

だい8か けんこうかんり

## 第8課 健康管理

### ការគ្រប់គ្រងសុខភាព

#### ■ 目標 ■

朝礼で指導員に体調を聞かれ、答えることができる。

អាចឆ្លើយតបពេលត្រូវបានគ្រូណែនាំសួរនៅក្នុងការប្រជុំពេលព្រឹក។

作業中に体調が悪くなったことを、具体的に伝えることができる。

អាចប្រាប់ដោយជាក់លាក់នូវការដែលមិនស្រួលខ្លួនពេលកំពុងធ្វើការងារ។

指導員のアドバイスを聞いて、行動に移すことができる。

អាចស្តាប់ដំបូន្មានរបស់គ្រូណែនាំ ហើយធ្វើសកម្មភាពបាន។

■<sup>かいわ</sup>会話I■

朝礼で体調の確認をしています。

鈴木            <sup>ありふさん、おはよう。</sup>  
アリフさん、おはよう。

アリフ            <sup>おはよう　ございます。</sup>  
おはよう　　ございます。

鈴木            <sup>ちょうしは　どう？</sup>  
調子は　　どう？

アリフ            <sup>げんきですが…。</sup>  
元気ですが…。

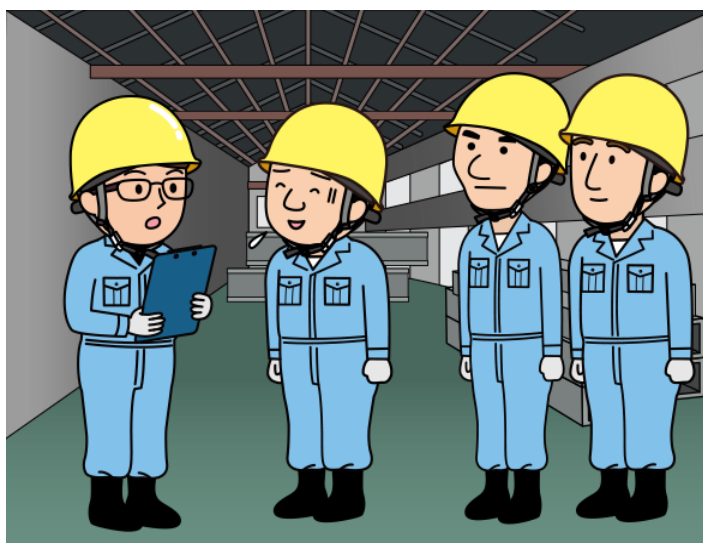
鈴木            <sup>ん？</sup>  
ん？

アリフ            <sup>きのう　あまり　ねられませんでした。</sup>  
きのう　　あまり　　寝られませんでした。

鈴木            <sup>そうか。</sup>  
そうか。

<sup>ちょうしが　わるかったら、すぐ　いうんだよ。</sup>  
調子が　悪かったら、すぐ　言うんだよ。

アリフ            <sup>はい、わかりました。</sup>  
はい、わかりました。



健康管理

ការគ្រប់គ្រងសុខភាព

■ 会話 I ■

ពួកគេកំពុងពិនិត្យស្ថានភាពសុខភាពក្នុងការប្រជុំពេលព្រឹក។

Suzuki      អាទិ៍ អរុណសួស្តី។

Arif          អរុណសួស្តី។

Suzuki      ស្ថានភាពសុខភាពយ៉ាងម៉េចដែរ?

Arif          សុខភាពល្អទេប៉ុន្តែ...។

Suzuki      ថ្វី?

