

**(00:05)** みなさん、こんにちは。「Akari's Heart Read Aloud」へようこそ。  
**Hi, everyone! Welcome to “Akari's Heart Read Aloud.”**

ここからは日本語を学ばれている方用のセクションです。  
**Here comes a section for those of you studying Japanese.**

英語を学ばれている方は、このエピソードの後半へ行ってください。  
**If you're learning English, please go to the second half of this episode.**

私はホストのあかりです。英語の文を朗読してくださるのは、私の友人であるアリスさんです。  
**Akari is your host, and I am her friend, Alice.**

私はハワイのマウイ島で暮らしながら、日々感じたこと、思ったことを英語と日本語で綴ってきました。  
**Akari has been keeping a personal journal for years that captures her thoughts and feelings about her daily life on Maui, Hawaii.**

このポッドキャストでは、それらの書き物を英語と日本語の両方で読みあげます。英語を学んでいる方にも、日本語を学んでいる方にとっても、リスニングの力を伸ばす助けになるかと思います。誰かの日記を聞くようなものと思っただければ、わかりやすいかなと思います。また、どちらの言語も学んでいないという方にも楽しんでいただければ、幸いです。

**In this podcast, the journal will be read in both Japanese and English, so if you want to improve your listening skills in either language, this podcast will provide a rich source of learning material. It's like listening to someone's diary. Also, we hope that it's enjoyable for you even if you're not currently learning either language.**

**(02:12)** 前半は日本語を学ばれている方用。後半は英語を学ばれている方用となっております。

**In each episode, the first half is for those of you studying Japanese, and the second half is for friends who are studying English.**

前半も後半も、最初にみなさんが勉強されている言語のみのテキストを聞けるようになっていきます。まずは「どれくらい分かるかな？」と聞いてみてください。そのあとに、段落毎に日本語/英語、もしくは英語/日本語と続きます。それを聞いて自分のリスニングがどうであったか、答え合わせをしてみてください。

**In both sections, you can listen to the script in the target language only first. You can give it a try and see how much you understand. Then, you can listen to Japanese text followed by English or vice versa, a paragraph at a time. This way, you can check how accurate your listening was.**

(03:27) それぞれのエピソードにはチャプターを設定してありますので、そちらからお好きなセクションに行けるようになっております。このチャプターという機能は現在、Apple Podcast と私どものサイトのみで使えるようです。また原稿には、それぞれのセクションの時間、タイムスタンプを明記してあります。

**Each episode has chapters for your convenience, which lets you jump to a particular section of an episode. For now, this feature seems to be supported only on Apple Podcast and my website. Also, the transcripts have the time listed next to each section.**

それぞれのエピソードの最後には出てきた単語や慣用語の説明もあります。

**At the end of each episode, we will explain a couple of vocabulary words and idioms from the episode.**

ウェブサイトでは原稿が日本語と英語の両方で読めるようになっていきますので AkariTranslations.com へ行ってみてください。

**You can visit AkariTranslations.com, and you will see both English and Japanese transcripts. Again, that's A-K-A-R-I Translations dot com.**

---

(05:00 – 13:23) 日本文のみ Japanese only

---

(05:00 & again 13:40) それでは、第5回のエピソードの始まりです。

**Now, let's get into the fifth episode.**

いつもは敬体<sup>けいたい</sup>で文を書いています、今回は常体<sup>じょうたい</sup>で書きました。敬体は「です・ます」で終わる文<sup>お</sup>の事です。常体は「だ・である」で終わる文の事です。

**I usually write my blog entries in the Keitai format, but this time, I wrote it in Jyotai. Keitai is a writing style that ends with “desu or masu” which is polite and formal and used widely in professional settings. Jyotai is one that ends with “da” or “dearu” which is plainer and is often used to jot down your thoughts or feelings.**

数日前<sup>すうじつまえ</sup>母が電話<sup>でんわ</sup>をくれた。特に用事<sup>とく ようじ</sup>はないのだけどと言って。タイミングが良かったので、そのまま30分ほど話した。

**A few days ago, my mom gave me a call. She said there was no particular reason for the call. "I just wanted to say hi," she said. It was good timing, so we spoke for about half an hour.**

色々なことを話していくうちに、「知らない人に話しかける」という話題<sup>わだい</sup>になった。そして二人ともそれについては問題<sup>もんだい</sup>なくできるねと合意<sup>ごうい</sup>した。私はけっこう内向型<sup>ないこうがた</sup>で一人の時間が大好きだけれど、出かけた先<sup>さき</sup>で知らない人に話しかけることには躊躇<sup>ちゅうちよ</sup>しないほうだ。

