

# 日本のサラリーマン

動画リンク: <https://youtu.be/pPBytTCMuqY>

## 【前半】

日本のサラリーマン

この動画は、前半は敬語または丁寧語で、漢字には「ふりがな」があります。後半は話し言葉(友だち言葉/タメ語)になり、漢字に「ふりがな」はありません。学習にお役立てください。

今回は「日本のサラリーマン」を学びながら、日本語を勉強しましょう。

はじめまして。

私の名前は「すずき まさたか」です。

漢字は「鈴木 正孝」と書きます。

会社のみんなからは「すずきさん」と呼ばれ、親しい友人からは「まさ」と呼ばれています。

今日は皆さんに、ある日本人がどのように生活しているのか知っていただきながら、日本語を勉強してもらいます。

私は日本のサラリーマンです。

サラリーマンという言葉は英語のようですが英語ではありません。

サラリーマンは英語の「給料(Salary)」と「人(man)」という英語を組み合わせたものです。

「給料をもらって働く人」という意味の言葉で、日本でしか通じません。

「和せい英語」と呼ばれています。

## ■私のはたらく会社

私の年れいは32さいです。

私の1ヶ月の給料は35万円です。

税金やほけんで8万円くらい引かれるので、自由に使えるのは27万円くらいです。

毎月の給料とは別に、賞与(ボーナス)を1年間に2回、夏と冬にもらうことができます。

賞与がでない会社もあります。

私の会社では、1回の賞与は給料2.5ヶ月分くらいです。

日本は給料が上がらないのに、税金やほけんだけは少しずつ高くなるので困っています。

ただ、給料はそんなに高くありませんが、1年間の休みは多いです。

1年間の休みは120日あります。

1年間の休みが115日以上ある会社は「ホワイト企業」と呼ばれます。

一方、1年間の休みが105日以下の会社は「ブラック企業」と呼ばれます。

私の会社は、はたらく時間も長くないので、とてもはたらきやすい会社です。  
はたらく時間は1日8時間です。

AM9:00からPM6:00まではたります。

今でも日本人の多くは給料が増えないのに残業をしています。  
残業してもお金が増えないので「サービス残業」と呼ばれています。

日本では「サービス」という言葉がよく「0円(タダ)」という意味で使われます。

たとえば、野菜を売っている八百屋で買いものをすると、たまにお店の人が「これ、サービスでつけておくよ！」と買っていないものをタダでくれるときがあります。

そのため、タダではたらく残業という意味でサービス残業と呼ばれています。  
日本はすばらしい国ですが、サービス残業のような古い文化は良くないと思います。

私の会社はホワイト企業なので、サービス残業はありません。  
逆に、毎日PM6:00には仕事をやめてちゃんと帰らないといけません。

これは、そうしたほうがはたらく人がちゃんとはたらいてくれると会社のえらい人たちが考えているからです。

だから、私ははたらいている時間はとても一生けんめいがんばって仕事をします。

これは、会社にとっても私にとっても良いことだと思います。

#### ■私の仕事

私のはたらく会社はペットフードやペットがあそぶおもちゃを販売する会社です。

けっこう大きな会社でテレビやしんぶん、インターネットでよく見かけます。

私の仕事は、犬やねこなどのペットがけんこうに暮らすための商品を考えることです。  
「商品企画部」と呼ばれています。

今考えている商品は、アプリを活用した商品です。

犬やねこのごはんが決まった時間に自動で出てきたり、どのくらい食べたのかをアプリに自動送信します。

その他にもこのアプリではいろいろなことができます。  
ペットと暮らす人とペットに役立つとても良い商品だと思っています。

## ■通きん

会社に通うことを通きんといいます。

通きんに使う電車のことを「通きん電車」といいます。

日本の電車は時間にとっても正確です。その正確さには多くの外国の人がおどろくと思います。

ただ1つ良くないことがあります。

それはAM、7:30-8:30、PM6:00-8:00の時間帯はとても人が多くなることです。

その時間帯のことを「ラッシュアワー」と呼びます。

ちなみに、この「ラッシュアワー」は和せい英語ではなく、英語圏の国でも通じるちゃんとした英語です。

それを知らずに、その時間帯に電車を利用する外国の人は、その人の多さには本当におどろくと思います。

サラリーマンをしていて一番大変なことは、このラッシュアワーの通きんです。

1日のストレスのうち、そのほとんどがこのラッシュアワーの通きんによるものだと思います。

私は家から会社まで1時間くらいですが、中には片道2時間くらいかけて通きんしている人もいます。

外国では、電車の中で電話をすることは当たり前ですが、日本は電車の中で電話をはいけません。

着信音もならないようにマナーモードにしておきましょう。

あと、男性の場合、ちかんにまちがえられないように気をつけないといけません。

本当はちかんをしていなくても、ちかんにまちがえられると日本では大変なことになります。

