

I. Stay Healthy

1	I stay healthy.	わたしは元気でいる。 <small>げんき</small>
2	I stay home.	わたしは家 <small>いえ</small> にいる。
3	I eat well.	わたしはよく食 <small>た</small> べる。
4	I sleep well.	わたしはよくねる。
5	I rinse my mouth.	わたしは口 <small>くち</small> をすすぐ。
6	I gargle.	わたしはうがいをする。
7	I cough.	わたしはせきをする
8	I put on a mask.	わたしはマスクをする。
9	I wash my hands (with soap).	わたしは(せっけんで)手 <small>て</small> をあらう。
10	I disinfect my hands (with alcohol).	わたしは(アルコールで)手 <small>て</small> を消毒 <small>しょうどく</small> する。
11	I dry my hands with a towel.	わたしはタオルで手 <small>て</small> をふく(かわかす)。
12	I have a fever.	わたしは熱 <small>ねつ</small> がある。
13	I have chills / a chill.	わたしは寒 <small>さむ</small> けがする。
14	I should see a doctor.	わたしは医 <small>い</small> しゃにみてもらうべきだ。
15	I take my temperature with a thermometer.	わたしは体 <small>たい</small> 温計 <small>おんけい</small> で熱 <small>ねつ</small> をはかる。
16	I feel weak.	わたしは弱 <small>よわ</small> っている(だるい/力 <small>ちから</small> がはいらない)。
17	I have a rest.	わたしは休 <small>きゅう</small> 憩 <small>けい</small> する。

II. Enjoy A New Lifestyle and Social Manners

18	Don't touch.	さわらない。
19	Don't talk.	話 <small>はな</small> さない。
20	Don't go to crowded spaces.	密 <small>みつしゅう</small> 集 <small>じゅう</small> しているところ <small>ところ</small> にいかない。
21	Don't get closer.	近 <small>ちか</small> づかない
22	Don't take a long time.	時 <small>じかん</small> 間 <small>かん</small> をかけない。
23	Keep your hands clean.	手 <small>て</small> をきれいにしておこう。
24	Keep quiet.	しずかにしよう。
25	Enjoy outdoor games.	外 <small>そと</small> あそびをたのしもう。
26	Make space.	間 <small>あいだ</small> をあけよう。
27	Make a shopping list.	かいものリストをつくろう。
28	Never go out without a mask.	ぜったいにマスクをしないまま出 <small>で</small> かけない。
29	Always use your own glass and dish.	いつも自分 <small>じぶん</small> のグラスやお皿 <small>さら</small> を使 <small>つか</small> おう。
30	Get fresh air often.	たびたびしんせん <small>くうき</small> な空気をすおう。
31	Avoid the 3Cs.	3C(3密 <small>みつ</small>)をさけよう。
32	Let's avoid closed spaces.	密閉 <small>みつぺい</small> をさけよう。
33	Let's avoid crowded places.	密集 <small>みつしゅう</small> をさけよう。
34	Let's avoid close-contact settings.	密接 <small>みつせつ</small> をさけよう。

表現リスト III

III. Help My Family

35	I help my family.	わたしは家族の手伝いをする。 <small>かぞく てつだ</small>
36	I help my mother.	わたしはお母さんの手伝いをする。 <small>かあ てつだ</small>
37	I help my father.	わたしはお父さんの手伝いをする。 <small>とう てつだ</small>
38	I wash a cleaning rag.	わたしはぞうきんをあらう。
39	I wash a shirt.	わたしはシャツをあらう。
40	I wash a handkerchief.	わたしはハンカチをあらう。
41	I wring out a cleaning rag.	わたしはぞうきんをしぼる。
42	I wring out a towel.	わたしはタオルをしぼる。
43	I squeeze a sponge.	わたしはスポンジをしぼる。
44	I dry a cleaning rag.	わたしはぞうきんをかわかす。
45	I dry a towel.	わたしはタオルをかわかす。
46	I dry a sponge.	わたしはスポンジをかわかす。
47	I wipe the glasses.	わたしはグラスをふく。
48	I wipe the dishes.	わたしはお皿をふく。 <small>さら</small>
49	I wipe the chopsticks.	わたしははしをふく。
50	I rub off dirt / the ink.	わたしはよごれ／インクをふきとる。
51	I open the window / door.	わたしはまど／ドアをあける。
52	I open the curtains.	わたしはカーテンをあける。
53	I close the window / door.	わたしはまど／ドアをしめる。
54	I close the curtains.	わたしはカーテンをしめる。
55	I sweep the floor / garden (with a broom)	わたしはゆか／にわを(ほうきで)はく。
56	I throw garbage into a waste basket.	わたしはごみをごみ箱にすてる。 <small>ばこ</small>
57	I wash the glasses.	わたしはグラスを洗う。 <small>あら</small>
58	I wash the dishes.	わたしはお皿を洗う。 <small>さら あら</small>
59	I turn on the water.	わたしは水をだす。 <small>みず</small>
60	I turn off the water.	わたしは水をとめる。 <small>みず</small>
61	I put the slippers in order.	わたしはスリッパをならべる。
62	I turn on the light.	わたしは明かりをつける。 <small>あ</small>
63	I turn off the light.	わたしは明かりをけす。 <small>あ</small>
64	I make my bed.	わたしはベッドをととのえる。
65	I clean the table.	わたしはテーブルをかたづける。
66	I set the plates on the table.	わたしはお皿をテーブルにならべる。 <small>さら</small>
67	I pour a drink.	わたしは飲み物をつぐ。 <small>の もの</small>
68	I do the laundry (with detergent).	わたしは(せんざいで)せんたくをする。
69	I hang a shirt.	わたしはシャツをほす。

補足 ○各例文は日本語、英語共に文法にも配慮しながら、「遊びながら言葉に親しむ」ことを主目的とし、口語表現としてなじみのあるもの、リズムのよいものも表記することでより親しみやすくしています。