**We talked about various subjects, and at one point, somehow, we stumbled upon a topic, "Talking to strangers." We agreed that neither of us is afraid of talking to strangers, although I am an introvert and love spending time alone.**

(06:13 & again 16:00) 両親<sup>りょうしん</sup>から、特に母からは、外見<sup>がいけん</sup>や社会的地位<sup>しゃかいてきちい</sup>に惑わされずに人々の良心<sup>りょうしん</sup>を信じて出会うということを学んだ。

**From my parents, especially my mother, I learned to trust in people's goodness, regardless of their appearance or social status.**

私が4歳<sup>さい</sup>くらいだったとき、いつも母と買い物をしていたスーパーで時々会うおじさんがいた。当時<sup>とうじ</sup>50代か60代くらいの人で、顔<sup>かお</sup>に傷跡<sup>きずあと</sup>があり、ちょっと強面<sup>こわおもて</sup>なおじさんだった。いつも一人だった。おじさんは挨拶<sup>あいさつ</sup>をしてくれ、母は迷惑<sup>めいわく</sup>にも面倒<sup>めんどう</sup>にも思う振りを見せず、おじさんと会話をしていたけれど、おじさんが他<sup>ほか</sup>の人と話しているところ

ろを見たことがなかった。おじさんは時々私にアイスクリームを買ってくれようとしたのだけど、母が丁寧にお断りをした。それでも年に一、二回は買ってもらった覚えがある。とけないうちにとスーパーの外で食べる私を、おじさんは目を細めてうれしそうに見ていたのを覚えている。

**When I was about four years old, I remember seeing a man with a noticeable scar on his face at the supermarket where my mom and I regularly shopped. We didn't see him every time, but we saw him sometimes. He was probably in his 50s or 60s at that time, and he was always by himself. He would say hi, and we said hi back to him. I remember my mom carrying on casual conversations with him. I did not see other people talking to him. Whenever he said hi to us, my mom did not look bothered or scared. Sometimes, he tried to buy me ice cream, and my mom often politely turned down the offer, but occasionally, I got ice cream, and I remember thanking him and eating it in front of the store before it melted. I remember seeing his eyes were squinting and he looked happy seeing me eat the ice cream.**

(07:40 & again 18:35) 私は高校生のときは摂食障害があったため、学校には卒業をするために必要な日数を確保するためかろうじて行くという状態であった。でも夜になると、ダンスクラスを取るため、スガジャズダンススタジオには毎晩のように通っていた。踊っているときだけちゃんと息ができるような気がした。

**In high school, I had eating an disorder and crowd phobia, and I barely managed to go to school. But I was able to go to the Suga Jazz Dance Studio to take dance classes every night. When I danced, I could breathe deeply.**

その頃、私たち家族は町の中心に位置するマンションに住んでいた。エンジニアの父が緊急の際にすぐ出社できるようにという理由から。そして町の中心地はピンク街の近くでもあった。ちなみに治安は良かったですよ。

**My family lived in an apartment then, located in the central part of the city. This was because my father, an engineer, needed to get to the office immediately during an emergency. Since it was in the middle of a town, it happened to be in a red-light district (but a safe area).**

ダンススタジオには自転車で通っていた。家から数百メートル離れたところに、ピンク街の端に位置する少し高級感のあるお店があった。このお店は目がチカチカするようなネオンのサインがないという点では好印象だった。閉められたドアの前にはいつも誰かしらスーツ姿のお兄さんが、お客様をお出迎えするために立っていた。3人くらいのお兄さん達が日替わりでいたように覚えている。

**I used to ride my bicycle to the dance studio. A few hundred yards from my house stood one of the high-end-looking businesses on the edge of the red-light district. I liked that this business didn't have any obnoxious flickering neon signs. There was always a man in a suit standing in front of the closed door to greet their guests. There were two or three men, and they took turns standing outside.**

(09:20 & again 21:21) その店がどんな店であれ、そのお兄さん達を無視する気になれず通りかかる度に会釈をしていた。するとお兄さん達は顎をひょいっと上げてくれたり、片手を挙げてくれたりした。そのお互いの存在を認知する作業はやがて声を通しての挨拶になり、私が（ダンススタジオに行くときの「こんばんは！」には「気をつけてなー」に。帰ってきたときの私の「おやすみなさい！」には「おやすみー」になっていた。