けど、日本の電車では本当にちかんを受ける女性もいます。

そのため、一部の電車では、人が多い時間帯に女性だけが乗れる女性専用の車両があります。  
ラッシュアワーの電車はきげんが悪い人も多いです。

そのため、ちょっとしたことでケンカになったりすることもあるので、本当に注意が必要です。

ただし、電車のラッシュアワーは平日だけです。

平日とは、仕事がある月よう日から金よう日のことをいいます。

平日はみんなが仕事で会社と自宅をおうふくするから、それだけ人が多くなります。

## ■平日の私の食事

### ■■朝食

朝に食べる食事を「朝食」といいます。  
これからの1日をがんばるために、朝食はとても大事です。

ですから私は朝食をしっかり食べることにしています。

しかし、仕事がある日の朝は忙しいのでトーストとヨーグルトというようなかんたんな朝食です。

「食パン」と呼ばれるパンをトースターで焼き、バターをぬって食べます。  
食パンはパン屋、スーパー、コンビニで買うことができます。

日本の食パンはとてもフワフワでおいしいです。

フワフワのパンをトースターで焼くことによって食パンの表面がカリッとサクサクの食感になります。

ヨーグルトはスーパーやコンビニで売っている小さいヨーグルトを私は食べます。  
日本のヨーグルトのふたはすごいです。

どうすごいかというと、ヨーグルトのふたの内がわにはヨーグルトが付かないようになっています。

なぜヨーグルトのふたにヨーグルトが付かないかというと、それは科学的な工夫がされているからです。

ヨーグルトのフタの内がわはデコボコになっています。  
水は平らな場所では横に広がりますが、デコボコした場合にはその場にとどまらずに流れていきます。

水分が多いヨーグルトもデコボコがあると、その場にとどまらずにフタに付きません。

これには多くの外国の人がおどろくようなので、あなたも日本に訪れたら是非コンビニやスーパーでヨーグルトを買ってみてくださいね。

### ■■昼食

お昼の食事のことを「昼食」といいます。

会社の近くに私のお気に入りのお店がいくつかあるので、その日の気分と人の多さで決めていきます。

私のお気に入りの昼食:そば屋

私は昔からそばが好きです。日本人は食事のとき音を立てて食べることを悪いマナーとしています。

しかし、そばやうどんなどのめん類のときは音を立てて食べます。

そばやうどんを食べるとき、日本人が音を立てて食べる理由は香りを楽しむためと言われていま

す。  
もう少し詳しくいうと、音を立てて空気といっしょに吸うことによって、はなから香りが抜けて、良い香りが広がっておいしく感じるのです。

私のお気に入りの昼食:弁当

日本の弁当文化は世界でも広く知られています。

「Bento」で通じる国もたくさんあります。

私の会社の近くには大きな会社がたくさんあります。

そのため、お昼ごろになると、多くの弁当屋さんが弁当を売りにくるのです。

洋食や和食、中華などさまざまな弁当屋が並びます。

私の好きな弁当は「のり弁当」「ロースカツ丼」「しょうが焼き弁当」などです。

だいたいどれも800円から1,000円くらいで買うことができます。

中にはみそ汁を無料で付けてくれる弁当屋もあります。

私のお気に入りの昼食:居酒屋のランチ

居酒屋というのはもともと夜にお酒を飲みながら食事をするお店です。

しかし、居酒屋の中にはランチを提供しているお店があります。

これがなかなかおすすです。

その理由は、安くておいしいからです。

なぜ、居酒屋が昼にお店を開けてランチを提供しているのかというと、おいしいランチを安く食べてもらい、夜にお酒を飲みにきてほしいからです。

居酒屋のランチはあまりもうからないと思います。食材もけっこう良いものを使っていますし、量も多いです。

だから私は夜にときどきその居酒屋にいったりお酒を飲んだり食事をしたりします。

そうすれば居酒屋も喜ぶはずですよ。私はその居酒屋の昼も夜のメニューもどちらも大好きです。

私のお気に入りの昼食:コンビニ

コンビニとはコンビニエンスストアのことで、日本ではこれを短くして「コンビニ」と呼びます。

そば屋に人が多くて入れないときや、ほしい弁当が売り切れているときは昼食をコンビニで買うことがあります。

日本のコンビニにはなんでもあります。

弁当、おにぎり、サンドイッチ、惣菜、飲み物、アイス、お菓子、文房具、調味料、その他、パンツやシャツなどの衣るいも買うことができます。

コンビニによっては、コンビニで買ったものをコンビニの中で食べるイートインスペースがある場合もあります。

日本のコンビニは24時間365日いつでも開いていますし、なんでも売っているのでとても便利です。

## ■■夕食

平日の夕食は家に帰る途中でどこかのお店で食べるか、家で自分で作って食べるかのどちらかです。

ただ、仕事をした日は帰ったらけっこう疲れているので、料理もかんたんなものになります。

私はとんじるというみそ汁に似ている汁ものをよく作ります。

野菜や肉もたくさん入っていて栄養も高いですし、コンロで火にかけるだけですむので、疲れたときでも作ることができるから便利です。

