり

さいがい し けいけん つた
・ 災害について、知っていることや経験を伝えることができる。



まち さいがい
1. あなたの町に どんな災害がありますか？

ちばし にほん
千葉市・日本

わたし くに まち
私の国や町



いま さいがい けいけん
2. 今まで、災害にあったことがありますか。どんな経験をしましたか。

かぞく ともだち き
家族や友達から聞いたことでもいいです。

ぼうさい なに
3. 防災のために 何をしていますか。

★キーワード

さいがい
そなえる
けいけん
ぼうさい

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう！

さいがい そな ⑤ 災害に備える

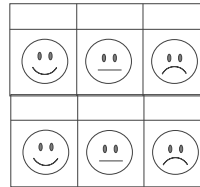
しる・やってみる

★ 目標

さいがい いのち まも じゅんび
・ 災害から命を守るため、準備ができる。

さいがい お いのち まも こうどう
・ 災害が起きたときに、命を守るための行動ができる。

☆ふりかえり



① 家や職場の近くの避難所はどこですか。

② どんな防災グッズを持っていますか。

③ これから用意したい防災グッズは何ですか。

④ どこで買いますか。

⑤ いつまでに用意しますか。

⑥ あなたや家族の命を守るため、きょうから何をしますか。3つ書きましょう。

みてみましょう!

1. 外国人のための防災ガイドブック (千葉市)

英語
中国語
韓国語



スペイン語
ベトナム語
ネパール語



●防災リュック



あなたは、なにを
いれますか?

2. 『つながるひろがるにほんごでのくらし』(文部科学省)



レベル3 シーン2 防災について考えよう <https://tsunagarujp.mext.go.jp/level03/c02>

3. 千葉市防災ポータルサイト

(防災のためのいろいろな情報があります)

https://city-chiba.my.site.com/K_PUB_VF_KakudaiMap



4. 千葉市防災マップ

<https://city-chiba.my.site.com/>



5. 千葉市多言語防災メール配信サービス (登録すると、多言語で災害情報が届きます)

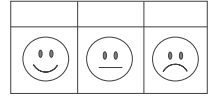
<https://www.city.chiba.jp/sogoseisaku/kikikanri/bosai/tagengobosaimail.html>



しょうらい ⑥ わたしの将来

しる・やってみる

☆ふりかえり



もくひょう
★ 目標

じぶん じんせい じぶん し じぶん しょうらい
・自分の人生をふりかえることで、自分のことをよく知り、自分の将来について

あらた かんが
改めて考えることができる。

じんせい き か した か かた れい
① 人生の木を描いてみましょう。下のウェブサイトには書き方の例があります。

みてみましょう!

じんせい き
● 人生の木 (ツリーオブライフ)

いっばんしゃだんほうじん じっせんきょうどうけんきゅう ほうじん
(一般社団法人ナラティブ実践共同研究センター/NPO法人Reconnect)

https://npacc.jp/wp-content/uploads/2020/06/Tree-of-Life_20200612.pdf



かいてみましょう!

かんせい じんせい き み はな
② 完成した人生の木を見ながら話しましょう!

⑦ 困ったこと (家)



はなす

もくひょう

★目標

☆ふりかえり

いえ じゅうきょ もんだい お けいけん せつめい
・家(住居)に問題が起きたときの経験を説明することができる。



いえ もんだい お もんだい みず でんき
1. 家に問題が起きたことはありますか。どんな問題ですか。(ガス、水、電気、など)

そのとき、どうしましたか。

ゆ で なに こま
2. もし、お湯が出なくなったら、何が困りますか。どうしますか。

★キーワード

じゅうきょ

もんだいがおきる

かいけつ

こうどう

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう!

