

Situation 1

Yamada-san is talking about dieting with Sato-san, who is a junior colleague at the company.

Dialogue

やまだ さいきん ふと
山田：最近ちょっと太っちゃったんだよね。

さとう
佐藤：ほんとですか？

やまだ きょねん か ふく
山田：うん。去年買った服がきつくて。

さとう
佐藤：えー！

やまだ きょねん ふと
山田：そしたら、やっぱり去年より太ってた。

さとう ぜんぜん きつ
佐藤：全然気付かなかったです。

やまだ たいじゅう お ほうほう し
山田：体重落とす方法知らない？

さとう いちばん うんどう
佐藤：やっぱり一番は運動ですかね。

やまだ うんどう いちばん たいじゅう お こうか
山田：運動かー。一番体重落とす効果あるかな？

さとう うんどう いちばん こうか おも
佐藤：はい。運動が一番効果あると思います。

やまだ うんどう す
山田：でも、運動きついなー。好きじゃないんだよね。

さとう べつ はげ うんどう
佐藤：別に、激しい運動じゃなくていいですよ。

やまだ
山田：そうなの？

さとう まいにち ある ちが おも
佐藤：はい。毎日歩くだけでも違うと思います。

やまだ はげ
山田：激しくなくていいならできるかも。

さとう しょくじ き つ
佐藤：食事にも気を付けるといいかもしれません。

やまだ きよねん か ふくき がんば
山田：去年買った服着れるように、頑張るよ。

Breakdown

やまだ さいきん ふと
山田：最近ちょっと太っちゃったんだよね。

Yamada: I happened to get a bit fat recently.

- ふと
太る to get fat; to gain weight

さとう
佐藤：ほんとですか？

Sato: Is that right?

やまだ きょねん か ふく
山田：うん。去年買った服がきつくて。

Yamada: Yeah. The clothes I bought last year fit me tight.

- きょねん
去年 last year
- ふく
服 clothes, dress; outfit
- きつい tight; hard, severe; strong

さとう
佐藤：えー！

Sato: Oh!

やまだ きょねん ふと
山田：そしたら、やっぱり去年より太ってた。

Yamada: Then, as I expected I was fatter than I was last year.

さとう ぜんぜん きつ
佐藤：全然気付かなかったです。

Sato: I did not notice at all.

やまだ たいじゅう お ほうほう し
山田：体重落とす方法知らない？

Yamada: Do you know ways to reduce your weight?

- たいじゅう
体重 (body) weight
- お
落とす to drop; to lose; to turn down

さとう いちばん うんどう
佐藤：やっぱり一番は運動ですかね。

Sato: Perhaps exercise is the best, after all.

- うんどう うんどう
運動 exercise; 運動する to exercise, to move

やまだ うんどう いちばんたいじゅう お こうか
山田：運動かー。一番体重落とす効果あるかな？

Yamada: Exercise, huh. Does it have the biggest impact on reducing weight?

- こうか
効果 effectiveness; effect

さとう うんどう いちばんこうか おも
佐藤：はい。運動が一番効果あると思います。

Sato: Yes. I believe that exercise has the biggest impact.

やまだ うんどう す
山田：でも、運動きついなー。好きじゃないんだよね。

Yamada: But exercise is tough. I don't like it.

さとう べつ はげ うんどう
佐藤：別に、激しい運動じゃなくていいですよ。

Sato: It does not have to be particularly intense exercise.

- はげ
激しい fierce; intense; severe

やまだ
山田：そうなの？

Yamada: Is that so?

さとう まいにちある ちが おも
佐藤：はい。毎日歩くだけでも違うと思います。

Sato: Yes. I believe that even walking every day will make a difference.

やまだ はげ
山田：激しくなくていいならできるかも。

Yamada: If it doesn't need to be intense, maybe I can do it.

さとう しょくじ き つ
佐藤：食事にも気を付けるといいかもしれません。

Sato: It might be good to be careful about your diet also.

やまだ きょねん か ふくき がんば
山田：去年買った服着れるように、頑張るよ。

Yamada: I'll do my best so that I can wear the clothes I bought last year.