とんじるを一度にたくさん作り、それを何日間かかけてゆっくり食べます。

夏の暑い時期は外に出しておくのとんじるが悪くなってしまうので、少しあたたかいときはナベごと冷ぞう庫に入れて気をつけて保管しています。

仕事でとても疲れた日は、帰りにお店に行くこともできませんし、帰って料理をつくる元気もありません。

そんな日は、ウーバーイーツ(Uber eats)で何か食事を頼むときもあります。

ラクだし、おいしいお店も多いです。

ただ、少し高いのであまり頼まないように気をつけています。

## ■会社の飲み会

私は会社のなかで「商品企画部」という場所で仕事をしていますが「飲み会」が月に1回か2回ほどあります。

飲み会とは、仕事以外の時間で会社の人たちと親交を深めることを目的とした行事です。

お酒を飲んだり、食事をしたりしながら、会社の人たちと楽しく過ごします。

飲み会は「居酒屋」と呼ばれるお店ですることが多いです。

さいきんでは、日本の居酒屋でよく外国の人を見かけます。

この前、となりの席には外国の人が3人いましたが、「ビール飲みほうだい」にととてもおどろいているようでした。

ビール飲みほうだいというのは、たとえば「2時間で2,000円」など、時間と金がかくが決められているメニューです。

時間内であれば1杯でも飲んでも10杯飲んでも2,000円なので、サラリーマンには安心できる居酒屋のメニューです。

居酒屋では肉料理や魚料理などいろんな料理があります。価格もそんなに高くないので、日本に訪れたときは皆さんもぜひ居酒屋に行ってみてください。

いろんな料理とお酒を楽しめます。

また、日本のサラリーマンをたくさん見ることができ、日本の日常をかんじることもできると思います。

#### ■私の休日

休日というのは仕事がないお休みの日のことです。

仕事がある日はAM6:30くらいにおきますが、休みの日はAM7:30くらいまで寝ています。

私の会社は土曜日と日曜日が休みです。

夏の8月には1週間くらいの連休があります。  
家族や友だちと海に行ったりすることが多いです。

5月にはゴールデンウィークという5日間くらいの連休があります。  
家でんびりしたり、旅行したりする人が多いです。

冬の12月の終わりころから1月3日までは年末年始の連休があります。  
1月1日から3日くらいを「正月」といいます。

年末年始のお休みは「正月休み」とも呼ばれています。  
正月休みは、両親が住む実家に帰り家族みなでおせち料理などを食べたり、神社に初詣(お祈り)に行くことが多いです。

日本人の多くは無宗教ですが、正月にはなぜかみんな神社に行き神様にお祈りをします。

#### ■休日の私の食事

##### ■■朝食

休日の朝食はサラダとヨーグルトか、ヨーグルトだけなどかんたんにすませることが多いです。  
たまに食べないときもあります。

休日の朝は自分が朝食を食べたいと思ったら食べます。

食べたい気分でなければ食べずに過ごします。

休日なので自分のそのときの気分のままにリラックスして過ごすようにしています。

## ■■昼食

休日の昼食はどこかに出かけてお店で食べることが多いです。  
パンのときもあれば、白いお米を食べることもあります。

どちらかという私は白いお米が中心です。そんなとき自分で「日本人だなあ」と感じます。

私はぎょうざが好きです。

日本のぎょうざは中国や台湾で食べるような水ぎょうざではなく、焼きぎょうざです。  
ただ、平日はあまり食べないようにしています。

理由はニンニクのニオイが強いからです。

仕事の日には1人ではなく、たくさんの人と話します。

そのため、周りの人にいやな思いをさせないように、ニオイが強い食べものを食べないようにしているのです。

朝はあまりぎょうざを食べる気分ではありません。  
夜にぎょうざを食べると次の日も少しニオイが残ります。  
そのため、私は休日の昼食にたまに大好きなぎょうざを食べるというわけです。

## ■■夕食

休日の夕食はだいたいお酒を飲みながら食事をすることが多いです。  
お酒といっても私の場合、ウイスキーやワインではなく、ビールをよく飲みます。

ビール以外にはハイボールも好きです。  
ハイボールというのは「ウイスキー&ソーダ」のことです。

お酒を飲むととてもお腹がへり、少し食べすぎてしまうことがあります。

そのため、お酒を飲んで食事をするときは食べすぎないように気をつけています。  
お酒を飲みながら食べる食事はさしみや肉料理が多いです。

さしみというのは生の魚を切ったものです。  
さしみは、寿司の上ののっている魚だけを食べることです。

寿司は魚だけではなく、シャリ(酢めし)と呼ばれるご飯と一緒に魚を食べます。

## ■私の平日

平日の朝はAM6:30くらいに起きます。  
平日とは仕事がある月よう日から金よう日のことです。



平日はPM6:00に仕事が終わって、電車に乗って家に帰るとPM7:30くらいです。たまにスーパーに行って買いものをする日もあります。そのときは家に着くのがPM8:00くらいになります。