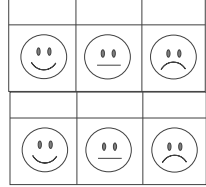
⑦ 困ったこと (家)

しる・やってみる

★ 目標

- いえ じゅうきよ もんだい お
・ 家 (住居) に問題が起きたとき、どうすればいいかわかる。
- もんだい かいけつ こうどう
・ 問題を解決するために行動できる。

☆ふりかえり



① 自分の家 (住居) に問題が起きたとき、どこに連絡しますか。

した しら
下のリンクやウェブサイトで調べてみましょう！



でんき
電気： _____

ガス： _____

すいどう
水道： _____

た
その他： _____



● 電気・ガス・水道などのライフラインや道路・交通情報 リンク集 (千葉市)

<https://www.city.chiba.jp/sogoseisaku/kikikanri/kikikanri/lifeline.html>

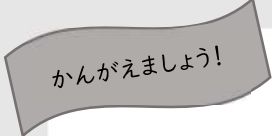
● 東京都多文化共生ポータルサイト (公益財団法人東京都つながり創生財団)

でんき すいどう つか
電気・ガス・水道を使う

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/useful/guide/life/03.html>



② 問題が起きないように、普段から気をつけたほうがいいことはありますか。



③ 実際の問題を想定して、やりとりしてみましょう！ (ロールプレイ)

⑧ いどう 移動



はなす

もくひょう

★目標

しよくば い けいろ せつめい
・ 職場や、よく行くところまでの経路を説明することができる。

いどうしゅだん ちが とくちょう せつめい
・ 移動手段の違いや特徴について、説明することができる。

☆ふりかえり

😊	😐	😞
😊	😐	😞

まいにち い い
1. 毎日またはよく行くところはどこですか。どうやって行きますか。

つか の もの なん
2. そのほかに、あなたがよく使う乗り物は何かですか。

の もの おも
その乗り物について、どう思いますか。

ちばし まえ す の もの べんり ちが
3. 千葉市と、あなたが前に住んでいたまちで、乗り物の便利さは違いますか。

★キーワード

いどう

しゅだん

とくちょう

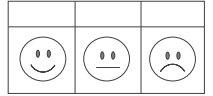
のりもの

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう！

いどう ⑧ 移動

しる・やってみる

☆ふりかえり



もくひょう

★目標

- こうつうきかん しら しつもん もくてきち
・交通機関について、わからないことを調べたり、質問したりして、目的地まで
い
行くことができる。

1 ①行ってみたいところはどこですか。

②そこまで、どうやって行きますか。行き方を乗り換えアプリで調べてみましょう。

2 いま、あなたは千葉駅にいます。どの電車に乗ればいいのか、わかりません。

えき ひと かくにん しつもん れい い
駅の人に、確認の質問をしてみましょう。(例：すみません、〇〇に行きたいです。)

した どうが かわい さんこう
下の動画の会話を参考にしてください。

やってみましょう!

『つながるひろがるにほんごでの暮らし』(文部科学省)

●レベル1 シーン8 電車に乗ってみよう

でんしゃ の かた しつもん
(電車の乗り方について、質問する) <https://tsunagarujp.mext.go.jp/level01/a05>



●レベル シーン9 道をきいてみよう

もくてきち い かた しつもん
(目的地への行き方について、質問する) <https://tsunagarujp.mext.go.jp/level01/a06>



がいしょく
⑨ 外食



はなす

もくひょう

★目標

☆ふりかえり

・いいレストランの情報を集めることができる。



1. よく外食しますか。(はい/いいえ) どうしてですか。

(はいの場合) どんな店でよく外食しますか。

2. おすすめのレストランはありますか。どんな店ですか。

★キーワード

がいしょく

じょうほう

あつめる

さがす

◇あたらしい言葉を書きましょう！

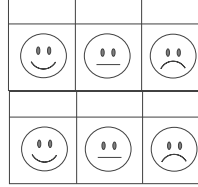
がいしょく
⑨ 外食

しる・やってみる

もくひょう
★ 目標

- きぼう さが よやく
・希望のレストランを探して予約することができる。
- なか
・レストランの中のやりとりができる。

☆ふりかえり



1 ①どんなレストランに行ってみたいですか。

②そのレストランに行ったら、どんなやりとりがあると思いますか。やってみましょう！

みてみましょう！

- 『つながるひろがるにほんごでのくらし』(文部科学省)

