

「海外赴任 帯同する奥さまのためのEnglish Book」をお読みいただきありがとうございます。このハンドブックは、ご主人の海外赴任に家族で帯同する奥様・お母様が、少しでも駐在生活での英会話をイメージでき、英語への不安を減らすことができたら、と願いを込めて作成いたしました。

日本とは言語も生活環境も異なる海外で、ご家族の食事・病院・学校関連のことなどを一手に引き受ける駐在予定の奥様から、「家族や自分のために、英会話を習ってから出発したい」というご要望を多くいただき、弊社では帯同ご家族の英語準備サポートを2004年から行っています。

それぞれのご家族に応じて、必要な英語のシチュエーションは違います。無料体験レッスンでは、滞在する国や期間、家族構成(お子様の年齢、健康面での不安や学校に通うかどうか)などの情報をお伺いし、出発までの期間を逆算して、必要な英語から優先して学べるカリキュラムを生徒様おひとりひとりに作成します。出発2～3ヶ月前からの直前対策も可能です。

レッスンはお子様連れやオンラインでも受講できます。帯同英語準備レッスンのプロである日本人講師が親身にお話を伺いますので、お気軽に無料体験レッスンにご参加ください。

ご家族の皆様が、駐在先にて実り多い素敵な生活を送ることができますように♪

英会話ビギン株式会社  
代表 加藤いづみ



instagramで駐在妻の  
英会話を配信中!



chuzai\_eikaiwa



CHUZAI.EIKAIWA

まずはお気軽に  
無料体験レッスンへ♪



英会話ビギン株式会社

✉ toiwase@85begin.com

🖥️ <https://kaigai-taido.com>

# 帯同する駐在妻のための 海外赴任 ENGLISH BOOK

**INGREDIENTS:** Corn flour, sugar, oat flour, brown sugar, palm and/or coconut oil, salt, sodium citrate, natural and artificial flavor, malic acid, red 40, reduced iron, yellow 5, niacinamide\*, blue 1, yellow 6, BHT (to preserve freshness), thiamine mononitrate\*, pyridoxine hydrochloride\*, riboflavin\*, folic acid\*.

気をつけたい  
食品添加物 5選



薬について  
薬剤師に相談するときの英会話

**What Level 6/8 E means**  
Reading words with short vowel sounds.  
S blends such as slip, stop, swim.  
R blends such as crab, frog, frog, frog.  
L blends such as clip, flat, glad, slim, blob, slip.  
Digraphs sh, ch, and th (shop, chat, the).  
Student covers endings of words to problem solve.  
Only of points of difficulty are pointing fingers used.  
Fluently reading in phrases.  
Multiple sources of self-correcting and re-reads to confirm and problem solve.  
Contractions - I'm, don't, isn't, can't, I'll, we're, she's, they're

学校の保護者面談(PTC)  
先生への質問事例集

## 目次

- ① 病院探し/診察
- ② 薬局/処方箋
- ③ 予防接種/アレルギー
- ④ ファーストフード/カフェ
- ⑤ 子連れレストラン
- ⑥ 買い物/スーパー
- ⑦ 食品ラベル
- ⑧ 郵便局/宅配便
- ⑨ 銀行
- ⑩ 車/チャイルドシート
- ⑪ プリスクール見学/申込み
- ⑫ 学校への欠席連絡/先生へのメール
- ⑬ 保護者面談/ボランティア
- ⑭ ママ友を作る/公園での交流
- ⑮ 子供の誕生日会

買い物・病院・学校など  
駐在生活で使える!

## ①-A 病院を探す／初診の予約をする

### ○ まずは「かかりつけ医=Family Doctor」を決めよう

- ▶ 日本では耳鼻科、皮膚科、整形外科など自分の判断で訪問する病院を選べますが、アメリカではまず **Family Doctor** (=主治医・かかりつけ医)に診察してもらうことになります。急な発熱であっても予約が必要で、予約が取れない、すぐに診察を受けたいといった場合は **Walk In Clinic**と呼ばれる予約不要のクリニックを訪問するか、**Urgent Care**を利用することになります。
- ▶ Family Doctorは通常の診療、健康診断や様々な予防接種などを行います。小さいお子様がいるご家族は専門の小児科医(**Pediatrics**)を探す事をお勧めします。乳幼児健診や予防接種はすべて小児科医が行います。Family Doctorの手に負えない、さらに治療が必要だと判断されると、専門医(**Specialist**)を紹介されます。

### 初めて病院に検診を予約するときの英会話

**You** **Operator**

Good afternoon. Southern Indiana Physicians.  
How can I help you?