家に帰ってきたら、すぐにシャワーを浴びて服を着がえます。

そして冷ぞう庫からビールを取り出して、ベランダで飲むのが好きです。

夏(6月～9月)は、私の家のベランダから花火大会の花火が見えます。夜空にきれいに光る花火を見ながら飲むビールはとてもおいしいです。

私の家のベランダからは桜の木も見えます。そのため、春(3月～5月)はきれいに咲いた桜を見ながらビールを飲むこともできます。

私の家のベランダは私にとって、とてもすてきな空間と時間です。

ビールのしゅるいはキリン、アサヒ、サントリーなどが有名です。私はサントリーのプレミアムモルツが一番好きです。

ビールを飲んだあと、たまにさんぽに行きたい気分のあるときがあります。そういうときは、20分くらいさんぽをして帰りに近くのコンビニで買いものをすることもあります。

夜、コンビニの前には10代の若い人たちが集まってみんなで楽しく話していることがあります。

日本でお酒が飲めるのは20さいからです。20さいのことを「ハタチ」ということもあります。

昔は、20のことを「はた」と呼んでいたそうです。しかし「はた」だけで使われることはなく、日本語のルールとして「ち」をつけて「はたち」になりました。

そのため、20さいのことを「ハタチ」ということがあり「お酒はハタチになってから！」などと使われます。

10代の人たちはお酒もまだ飲めませんし、カフェに行くお金もあまり持っていません。コンビニであれば、飲みものや食べものくらいは買うことができます。そのため、10代の若い人たちは夜になるとコンビニの前に集まることのあるのです。

PM11:00ころまでテレビやYouTubeをみたり、音楽をきいたりしてダラダラのんびり過ごします。たまにパソコンをするときもあります。ただ、家で仕事はしないことにしています。

私は日本人ですが、日本人は仕事をしすぎだと思います。

仕事をするときは仕事を一生けん命にがんばって、仕事以外のときは自分の大切な時間を過ごす。それが私の考え方です。

■私のしゅみ

私のしゅみはキャンプです。  
しゅみの話をするとき「ハマっている」ということがあります。

ハマっているというのは、それがとても大好きという意味です。  
「私はキャンプにハマっています」というように使います。

私の場合、キャンプといっても、たくさんの人でワイワイ楽しむのではなく、ソロキャンプです。

ソロキャンプというのは、1人でキャンプをすることです。

ソロキャンプは自分のペースで、1人しずかにキャンプを楽しむことができます。  
私がキャンプのときに使う道具は、テント、寝袋、マット、テーブル、チェア、ランタン、バーナー、クッカー、ナイフ・まな板・カトラリーなどの調理道具があります。

キャンプには自分が好きな本や食材をもっていったり、音楽をきくこともあります。  
だいしぜんの中で、ひとりしずかに過ごす時間はとてもぜいたくな時間だと思います。

#### ■私のペットのこと

私はねこを1匹かっています。  
ねこの名前は「とうふ」です。  
名前の由来は、とても白いねこだからです。  
とうふは5才、男の子です。

朝は私より早起きです。  
夜ねるときは私のベッドにきていっしょに寝ます。

ねこの食事代は1ヶ月4,000円くらいです。  
私のはたらく会社はペットフードやペットがあそぶおもちゃを販売する会社です。

なんと私の会社ではペットを飼っている人には1ヶ月5,000円のお金が給料とは別に支払われるのです。

日本はペットのほけんも充実しています。

良い条件のほけんでも1ヶ月2,000円くらいなので、私はとうふのためにペットほけんに入っています。  
万が一、とうふがびょうきになってもほけんのおかげで治りょうのお金は20%くらいの支払いですみます。  
これは治りょうに10万円かかる場合、自分で支払うのは2万円ですむという意味です。  
ただ、私がどうぶつ病院で支払うのは10万円です。  
支払ったことをほけん会社に伝えることで、ほけん会社から私の銀行に8万円が振り込まれるのです。

「日本のサラリーマン」は、いかがでしたか？

今後の動画制作に活かしますので、感想を是非コメント欄から教えてください。

前半、お疲れ様でした。

前半は丁寧な言葉で読み上げましたが、ここから先の後半は家族や親しい友人と話すときのような「話し言葉」で読み上げます。

話し言葉は「友だち言葉」や「タメ語」などと呼ばれることもあります。それでは後半スタートです。

## 【後半】

日本のサラリーマン

よろしく。

俺の名前は「すずき まさたか」。

漢字は「鈴木 正孝」って書く。

会社のみんなからは「すずきさん」って呼ばれてるけど、親しい友達からは「まさ」って呼ばれてる。

今日は、みんなに、日本人がどんな生活をしてるか知ってもらいながら、日本語を勉強してもらおうよ。

俺は日本のサラリーマン。

サラリーマンって言葉、英語みたいだけど英語ではない。

サラリーマンは英語の「給料(Salary)」と「人(man)」を合わせた言葉で「給料をもらって働く人」って意味の言葉だけど、日本でしか通じない「和せい英語」らしい。