Arif          ម្សិលមិញខ្ញុំគេងអត់សូវបាន។

Suzuki      អូ។

បើមិនស្រួលខ្លួន ត្រូវប្រាប់ភ្លាមៗណា។

Arif          បាទ ខ្ញុំយល់ហើយ។

■<sup>かいわ</sup>会話2■

アリフさんは工場で作業しています。

アリフ <sup>すずきさん。</sup> 鈴木さん。

<sup>あたまが いたいです。</sup>  
頭が 痛いです。

鈴木 <sup>だいじょうぶか？いつから？</sup>  
大丈夫か？いつから？

アリフ <sup>はりの ようせつを しました。</sup>  
梁の 溶接を しました。

<sup>それから いたく なりました。</sup>  
それから 痛く なりました。

鈴木 <sup>そうか。</sup>  
そうか。

<sup>じゃ、ちょっと じむしよで やすもう。</sup>  
じゃ、ちょっと 事務所で 休もう。



健康管理

ការគ្រប់គ្រងសុខភាព

■ 会話<sup>かいわ</sup>2 ■

លោក អារីហ្វ កំពុងធ្វើការនៅរោងចក្រ។

Arif            លោក ស៊ីហ្ស៊ីគី

ខ្ញុំឈឺក្បាល។

Suzuki        មិនអីទេឬ? តាំងពីពេលណា?

Arif            ខ្ញុំបានផ្សារផ្ទឹម។

បន្ទាប់មកក៏ឈឺតែម្តង។

Suzuki        អូ។

អ៊ីចឹង តោះសម្រាកនៅទីស្នាក់ការបន្តិចសិនទៅ។

■<sup>かいわ</sup>会話3■

アリフさんは工場で作業しています。

鈴木 <sup>ありふさん、みず、のんでる？</sup>  
アリフさん、水、飲んでる？

<sup>はい、ときどき。</sup>  
アリフ はい、ときどき。

鈴木 <sup>もっと のんだほうが いいよ。</sup>  
もっと 飲んだほうが いいよ。

<sup>ねっちゅうしょうに なるから。</sup>  
熱中症に なるから。

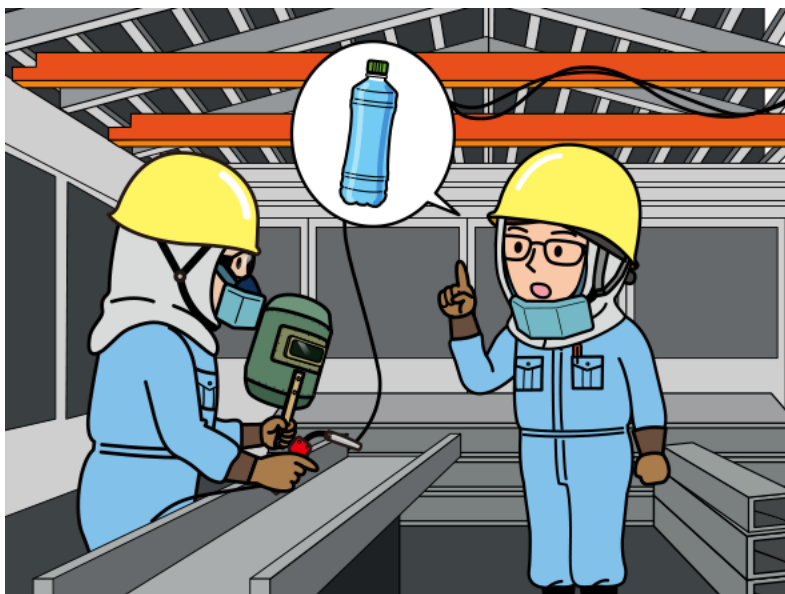
アリフ <sup>ねっちゅう…？</sup>  
ねっちゅう…？

鈴木 <sup>ねっちゅうしょう。</sup>  
熱中症。

<sup>みずを のまないと、あたまが いたくなったり、たおれたり するよ。</sup>  
水を 飲まないと、頭が 痛くなったり、倒れたり するよ。

アリフ <sup>わかりました。</sup>  
わかりました。

<sup>たくさん みずを のみます。</sup>  
たくさん 水を 飲みます。



■ 会話3 ■

លោក អារីហ្វ កំពុងធ្វើការនៅរោងចក្រ។

Suzuki      អារីហ្វ មានបានញ៉ាំទឹកទេ?

Arif          បាទ ញ៉ាំពេលខ្លះ។

Suzuki      ញ៉ាំឲ្យច្រើនជាងហ្នឹងទៀតទើបល្អ។  
ដោយសារអាចកើតជំងឺស្រួតកម្ដៅ។

Arif          ねっ ちゆ う ... ?