▶ Hi. I was wondering if you would take any new patients.

Yes, we do. Do you have anyone you prefer?

▶ I prefer female doctors if they are available.

We have Dr. Walls.

▶ Sounds good. I would like to make an appointment for a check-up with her.

Okay. Are there any time and days you prefer?

▶ Any days are okay, but I prefer early afternoon.

Let me see... We have September 8th,  
Tuesday at 1:30pm.

▶ That will work.

Bring your insurance card, copay, and  
photo ID.

▶ Okay. Thank you.

Have a good day. Bye.

**あなた** **オペレーター**

こんにちは。南インディアナ内科です。  
どうされましたか？

▶ こんにちは。新しい患者を受け入れているか  
どうかお伺いしたいのですが。

受け入れています。誰が希望はありますか？

▶ もし可能であれば、女医さんがいいのですが。

ドクター・ウォールズが可能ですよ。

▶ お願いします。  
健診の予約を彼女で取りたいです。

わかりました。日時の希望はありますか？

▶ 何曜日でもいいのですが午後の早い時間希望です。

少々お待ちください。9月8日(火)  
午後1時半から空いています。

▶ それで大丈夫です。

保険カード、窓口支払い料金、  
写真付き身分証明書を持ってきて下さい。

▶ わかりました。ありがとうございます。

良い1日を。では。

#### オンラインで病院予約してみよう

「地域名+doctor appointment」で予約  
サイトが出てきます。サイトによっては、  
"Request an appointment"  
(予約のリクエスト)のみで、後日病院から  
連絡がきて、初めて予約できるケースもあり  
ます。急いでいる場合は、直接電話をし  
てみましょう。

Specialty	Choose one
Location	Choose one
Doctor	Choose one
Reason for Appointment	

#### 予約時に使う英単語

- "schedule / book an appointment"  
予約をする
- "choose a specialty"  
専門医を選ぶ
- "choose a visit reason"  
理由を選ぶ
- "choose insurance carrier and plan"  
保険会社とそのプランを選ぶ

## ①-B 医者に診察してもらう

### ○ 子供の症状はあらかじめ英単語を調べ、落ち着いて伝えよう

- ▶ お子様の体調が悪く、かかりつけ医に診察してもらう際、英語で病気について説明するのは難しいことです。症状は英語の単語を調べておくか、スマートフォンで検索して医師にみせましょう。説明の時は症状の部位を指したり、程度を現わすのに両手を広げたり、といったジェスチャーを使うと伝わり易いです。とにかく、お母さんが焦らないこと。しっかりと症状を落ち着いて伝えることです。

### 子供の体調不良時に医師に診察してもらう英会話

**Mother** **Doctor**

▶ Hello, Doctor. My child has a fever, a cough,  
a sore throat, a stomach ache and a weak body.  
He (She) seems to have a cold.  
I'm worried he (she) has the flu.

How much is a fever? From when?

▶ 102°F, from this morning.

When did the other symptoms start?

▶ From last night.

Let's see, now child, open the mouth, big,  
bigger. Yah, the throat is slightly swollen red.

Let's check your chest and stomach. Painful?  
Not so painful now, is it?

Just in case, let's examine with Quick Antigen  
Detection Kit whether it is really flu or not.

It inspects from a runny nose. Mother,  
support him (her) to blow the nose.

You'll get results in about 30 minutes,  
so please wait in the waiting room  
until I'll call you.

Don't worry! The result is not flu.  
It is a normal cold. I'll prescribe medicines.  
Does he (she) have an allergy?

Take medicines properly, warm the body,  
take good meals and good rest at home.  
Then he/she will get well in a few days.  
If not, come back and see me again.  
I hope he (she) 'll get well soon.

**お母さん** **医師**

▶ こんにちは、先生。この子は熱があり、咳が出て喉  
が痛い、お腹も痛い、体がだるいと言っています。  
風邪をひいたようなのですが、  
インフルエンザではないか心配です。

熱はありますか？ いつからですか？

▶ 102度(38.9度)あります。今朝からです。

その他の症状はいつからですか？

▶ 昨日からです。

診察しましょう、まず口を開けて、大きく、  
もっと大きく、喉が少し赤くはれていますね。

胸とお腹を診ましょう。痛い？  
今はたいして痛くはないね？

念のためにインフルエンザかどうか  
「迅速抗原検出キット」で調べましょう。

鼻水から検査します。お母さん、  
お子さんが鼻をかめるようサポートしてください。

30分位で結果は分かります。  
お呼びするので、  
それまで待合室で待っていて下さい。

安心なさい、検査の結果、インフルエンザではない  
ですよ、通常の風邪ですね。薬を処方しましょう。  
アレルギーはありますか？

薬をきちんと飲んで、家で体を温かくして  
ご飯を食べてゆっくり休んで下さい、  
数日で良くなるでしょう。  
良くならなかったら、また診察にいらっしゃい。  
お大事に。