### ■俺が働いてる会社

俺は32歳。

俺の1ヶ月の給料は35万円。

税金や保険で8万円くらい引かれちゃうから、自由に使えるのは27万円くらい。

毎月の給料とは別に、賞与(ボーナス)が年に2回、夏と冬にももらえるんだけど、賞与が出ない会社もあるんだよね。

うちの会社では、1回の賞与は給料の2.5ヶ月分くらい。

日本って、給料が上がらないのに税金や保険だけは少しずつ高くなって、困っちゃうよね。

でも、給料はそんなに高くないけど、1年間の休みは多い。

1年間の休みは120日ある。

1年間の休みが115日以上ある会社は「ホワイト企業」って呼ばれてる。

逆に、1年間の休みが105日以下の会社は「ブラック企業」って呼ばれてる。

うちの会社は、はたらく時間も長くないから、めっちゃ働きやすい会社なんだ。

働く時間は1日8時間。

AM9:00からPM6:00まで働いてるよ。

今でも、日本人の多くは給料が増えないのに残業してるんだ。

残業しても金が増えないから「サービス残業」なんて呼ばれてる。

日本では「サービス」って言葉がよく「0円(タダ)」という意味で使われてるんだ。

たとえば、八百屋で買い物すると、たまに店の人が「これ、サービスでつけておくね！」って言いながら、買ってないものをタダでくれることがある。

だから、タダではたらく残業を「サービス残業」と呼んでるんだよ。

日本は素晴らしい国だけど、サービス残業みたいな古い文化は良くないと思うんだ。  
うちの会社はホワイト企業だから、サービス残業はない。

逆に、毎日PM6:00には仕事をやめてちゃんと帰らなきゃいけない決まりなんだ。  
これは、そうしたほうが会社員がちゃんとはたらいってくれるって会社の偉い人たちが考えてるからだよ。

だから、はたらいてる時間はめちゃくちゃ一生けん命にがんばって仕事してるんだ。  
これは、会社にとっても俺にとってもいいことだと思うよ。

#### ■俺の仕事

俺がはたらいてる会社はペットフードやペットのおもちゃを売ってる会社。  
けっこう大きな会社で、日本ではテレビやしんぶん、ネットでもよく見かける会社。  
俺の仕事は、犬や猫みたいなペットがけんこうに暮らせるような商品を考えることなんだ。  
「商品企画部」って呼ばれてる部署で仕事してる。  
で、今、考えてる商品はアプリを使ったやつ。犬や猫のごはんが決まった時間に自動で出るし、  
どれだけ食べたかもアプリに自動送信するんだ。  
そのアプリでは他にもいろいろなことができるんだよ。  
ペットと暮らしてる人やペット自体にもめちゃくちゃ役立ついい商品だと思ってる。

#### ■通きん

会社に通うことを通きん、

通きんに使う電車のことを「通きん電車」っていうんだよね。

日本の電車はめちゃくちゃ時間に正確。その正確さには多くの外国の人もマジでおどろくと思うよ。

ただ1つ良くないことがある。  
それはね、AM7:30-8:30、PM6:00-8:00の時間帯はハンパない人の多さになるってこと。

その時間帯のことを「ラッシュアワー」って呼ぶ。  
ちなみに、この「ラッシュアワー」は和せい英語ではなく、英語圏の国でも通じるちゃんとした英語ね。

それを知らずに、その時間帯に電車を利用する外国の人は、人の多さにはマジでおどろくと思う。

サラリーマンをしていて一番大変なことは、間違いなくこのラッシュアワーの通きんだね。

1日のストレスのうち、そのほとんどがこのラッシュアワーの通きんによるものだと俺は思っている。

俺は家から会社まで1時間くらいだけど、中には片道2時間くらいかけて通きんしている人だっているんだからマジで大変だよ。

外国では、電車の中で電話をすることは当たり前だけど、日本は電車の中で電話をしてはいけない決まり。

となりの人と話すのは良くて電話で話すのはダメって、個人的にはよくわからないけど、まあ、騒がしいことを嫌う日本人らしいよね。

着信音もならないようにマナーモードにしておいたほうがいいよ。

あと、男の場合、ちかんにまちがえられないように気をつけて。  
本当はちかんをしていなくても、ちかんにまちがえられると日本では大変なことになる。

けど、日本の電車では本当にちかんを受ける女性もけっこういるんだよね。

だから、一部の電車の人が多い時間帯では女性だけが乗れる女性専用の車両ってのがあったよね。

それに、ラッシュアワーの電車はきげんが悪い人も多いんだよね。  
ちょっとしたことでケンカになったりすることもあるので、マジで気をつけて。日本のラッシュアワーの電車はマジでいろいろとつらい。