**I knew what the shop was for, but I didn't want to ignore the doorman's presence. I gave them a quick bow whenever I passed by, and they lifted their chins toward me or raised their hands as if to say, "Hi." Eventually, our nightly recognition turned into verbal greetings, like "Good evening" (on the way to a class) and them responding, "Be careful (meaning - of the traffic)." When I came home, I said, "Good night," and they replied, "Good night."**

一度も自転車を止めて話したことはなかったけれど、自転車のスピードが許す限りの最小限の情報を交換した。私がダンスのレッスンのために夜出ていくことをお兄さんたちは知ったし、夏はよさこい祭りの練習をしていることも知った。なのでお兄さんたちの挨拶は時々バリエーションに富むようになった。よさこい祭りの前日には「明日がんばれよ！」と言ってくれたし、いつもより遅く帰ってきたときは、「おー無事帰ってきたな！」と言ってくれた。

I never stopped to talk to them, but we exchanged the pleasantries that my bicycle speed allowed for. They eventually knew I was going to a dance class and practicing for Yosakoi, an annual dance festival of my hometown in which the whole town dances. Sometimes, their greetings had variations: "Good luck tomorrow!" for the night before the festival or "Oh good, you're back safely" when I came home later than usual, and so on.

(10:53 & again 23:41) お互いの名前は知らなかったし、無理に知る必要はないと思っ  
た。そのお兄さんたちがどういう経過でその仕事をするようになったのかは分からない  
し、どうして挨拶してくれるのかも分からなかった。

**We didn't know each other's names; none of us tried to find out. I didn't know how they ended up doing that job, or why they would take the time to greet me.**

でも食べ物と体重計で自分を拷問する孤独な日々の中、彼らは私の「夜守り」として  
冷たい心に一筋の光を投げかけてくれる存在だった。まるで「おれらはあんたの闇を  
見守りゆうで」とでも言うかのように。

**But in the lonely world of torturing myself with food and a scale, they became my night watchers and provided a ray of moonlight into my dark, cold heart as if to say, "We see you."**

(11:36 & again 24:52) ある夜、母と一緒にその店の前を自転車で通りかかることがあ  
った。店の前に来て、母と私は同時に「こんばんは～」と言った。するとそのお兄さん  
は私たちを見て、「この母あってこの娘あり」とでも言わんばかりに笑っていた。私  
たちが親子だったって分かったのだろう。

**One evening, my mom and I happened to go out together on bicycles. When we passed in front of the business, we both greeted the doorman. He looked at us and laughed as if to say, "Ah, you two are related! Makes sense!"**

「お母さんも挨拶とったん!？」

「あかりも!？」

と二人で笑った。と同時に、お兄さんたちに挨拶をしていた母のことを誇らしく思った。

**My mom and I also looked at each other and said, "You've been greeting them, too?" Then we laughed. At the same time, I was impressed by my mom once again for being their regular greeter.**

それに昼間はひるまその店の前には誰もいなくて、あのお兄さんたちは本当に存在するそんざいのかなと思うこともあったから、母もあの「夜現あらわれる人たち」を知っていてうれしくなった。

**Also, no one was standing there during the daytime, so sometimes, I wondered if they really existed. I was happy to know that my mom knew of these souls that appeared nightly, too.**

(12:38 & again 26:39) これはほんの二つのエピソードだけど、他の方が見て見ぬ振りふりするような方々をふく含め、知らない人たちと、母が打ち解けていく様子ようすを私は多々た た見て育ってきた。

**These are only two examples, but I have many more episodes of my mother making friends with strangers, including "outsiders" with whom other people did not seem to want to be associated.**

母からは人々の根底こんていに流れるキラキラしているところを見つめて出会っていくことながの大切たいせつさを学んだ。

**From my mother, I learned to look into the "luminous place" flowing deeply within each of us and to meet people in that place.**

そしてこの世界は時には怖いこわところだけれど、それでもやっぱり美しくて、それを信じて参加さんかするに値あたいするところだということを教えてもらった。

**Also from my mother, I learned that the world can be a scary place sometimes, but it's worth believing in and showing up.**

(28:00)