#### これだけは覚えよう! 症状を伝える表現

- \* 自分場合は、I have + 症状
- \* 子供の場合は、My child has + 症状 と伝えます。
- (主な症状) a fever of 38 degrees(38度の熱)  
a cough(咳) / a sore throat(のどの痛み)  
a stomach ache(おなかの痛み)



#### Strep Throat=連鎖球菌性咽頭炎

冬にインフルエンザと共に流行る病気  
です。感染力がとても高く(it is very  
contagious.) 家族全員に移ってしま  
ったというのも良く聞きます。検査をし  
て陽性(positive)だったら抗生物質  
(antibiotics)を処方してもらいます。

## ②-A 薬局で薬を買う

### ○ ちょっとの風邪は市販薬で様子を見ることがほとんど

- ▶ 日本だとお医者さんにも行きやすく、薬もすぐにもらえますが、アメリカではなかなか予約をとることもできず、ちょっとの風邪ならば、市販の薬を買って様子を見ることがほとんどです。薬局をうまく活用しましょう。スーパーの薬局はPharmacyといいます。だいたいスーパー、例えばアメリカではTargetやWalmartなどといったお店では、入り口近くか店の角にPharmacyがあります。薬剤師さんはPharmacistといいます。何を買ったらいいか分からない時は遠慮せずにアドバイスをもらいましょう。

### 薬局で薬を処方してもらうときの英会話

You

Pharmacist

▶ Can I ask you about medicine?

Sure. What are you looking for?

▶ I have been coughing for a few days and I keep waking up during the night. I want something not too strong.

あなた

薬剤師

▶ 薬のことを聞いてもいいですか？

もちろん。何を探しているのですか？

▶ もう何日も咳が続いていて、夜中も起きてしまいます。あまり強くない薬が欲しいです。

### have been ~ ing

“have been ~ing”でその状態がしばらく続いているという意味合いになります。“been coughing”のフレーズを変えて他の症状の言い方も確認してみましょう。

I have been having a fever. (熱が続いています。)

I have been having a sore throat. (喉の痛みが続いています。)

アレルギー用の薬、鼻水・咳の薬を買う時には、眠くなる成分が含まれているのかいないのか、よくチェックしてみましょう。夜は眠り易くて良いですが、昼間はちょっと困ってしまうかもしれません。夜用昼用と書かれているシロップタイプの薬もありますし、他の薬であれば両方用意するのも良いでしょう。薬局ではこう聞いてみましょう。

Does this make me feel drowsy? (これは眠くなりますか？)



スーパー内に薬局がある

アメリカでは病院内に薬局がなく、どこでも好きな薬局で薬を購入できます。スーパーマーケット内のCVS、ここでインフルエンザの予防接種も受けられます。

### アメリカの薬の種類

#### Prescription Drug

医師の処方箋が必要な医薬品をPrescription Drugと言います。紙の処方箋と電子型処方箋があり、紙の処方箋であれば、都合の良い薬局に持参し、処方してもらいます。電子型の処方箋であれば、事前に指定した薬局に処方箋をメールで送ってもらいます。用意が出来た段階でお願いに行けば、待ち時間なく薬を受け取ることが出来ます。ドライブスルーで受け取れる薬局もあり、病気の子供を連れてあちこち動き回るのが大変な時はとても助かります。

#### OTC=Over The Counter Drug

医師の処方なしで自由に買える市販薬をOTC Drugと言います。アメリカでは熱を出して病院の予約を取ろうと電話をしても、症状がたいしたものでない判断されると、市販の風邪薬を飲んで様子を見るようにと言われることがあります。また、医師の診療を受けても抗生物質など処方箋の必要な薬以外は、市販薬を買うように指示されます。

## ②-B かかりつけ医に電話で薬の相談する

### ○ お子さんが風邪をひいたときは、まずかかりつけ医に電話相談しよう

- ▶ お子さんが風邪を引いた時にあげる薬に困った時は、かかりつけ医に電話して、直接看護師さんに聞いてみましょう。電話での相談は無料で出来るところがほとんどです。子供へあげる薬の量は体重で決まってくるので、事前にお子さんの体重をポンドで言えるようにしておきましょう。熱も℃ではなく°Fなので調べておきましょう。

### かかりつけ医に電話で薬の相談をするときの英会話

Mother

Nurse

▶ Hello. I have a 4-year-old son. He has got a fever since last night and still has it. Which medicine should I give him?