ただ、電車のラッシュアワーは平日だけだね。  
平日というのは、仕事がある月よう日から金よう日のことね。

平日はみんなが仕事で会社と自宅をおうふくするから、それだけ人が多くなるってわけ。

## ■平日の俺の食事

### ■■朝食

朝に食べる食事を「朝食」って言う。

これからの1日を頑張るために、朝食はめちゃくちゃ大事。

だから俺は朝食をしっかり食べるようにしてる。

でも、仕事がある日の朝は忙しいから、トーストとヨーグルトみたいなかんたんな朝食が多いかな。「食パン」と呼ばれるパンをトースターで焼いて、バターをぬって食べる。

食パンは、パン屋とかスーパー、コンビニで買えるよ。

日本の食パンはすごくフワフワでおいしい。

フワフワのパンをトースターで焼くと、表面がカリッとサクサクになるんだ。

ヨーグルトはスーパーやコンビニで売ってる小さいヨーグルトを食べてる。

知ってた？日本のヨーグルトのフタはすごいんだよ。

どうすごいかって、フタの内側にヨーグルトが付かないようになってるんだ。

工夫されてるみたいで、ヨーグルトのフタの内側はデコボコになってる。

水は平らな場所では横に広がるけど、デコボコだとその場にとどまらずに流れていくらしい。

水分が多いヨーグルトもデコボコがあると、その場にとどまらずにフタに付かないようになってるんだって。

これには多くの外国の人がおどろくみたいだから、あなたも日本に来たらぜひコンビニやスーパーでヨーグルトを買ってみてね。

## ■■屋食

お昼の食事のことを「屋食」とか「ランチ」っていう。

会社の近くに俺のお気に入りの店がいくつかあって、その日の気分と人の多さで決めてるよ。

俺のお気に入りの屋食:そば屋

昔からそばが好きでさ。日本では食事のときに音を立てて食べるのは悪いマナーってされてるけど、そばやうどんみたいなめん類のときは音を立てて食べるんだよ。

そばやうどんを食べるとき、音を立てて食べる理由は香りを楽しむためって言われてる。

詳しくいうと、音を立てて空気といっしょに吸いこんだら、はなから香りが抜けて、よりおいしく感じるからなんだ。

俺のお気に入りの屋食:弁当

日本の弁当文化は世界的にも有名で「Bento」で通じる国も多いよね。

俺の会社の近くには他にも大きな会社がいっぱいあるから、お昼どきになると、いろんな弁当屋が弁当を売りにくるんだよね。

洋食や和食、中華とかいろんなしゅるいがあって、俺が好きなのは「のり弁当」「ロースカツ丼」「しょうが焼き弁当」このあたり。マジでどれもうまい。

だいたいどの弁当も800円から1000円で買えるし、中にはみそ汁を無料で付けてくれる店もあるからさいこう。

俺のお気に入りの屋食:居酒屋のランチ

居酒屋って基本的に夜にお酒を飲みながら食事をするところなんだけど、中にはランチを提供してる店もあるんだよね。

これが、安くておいしいからめっちゃおすすめ。なんで安いかというと、ランチを安く食べてもらって、夜も飲みに来てほしいって考えてるからなんだよね。

居酒屋のランチってあまりもうからないと思う。だって、食材もいいもの使ってるし、量も多いからね。

だから俺は夜にときどきその居酒屋に行って、お酒飲んだり食事したりしてる。

そうすればランチでがんばって夜のお客さんを集めようとしている居酒屋も喜ぶだろうし。まあ、俺はその居酒屋の昼も夜のメニューもどっちも大好きだよ。

俺のお気に入りの屋食:コンビニ

コンビニってのはコンビニエンスストアのことで、短くして「コンビニ」と呼ばれてる。そば屋に人が多くて入れないときとか、ほしい弁当が売り切れてるときは、屋食をコンビニで買うことも全然あるよ。

日本のコンビニって、マジで何でもあるんだよね。

弁当、おにぎり、サンドイッチ、惣菜、飲み物、アイス、お菓子、文房具、調味料、その他、パンツやシャツとか、衣類まで買えちゃうんだよね。  
コンビニによっては、買ったものを店内のイートインスペースで食べられるところもあるし、スーパーとちがって、コンビニは24時間365日いつでも開いてるから、マジで便利。

## ■■夕食

平日の夕食は、家に帰る途中でどっかの店で食べるか、家で自分で作るかのどっちかだね。  
ただ、仕事した日は帰ったらけっこう疲れてるから、料理も簡単なものになっちゃう。  
俺は「とんじる」っていうみそ汁みたいな汁ものをよく作るよ。