レベル1 シーン6 レストランへ行ってみよう

<https://tsunagarujp.mext.go.jp/level01/a03>



2

①レストランを探すとき、どうやって調べますか。おすすめのアプリはありますか。

②どうやって予約しますか。何を伝えますか。

かんがえましょう！



⑩

びよういん とこや 美容院・床屋



はなす

もくひょう

★目標

- じぶん い自分が行ったことがあるびよういん とこや美容院や床屋についてせつめい説明することができる。
- びよういん とこや美容院や床屋での自分のじぶん けいけん経験についてはな話すことができる。

☆ふりかえり

びよういん とこや い 1. 美容院や床屋に行きますか。どんな店を選びますか。
みせ えら

びよういん とこや 2. 美容院や床屋で、しっぱい こま失敗や困った経験がありますか。そのとき、どうしましたか。
けいけん

★キーワード

びよういん きぼう
 とこや かみがた
 しっぱい できあがり
 りよう

ことば か
 ◇あたらしい言葉を書きましょう！

びよういん とこや
⑩ 美容院・床屋

しる・やってみる

もくひょう
★ 目標

☆ふりかえり

びよういん とこや りよう
・美容院や床屋を利用できる。



1 びよういん とこや つぎ い かみがた
美容院や床屋に次に行くとき、どんな髪型にしたいですか。

なが いろ
(長さ、スタイル、色など)

● びよういん とこや つか ひょうげん
美容院や床屋で使う表現

<https://tsunagarujp.mext.go.jp/vocabulary/level02/b11>



● 『つながるひるがるにほんごでのくらし』(文部科学省) もんぶかがくしょう

レベル2 シーン5 カットとシャンプーをおねがいします

<https://tsunagarujp.mext.go.jp/level02/b11>



2 できあがり じぶん きぼう ちが
自分の希望と違ったとき、どうしますか。

みせ ひと なん い
お店の人に、何と言いますか。やってみましょう！(ロールプレイ)

3 い みせ しら
行ってみたい店を調べましょう。

● ホットペッパービューティー

<https://beauty.hotpepper.jp/>



きも せいかつ
② 気持ちがいい生活



はなす

もくひょう
★ 目標

☆ふりかえり

・お互いが気持ちよく生活することについて考え、話すことができる。



せいかつ なか ほか ひと めいわく おも
1. 生活の中で、他の人がすることで「迷惑だ」と思ったことはありますか。

なん
それは何ですか。

めいわく おも
2. 「迷惑だ」と思ったとき、どうしますか。／どうしましたか。

ちいき ひと せいかつ きも
3. 地域にはいろいろな人が生活しています。どうしたら、みんなが気持ちよく

せいかつ おも
生活できると思いますか。

★キーワード

きもちがいい てきせつ

せいかつ たいしょ

めいわく

ちいき

ことば か
◇あたらしい言葉を書きましょう！

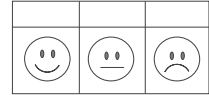
きも せいかつ ② 気持ちがいい生活

しる・やってみる

もくひょう ★ 目標

☆ふりかえり

じぶん めいわく おも てきせつ たいしょ
・自分が「迷惑だ」と思ったことについて、適切に対処できる。



① 「迷惑だ」と思ったことを、相手にどうやって伝えますか。

もし、誰かに「迷惑だ」と言われたら、どうしますか。どうやって謝りますか。

かんが
考えましょう！

かんがえましょう！

②やってみましょう！（ロールプレイ）

2

ちばし にほん せいかつ
千葉市や日本には、どんな生活のルールやくらしのマナーがあるでしょうか。

み おも はな
見てみましょう。ルールやマナーについてどう思いますか。話しましょう。

みてみましょう！

とうきょうとたぶんかきょうせい こうえきざいだんほうじんとうきょうと そうせいざいだん
● 東京都多文化共生ポータルサイト（公益財団法人東京都つながり創生財団）

す
住まいのルール・くらしのマナー

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/useful/guide/life/05.html>



ちばしせいかつ
● 千葉市生活ガイド

せいかつ す おと こえ まも
3. 生活のルール（ごみを捨てる・音や声）を守る

<https://www.city.chiba.jp/shimin/shimin/kokusai/seikatsuguide.html>



エスディージーズ もくひょう
⑫ SDGs - 目標12



はなす

☆ふりかえり

もくひょう
★目標



・「ごみ」の問題について自分の考えを話したり、相手の考えを理解することができる。

1. 「3 R」を知っていますか。

知っていることや、他の人の話を聞いて、わかったことを書きましょう。



2. ごみを増やさないために、あなたは、普段どんなことをしていますか。

(3R以外にも、いろいろな取り組みがあります。)