What is his temperature?

▶ It is 102°F.

Try Tylenol. How much does he weigh?

▶ He is 32 lb.

Give him ○○ml every 4 hours. If he still has a fever for 3 days, give us a call again.

お母さん

看護師

▶ もしもし、4歳の息子がいます。昨夜から熱が出ていて、まだ熱があります。どの薬をあげたらいいでしょうか？

体温はどのくらいですか？

▶ 102度/38.9度です。

タイレノールを試してみてください。体重はどのくらいですか？

▶ 32ポンド/14.5キログラムです。

4時間毎に○○mlあげてください。熱が3日間下がらなければ電話してください。

### 薬局で使える英会話フレーズ

How often should I take this medicine?

(どのくらいの頻度でこの薬を飲んだら良いですか？)

日本語では「薬を飲む」と言いますが、英語で言うときは“take medicine”と言います。

「飲む」の直訳である“drink”とは言わないので、注意しましょう。

What is the dosage?

(摂取量はどのくらいですか？)

Can I mix with any other medicine?

(他の薬と合わせて飲んで大丈夫ですか？)

Do you have any pain killer? I have a headache.

(痛み止めはありますか？頭痛がするのです。)

Do you have cream for bug bites?

(虫刺され用の塗り薬はありますか？)

Do you have any cream for itchy skin?

I might have touched poison ivy.

(皮膚のかゆみ用の塗り薬はありますか？)

ポイズン・アイビーに触ってしまったかもしれません。)



アメリカ薬局での一般的な解熱剤

アメリカの子供用の薬はシロップやチュアブルなど味付けがとても濃く、慣れていないと非常に飲みづらいです。アメリカの薬は効き目が強く、日本人の体質に合わないことも多いようなので、飲み慣れた薬を持参されると良いでしょう。(薬の持ち込みには数量に制限がありますので注意が必要です)



風邪薬は「cold & flu」のコーナーへ

スーパーやドラッグストアで“cold & flu”と書かれた棚をさがし、風邪薬を探しましょう。sinus=副鼻腔 stuffy nose/nose congestion=鼻づまりのど飴(cough drops)もおいてあります。

### ③-A 予防接種の予約をする

#### ○ お子様が学校に通う場合は、予防接種は必須

→ アメリカの公立学校に通う場合は、予防接種が義務付けられています。学校の登録をする時に、予防接種記録表(immunization record)を提出しないとけません。全ての接種がされていないと、登校禁止になる場合もあるので、海外に引越した際には、地域の小児科を調べ、早めに受診予約をしましょう。予約があると学校に伝えれば通わせてくれるところがほとんどです。

#### 予防接種の予約をとるときの英会話

**You** **Nurse**

This is Nicole speaking. How can I help you?

→ I would like to make an appointment for immunization for my daughter, Yuri Tanaka.

What is her date of birth?

→ April 7th, 2015.

Let me check her records. ...  
Yes, she still needs a couple of shots.

→ I wasn't sure about the schedule, so I couldn't make an appointment on the last visit.

Okay. Do you want Dr. Smith or is a \*nurse practitioner okay?

→ A nurse practitioner is fine.

Are there any time and days that you prefer?

→ Any days are fine, but I prefer in the morning.

How about the 14th at 10am?

→ Umm...when is the next available time?

We have the 17th at 9am.

→ That sounds good.

Okay. I put her name for the 17th at 9am.

**あなた** **看護師**

もしもし、ニコールです。どうされましたか?

→娘 田中ユリの  
予防接種の予約がしたいです。

生年月日はなんですか?

→2015年4月7日です。

記録を確認しますね・・・  
そうですね、いくつか接種が必要ですね。

→前回の時は予定が分からなくて  
予約が出来ませんでした。

分かりました。スミス医師がいいですか、それとも  
\*ナース・プラクティショナーでもいいですか?

→ナース・プラクティショナーでも大丈夫です。

希望の時間や曜日はありますか?

→何曜日でも良いのですが、午前中が希望です。

14日の午前10時はどうですか?

→ええと、次の可能な日時はいつですか?