野菜とか肉がたくさん入ってて栄養もあるし、コンロで火にかけるだけですむから、疲れてるときでもサクッと食べられて便利なんだよね。  
とんじるを一度にたくさん作って、それを何日間かかけてゆっくり食べる。

夏のあつい時期は外に出しておくのとんじるが悪くなっちゃうから、少しあたたかいときはナベごと冷ぞう庫に入れて、気をつけて保管するようにしてる。

仕事でめっちゃ疲れた日は、帰りに店に行くこともできないし、帰って料理を作る元気もないんだよね。

そんな日は、ウーバーイーツ(Uber Eats)で食事を頼むこともあるよ。

ラクだし、おいしい店も多いからね。

ただ、少し高いからあまり頼まないように気をつけてるけど。

## ■会社の飲み会

俺は会社の中で「商品企画部」というところではたらいてるんだけど、月に1回か2回くらい飲み会があるんだよね。

飲み会っていうのは、仕事以外の時間に会社の人たちと親交を深めるためのイベントみたいなやつ。

お酒を飲んだり、食事をしながら、みんなでワイワイ楽しむんだよね。

飲み会は「居酒屋」って呼ばれる店でやることが多いかなあ。

最近は、日本の居酒屋でよく外国の人も見かけるよ。

この前、となりの席に外国の人が3人いたけど、「ビール飲みほうだい」にすごくおどろいてたよ。  
ビール飲みほうだいっていうのは、たとえば「2時間で2,000円」みたいに、時間とねだんが決まっているメニューのことで、時間内であればビールを1杯でも10杯でも2,000円で飲めるから、サラリーマンには助かるメニューなんだよね。

居酒屋では肉料理や魚料理などいろんな料理があるし、ねだんもそんなに高くないから、日本に来たときはぜひ居酒屋に行ってみてね。

いろんな料理とお酒を楽しめるし、日本のサラリーマンをたくさん見ることができて、日本の日常を感じるができると思うよ。

## ■俺の休日

休日っていうのは仕事がない休みの日のことね。

仕事がある日は午前6時半くらいに起きるけど、休みの日はちょっと遅めに7時半くらいまで寝ることが多いかなあ。

俺の会社は土曜日と日요일が休みで、夏の8月には1週間くらいの連休があるから、家族や友だちと海に行ったりすることが多いね。

5月にはゴールデンウィークっていう5日間くらいの連休があって、家でんびりしたり、旅行したりする人が多い。

冬の12月の終わりから1月3日までは年末年始の連休があって、1月1日から3日くらいを「正月」っていうことが多い。

年末年始の休みは「正月休み」とも呼ばれてて、正月休みは、親が住む実家に帰って家族みんなでおせち料理を食べたり、神社に初もうで(お祈り)に行くことが多いね。

日本人の多くは無宗教だけど、正月にはなぜかみんな神社に行って神様にお祈りするから外国人からみたらちょっと不思議に思うかも。

## ■休日の俺の食事

### ■■朝食

休日の朝食はサラダとヨーグルトか、ヨーグルトだけとか、かなりシンプルにすませることが多いね。

たまには食べないときもあるし。

休日の朝は、食べたいと思ったときに食べる。食べたくないなら食べない。

まあ、休日だから、そのときの気分に合わせて決めてるよ。

### ■■昼食

休日の昼食は、どっかに出かけて店で食べることが多い。

パンを食べたり、白いお米を食べることもある。

どちらかと言えば、俺は白いお米が中心かな。そういうときに「自分は日本人だな」と感じるよ。

俺はぎょうざが好きなんだけど、日本のぎょうざは中国や台湾の水ぎょうざじゃなくて、焼きぎょうざなんだよね。

ただ、平日はあまり食べないようにしてる。理由は、ニンニクのおいが強いから。

仕事の日にはたくさんの人と話すから、周りにいやな思いをさせないように、においが強いものはあまり食べないようにしてる。

朝はあんまりぎょうざを食べる気分じゃないし、夜に食べると次の日ににおいが残ることもあるから、たまに、休日の昼に好きなぎょうざを食べるんだよね。

### ■夕食



休日の夕食はだいたいお酒を飲みながら食事することが多いかな。  
お酒と言っても、俺の場合はウイスキーやワインじゃなくて、よくビールを飲む。

ビール以外にもハイボールも好き。ハイボールっていうのは「ウイスキー&ソーダ」のことね。  
お酒を飲むとお腹がすいて、つい食べすぎちゃうことがあるから、飲みながら食事するときは食べすぎないように気をつけてる。

お酒を飲みながら食べる食事は、さしみや肉料理が多いかな。

さしみっていうのは生の魚を切ったもので、寿司の上ののってる魚だけを食べるって感じ。  
寿司はさしみみたいに魚だけじゃなくて、シャリ(酢めし)って呼ばれるご飯と一緒に魚を食べるんだ。