Suzuki      ជំងឺស្រួតកម្ដៅ។  
បើមិនញ៉ាំទឹក នឹងទៅជាឈឺក្បាល ឬដួលសន្លប់ណា។

Arif          ខ្ញុំយល់ហើយ។  
ខ្ញុំនឹងញ៉ាំទឹកឲ្យច្រើន។

■ ことば ■

|    | ことば    | 読み       |
|----|--------|----------|
| 1  | 調子     | ちょうし     |
| 2  | 寝られない  | ねられない    |
| 3  | 調子が悪い  | ちょうしがわるい |
| 4  | 頭が痛い   | あたまがいたい  |
| 5  | 梁      | はり       |
| 6  | 溶接     | ようせつ     |
| 7  | 痛い     | いたい      |
| 8  | 事務所    | じむしょ     |
| 9  | 水      | みず       |
| 10 | 熱中症    | ねっちゅうしょう |
| 11 | 倒れる    | たおれる     |
| 12 | 涙      | なみだ      |
| 13 | 止まる    | とまる      |
| 14 | のどが痛い  | のどがいたい   |
| 15 | 咳が出る   | せきがでる    |
| 16 | 立つ     | たつ       |
| 17 | しびれる   | しびれる     |
| 18 | 吐き気がする | はきけがする   |
| 19 | めまいがする | めまいがする   |
| 20 |        |          |
| 21 |        |          |
| 22 |        |          |
| 23 |        |          |
| 24 |        |          |
| 25 |        |          |
| 26 |        |          |
| 27 |        |          |
| 28 |        |          |
| 29 |        |          |
| 30 |        |          |

■ ことば ■

|    | 意味             |
|----|----------------|
| 1  | ស្ថានភាពសុខភាព |
| 2  | គេងមិនបាន      |
| 3  | មិនស្រួលខ្លួន  |
| 4  | ឈឺក្បាល        |
| 5  | ផ្ទឹម          |
| 6  | ការផ្សារ       |
| 7  | ឈឺ             |
| 8  | ទីស្នាក់ការ    |
| 9  | ទឹក            |
| 10 | ជំងឺស្រួចកម្ដៅ |
| 11 | ដួលសន្លប់      |
| 12 | ទឹកភ្នែក       |
| 13 | ឈប់            |
| 14 | ឈឺក            |
| 15 | ក្អក           |
| 16 | ឈរ             |
| 17 | ស្លឹក          |
| 18 | ចងក្អិត        |
| 19 | វិលមុខ         |
| 20 |                |
| 21 |                |
| 22 |                |
| 23 |                |
| 24 |                |
| 25 |                |
| 26 |                |
| 27 |                |
| 28 |                |
| 29 |                |
| 30 |                |

■ 応用練習 ■

④⑤にあなたが使う文を書きましょう。

指導員にチェックしてもらいましょう。

★ たいちょう 1

あたまでが いたいです。

頭が 痛いです。

なみだが とまりません。

① 涙が 止まりません。

のどが いたくて、せきが 出ます。

② のどが 痛くて、咳が 出ます。

たつ ことが できません。

③ 立つ ことが できません。

④

⑤

★ たいちょう 2

あたまでが いたいです。

頭が 痛いです。

てが しびれます。

① 手が しびれます。

はきけが します。

② 吐き気が します。

めまいが します。

③ めまいが します。

④

⑤

★ たいちょう 1

ខ្ញុំឈឺក្បាល។

① ទឹកភ្នែកហូរមិនឈប់។

② ឈឺក ហើយក្អក។

③ ឈាមមិនបាន។

④

⑤

★ たいちょう 2

ខ្ញុំឈឺក្បាល។

① ខ្ញុំស្លឹកដៃ។

② ខ្ញុំចង់ក្អក។

③ ខ្ញុំវិលមុខ។

④

⑤

## わたしの かいわ

モデル<sup>かいわ</sup>会話を参考<sup>さんこう</sup>にして、会話<sup>かいわ</sup>を書きましよう。

指導員<sup>しどういん</sup>にチェックしてもらいましょう。

សូមសរសេរសន្ទនាដោយយោងតាមសន្ទនាគំរូ។

សូមសុំឲ្យគ្រូណែនាំពិនិត្យ។