3. 「ごみ」の問題について、あなたはどのように思いますか。

★キーワード

ごみ

かんきょう

もんだい

すてる

◇あたらしい言葉を書きましょう！

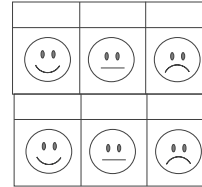
エスディーゼーズ もくひょう
⑫ SDGs - 目標12

しる・やってみる

もくひょう
★ 目標

☆ふりかえり

かんきょう まも こうどう
・ 環境を守るために行動することができる。



いえ なか ただ しょぶん
・ 家の中のいらぬものを、正しく処分することができる。

SDGsの目標12を意識して、「もったいない」を実践するために、あなたの生活の中で
あしたから何ができますか。

みてみましょう!

● Edu Town SDGs 目標12

<https://sdgs.edutown.jp/info/goals/goals-12.html>



● 「もったいない」 UN Environment Programme

<https://youtu.be/qfglQo9kpjI?feature=shared>



2

いま いえ なか す しょぶん
今、家の中に、いらぬものや、捨てたいものがありますか。どうやって処分しますか。

しらべましょう!

● ごみをへらすために… 千葉県のごみの分別

千葉県のごみ分別表 (多言語版)

<https://www.city.chiba.jp/kankyo/junkan/shushugyomu/gomidasiitiranhyo.html?PreviewID=044CF7CE%2D97A1%2D67D1%2DF28B3BD129568016&mode=preview>



みてみましょう!

● 『つながるひろがるにほんごでの暮らし』(文部科学省)

レベル1 シーン1 | 住民としてのマナーを理解しよう

(ごみの捨て方を近所の人にきく) <https://tsunagarujp.mext.go.jp/level01/a11>



がくしゅうほうほう
⑬ 学習方法 (ふりかえり)



はなす

もくひょう

★目標

- にほんごがくしゅう た がくしゅう
・日本語学 習 や、その他の学 習 についてふりかえり、できたこと、
できていること、足りないことについて話 すことができる。

☆ふりかえり

1. あなたは今、どんな学 習 をしていますか。

2. その学 習 の目的は何ですか。

3. どうやって学 習 していますか。

4. 学 習 を始めて、何が変わりましたか。

★キーワード

がくしゅう
ほうほう
ふりかえり
かいぜん

◇あたらしい言葉を書きましょう！

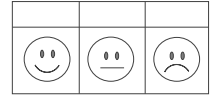
がくしゅうほうほう
⑬ 学習方法 (ふりかえり)

しる・やってみる

もくひょう
★ 目標

にほんごがくしゅう た がくしゅう かいぜん
・日本語学 習 や、その他の学 習 についてふりかえり、改善できる。

☆ふりかえり



やってみましょう!

した じこひょうか つか じぶん がくしゅう じぶん ひょうか
① 下の自己評価ツールを使って、自分の学 習 を自分で評価しましょう!

けっか はな
結果について、話しましょう。

にほんごのうりよくじこひょうか ぶんかちょう
● 日本語能力自己評価ツール (文化庁)

<https://www.nihongo-check.bunka.go.jp/>



じこひょうか
● 自己評価 (OU Multilingual Plaza)

<https://plaza.cme.osaka-u.ac.jp/wp-content/uploads/2022/08/portfolio03.pdf>



がくしゅう もくひょう せってい
② これからの学 習 の目 標 を設定しましょう!

もくひょうせってい
● 目標設定ピラミッド

かいてみましょう!