### 今回の日本語レッスン：

- **会釈えしゃくする**

会釈には色々な意味があります。一つはこのエピソードでも使われていたように、

挨拶あいさつをするときに使われます。頭を少し下げますが、お辞儀じぎほど深くふか下げません。相手に「今あいてゆっくり話せないけど、あなたの存在そんざいを認識にんしきしたことは伝えたい」というときに使います。お辞儀をするほどの改あらたまった機会きかいではなく、例えば廊下ろうかですれ違うちがときなどにします。その他に、会釈かいしゃくにはこんがらがった内容ないようを意味つうが通じるようにするという意味もあります。また事情じじょうを説明せつめいしたり、相手の必要あいてとすることひつようを考えて、心配かんがりをしたりするという意味もあります。

(29:06)

**It has several meanings. In this episode, it was used to greet someone. You slightly bow almost like nodding, not as deeply as a real bow. You can do so to let the other person know, “There’s not sufficient time to talk right now, but I recognize your existence.” We often do 会釈 when we pass by someone in a hallway. Also, 会釈する means to explain a situation or to estimate what the other person may need or want and take it into consideration.**

(29:47)

● **\_\_\_に値する**

これは、話している対象たいしょうのものが、空欄くうらんに入るものと同じくらいの価値かちがあるという意味です。値あたいという漢字は英語では value です。なので英語では「It's worth \_\_\_」という意味になります。例えば「そのレストランは行くに値する」と言えば、「It's worth going to the restaurant.」という意味になります。「彼の行動こうどうは尊敬そんけいに値する」と言うと、「His actions are worth respecting.」となります。

(30:31)

**This means something has the same value as what's inserted in the blank. The kanji means “value,” so the whole phrase means, “It's worth \_\_\_.” For example, if you said, “そのレストランは行くに値する,” it means, “It's worth going to the restaurant.” Or you could say, “彼の行動は尊敬に値する,” it means, “His actions are worth respecting.”**

(31:05) 質問しつもんやコメントなどございましたら、サイトのコンタクトフォームにてご記入きにゅうください。それではまた次回じかいお会いできますことを楽しみにしています。



Please let me know if you have any questions or comments through the contact form at AkariTranslations.com. That's A-K-A-R-I Translations.com. We look forward to seeing you next time!

---

(If you are interested in listening to the following English vocabulary words and idioms lesson, you can fast-forward the episode to 57:07.)

### Here are Today's English vocabulary/idioms:

57:07

- **noticeable** – The root word is “notice,” and “able” is a suffix. Together, it becomes an adjective, which means likely to be noticed. If you said, “Oh, this shirt has a noticeable stain,” it means there is a stain that is hard to miss. By adding “ly” at the end of the word, it becomes an adverb. You could use it like this – “The gas price increased noticeably.”

57:46

この言葉のルートワードは「notice」です。ルートワードとは、木の根っこのように、フリルを取り払ったあとに残る基礎の部分のことです。最後にくっついている「able」は接尾辞と言って、ルートワードを味付けしてくれています。「able」は前にくるルートワードができるようになるという意味があります。このルートワードの「notice」は、「気づく」という意味ですね。なので、「able」がくっつくと可能形の「気づける」という意味になります。「Oh, this shirt has a noticeable stain」と言えば、「あー、このシャツはどうしても目に付く染みがある」という意味です。最後に「ly」を付けることで助動詞になり、このように使えます。「The gas price increased noticeably.」「ガソリンの値段が、はっきりと分かるほどに上がった」という意味です。

58:58

- **“high-end”** – It means upscaled, sophisticated, rather expensive products or services. It is ranked towards the higher end of options, so it's called “high-end.” You could say, “For the first time, I had a meal at the high-end restaurant, and it was amazing!” or “I got myself a high-end camera. I'm going to take lots of photos!”

59:30

Akari's Heart Read Aloud Transcript – Episode #005  
“The Night Watchers and the Luminous Place 夜守りとキラキラしているところ”  
For Japanese Language Learners

これは高級こうきゅうで洗練せんれんされた、どちらかと言えば高価こうかな製品せいひんやサービスを意味します。上位じょういの方、つまり高い方に位置いちづけられるので、「high-end」と言います。「For the first time, I had a meal at the high-end restaurant, and it was amazing!」と言えば、「初めてあの高級レストランで食事をした。すばらしかった!」という意味に。「I got myself a high-end camera. I'm going to take lots of photos!」と言えば、「高性能こうせいのおうなカメラを買った。写真しやうしんをいっぱい撮とるぞ!」という意味になります。