- ~ように in order to, so that: わす か
忘れないように書く to write it down so that I won't forget; in
such a way that, like

Situation 2

Miki and Yuka, who are middle school students, are talking.

Dialogue

みき：最近さいきんなんかふんいき雰囲気か変わったね。

ゆか：ほんと？どの辺へんがか変わった？

みき：髪かみかな。伸ばのばしてるの？

ゆか：うん、髪かみ伸ばのばしてる。どうかな？

みき：とってもかわいいよ。

ゆか：ほんと？ありがとう。

みき：どうして伸ばのばしてるの？

ゆか：もうちょっとでこうこうせい高校生だから！モテたいじゃん。

みき：モテるのに、髪かみのなが長さかんけい関係ある？

ゆか：雑誌ざっしで見たんだ。長い髪なががモテるって。

みき：雑誌ざっしにそんなことか書いてるんだ。

ゆか：うん。

みき：でも大事だいじなのは中身なかみだよ。

ゆか：中身なかみ？

みき：うん。やっぱりやさ優しい子こが一番いちばんモテるよ。

ゆか：じゃあやさ優しくならなきゃだね。

みき：大丈夫だいじょうぶ！ゆかちゃんはいつもやさ優しいよ。

ゆか：ほんと？ありがとう。

みき：^{こうこうせい}高校生になるの^{たの}楽しみだね。

ゆか：うん、^{たの}楽しみ！

Breakdown

みき：最近さいきんなんかふんいき雰囲気か変わったね。

Miki: Your atmosphere has somehow changed recently.

ゆか：ほんと？どの辺へんがか変わった？

Yuka: Really? What part changed?

みき：髪かみかな。伸ばのばしてるの？

Miki: Maybe your hair. Are you letting it grow?

- 髪かみ hair
- 伸ばのす to extend, to lengthen, to grow long; to postpone

ゆか：うん、髪かみの伸ばのばしてる。どうかな？

Yuka: Yeah, I'm letting my hair grow. How is it?

みき：とってもかわいいよ。

Miki: It's very cute.

ゆか：ほんと？ありがとう。

Yuka: Really? Thanks.

みき：どうして伸ばのばしてるの？

Miki: Why are you letting it grow?

ゆか：もうちょっとでこうこうせい高校生だから！モテたいじゃん。

Yuka: Because I'm almost a high school student! You want to be popular, right?

- 高校生こうこうせい high school student
- モテる to be popular

みき：モテるのに、髪かみの長ながさ関係かんけいある？

Miki: Is the length of your hair related to being popular?

- 長ながさ length

ゆか：^{ざっし}雑誌で見たんだ。^{なが}長い髪が^{かみ}モテるって。

Yuka: I saw it in a magazine. That long hair makes you popular.

- ^{ざっし}雑誌 magazine

みき：^{ざっし}雑誌にそんなこと^か書いてるんだ。

Miki: So something like that was written in a magazine.

ゆか：うん。

Yuka: Yeah.

みき：^{だいじ}でも大事な^{なかみ}のは中身だよ。

Miki: But what's important is what's inside.

- ^{なかみ}中身 contents, interior; substance

ゆか：^{なかみ}中身？

Yuka: What's inside?

みき：うん。やっぱり^{やさ}優しい^こ子が^{いちばん}一番モテるよ。

Miki: Yeah. After all, kind people are the most popular.

- ^{やさ}優しい gentle; tender; kind; friendly

ゆか：じゃあ^{やさ}優しくならなきゃだね。

Yuka: Then I have to become kind, right?

みき：^{だいじょうぶ}大丈夫！ゆかちゃんはいつも^{やさ}優しいよ。

Miki: It's OK! Yuka-chan, you're always kind.

ゆか：ほんと？ありがとう。

Yuka: Really? Thanks.

みき：^{こうこうせい}高校生になるの^{たの}楽しみだね。

Miki: I'm looking forward to becoming a high school student, aren't you?

ゆか：うん、^{たの}楽しみ！

Yuka: Yeah, I'm looking forward to it!