#### ■俺の平日

平日の朝は6時半くらいに起きるよ。  
平日っていうのは、仕事がある月曜日から金曜日のことね。

仕事は午後6時に終わって、電車に乗って家に帰ると、そうだなあ、だいたい午後7時半くらいになるかな。  
たまにスーパーに行って買いものをする日もあって、そのときは家に着くのが午後8時くらいになる。

家に帰ったら、すぐにシャワーを浴びて服を着がえる。  
シャワーから出たら、冷ぞう庫からビールを取り出して、ベランダで飲むのが好きだね。

夏(6月~9月)は、俺の家のベランダから花火大会の花火が見えるんだ。夜空にキレイに光る花火を見ながら飲むビールは最高においしいよね。

家のベランダからは桜の木も見えるから、春(3月~5月)はキレイに咲いた桜を見ながらビールを飲むこともできてマジでさいこう。

俺の家のベランダは、俺にとってすごくいい空間だね。

ビールの種類は麒麟、アサヒ、サントリーとかが有名だけど、俺はサントリーのプレミアムモルツが一番好き。

ビールを飲んだあと、たまに散歩に行きたくなることがある。  
そういうときは、20分くらいさんぽをして、帰りに近くのコンビニで買いものをすることもあるよ。

夜、コンビニの前には10代の若い人たちが集まって、みんなで楽しく話してることもあるんだよね。  
日本ではお酒が飲めるのは20歳からだから、10代の人たちはお酒もまだ飲めない。

昔は、20のことを「はた」と呼んでたんだって。  
けど「はた」だけで使われることはなく、日本語のルールとして「ち」をつけて「はたち」って使われていたんだって。

だから、20さいのことを「ハタチ」といったりするんだよね。  
「お酒はハタチになってから飲みましょう」とか、そういう使い方をする。

若い人は、カフェに行くお金もあんまりないからね。  
コンビニなら、飲みものや食べものくらいは買えるから、夜になるとコンビニの前に集まってるというわけ。

夜は11時くらいまでテレビやYouTubeをみたり、音楽を聞いたりしてダラダラとのんびり過ごすことが多いかな。  
たまにパソコンをいじることもあるけど、家で仕事はしないことにしてる。

俺は日本人だけど、日本人は仕事をしすぎだよ。

仕事をするときは一生けん命にがんばって、仕事以外のときは自分の大切な時間を過ごす。それが俺の考え方だね。

#### ■俺のしゅみ

俺のしゅみはキャンプ。  
しゅみの話をするとき「ハマっている」という言葉を使うことがある。  
「ハマっている」っていうのは、それがめっちゃくちゃ好きって意味だよ。  
「俺はキャンプにハマってる」って感じで使うんだ。

俺の場合、キャンプって言っても、たくさんの人でワイワイやるんじゃなくて、ソロキャンプだね。  
ソロキャンプっていうのは、1人でキャンプをすること。

これだと自分のペースで、1人しずかにキャンプを楽しむことができるんだよね。

俺がキャンプで使う道具には、テント、ねぶくろ、マット、テーブル、チェア、ランタン、バーナー、クッカー、ナイフ・まな板・カトラリーなどの調理道具がある。

キャンプへは、自分が好きな本を持っていったり、音楽をきくこともある。  
大自然の中で、1人しずかに過ごす時間は、本当に贅沢な時間だよ。

#### ■俺のペットのこと

俺はねこを1匹飼ってる。  
名前は「とうふ」。  
名前の由来は、彼がとても白いからさ。

とうふは5歳の男の子で、朝は俺より早起き。  
夜ねるときは、俺のベッドに来て一緒にねるんだよね。

ねこの食事代は1ヶ月に4,000円くらいかかる。  
俺がはたらいてる会社はペットフードやペットのおもちゃを売ってる会社で、ペットをかってる社員にはなんと、1ヶ月5,000円のお金が給料とは別に支給される。

日本ではペットのほけんも充実していて、いい条件のほけんでも1ヶ月2,000円くらいなんだよね。だから、俺はとうふのためにペットほけんに入ってる。

もし万が一、とうふがびょうきになっても、ほけんのおかげで治りょうのお金は20%くらいの自己負担ですむんだ。

これは、治りょうに10万円かかった場合、俺が自分で支払うのは2万円ですむって意味。

ただし、じっさいにどうぶつ病院で払うのは10万円。

そのあと、支払ったことをほけん会社に伝えると、保険会社から俺の銀行口座に8万円が振り込まれるんだよね。

「日本のサラリーマン」は、いかがでしたか？

今後の動画制作に活かしますので、感想を是非コメント欄から教えてください。

それでは、また別の動画でお会いしましょう。



**Japanese-listening-SUSHI**