17日の午前9時です。

→それをお願いします。

わかりました。17日の午前9時にいれておきますね。

#### 学校のウェブサイトを確認しよう

学区(school district)のウェブサイトを確認すれば、「Immunization Requirements」という欄で、どの予防接種が必要なか確認できます。一覧を印刷し、母子手帳を持ってかかりつけ医を訪ねましょう。

#### Immunization Record (予防接種証明書)



予防接種の履歴を示すイエローカード。裏表になっていて、予防接種の履歴がすべて英語で現地のドクターによって記入されます。現地の小児科に日本の医師

の英語証明書をもっていけば作ってくれます。これがないと基本的には入学手続きができません。

\*ナース・プラクティショナーとは診断など医師の業務の一部を行うことのできる看護師のことを言います。風邪などで急に予約を入れた場合には、担当医師ではなく、ナース・プラクティショナーに診てもらうこともあります。

### ③-B インフルエンザ予防接種を受ける／アレルギーがあることを伝える

#### ○ 予約なしのWalk-in clinicやスーパー薬局でインフルエンザ予防接種を受けられる

→ アメリカでは、予約なしで行けるWalk-in clinicで、一定年齢以上からインフルエンザの予防接種を受け付けてくれるところもあります。スーパーでも薬局(pharmacy)のあるところなら、自己負担金(co pay)なし、アポなし(No appointment needed.)で接種できます。保険(insurance)に加入していて予防接種がカバーされているなら、買い物ついでに受けましょう。

#### インフルエンザ予防接種を受けるときの英会話

**You** **Receptionist**

→ My son and I would like to get a flu shot today.

Okay. Has he taken a flu shot before?

→ Yes.

Is he allergic to eggs or has he reacted to any shots?

→ He is not allergic to eggs and he has not reacted to any shots.

Alright. Can you fill in this form for each of you?

→ Okay.

**あなた** **受付**

→息子と私のインフル予防接種を受けたいです。

息子さんは以前に接種したことがありますか?

→はい。

卵アレルギーや  
注射の副反応が出たことは?

→卵アレルギーもありませんし、  
副反応も出たことはありません。

それぞれの名前でのこのフォームに記入ください。

→分かりました。

#### 子供のアレルギーを伝える

子供に食物アレルギーがある場合、親の目が届かないところで子供の口に入る食べ物のことが心配です。お母さんが学校にそのことを通達しておかなければなりません。

My son ( My daughter ) is allergic to ~.

～の部分にアレルギーの原因となる食物の名前を入れます。

卵: eggs  
小麦: flour  
乳: milk  
えび: shrimps  
かに: crab  
そば: buckwheat  
落花生: peanuts

子供の食物アレルギーが一つであれば口頭のみで言ってもある程度大丈夫ですが、外国での話ですので書面にも残して手渡した方が良いでしょう。まして複数のアレルギーがある場合はリストにして学校に提出しておくほうがより安心です。事故が起きてしまってから後悔しないように必要な措置でしょう。



学校に持って行くスナックは“Nut Free”  
(ナッツなし)を指定されることが多い

原材料(Ingredients)にナッツが入っていないでもその下に“May contain tree nuts”(ナッツが含まれている可能性があります)と表示がされていたら、製造工場内でナッツが含まれている商品を取り扱っています。



日本からの便利グッズ  
マスク(face mask)

アメリカでマスクをしている人はあまり見かけませんが、アメリカは家の中全体で冷暖房を使うセントラルヒーティングが主流のため、睡眠時に加湿器+マスクで風邪対策がおすすめです。

◎ 注文するときの英会話フレーズ

→ 「～をください」のフレーズはいくつかあります。どの表現を使ってもいいので、1つ言い慣れたら他の言い方も試してみましょう。

- I'll have a ham sandwich.
- I'll take a cheeseburger.
- Can I have a small latte?
- I would like a chicken sandwich.



カフェで注文するときの英会話

You

- Hi. What can I get for you?
- Can I have café latte?
- What size?
- Tall, please.
- Do you need anything else?
- No, that's it.
- That'll be \$5.10. Insert your card whenever you're ready.
- Okay. Thank you.

Café

あなた

- こんにちは。何になさいますか?
- カフェラテをもらえますか?
- 何のサイズですか?
- トールをお願いします。
- 他に何か注文はありますか?
- いいえ、以上です。
- 合計5.10ドルになります。いつでもカードを挿入して良いですよ。
- わかりました。ありがとうございます。

店員



コーヒーのサイズの単位は  
お店によって様々

カフェなどで注文する時はサイズも伝えますが、使われているサイズは様々。どのくらいの大ききなのかわからない時は、カップや紙カップを見せてもらいましょう。

"How big is the medium size?"  
(ミディアムはどのくらいの大ききですか?)

お店によっては、レジのところサンプルが出ています。良く使われるサイズの種類はこちら。

- 12oz small
- 14oz medium
- 16oz large
- short tall grande venti



セットメニューは  
Comboまたは Meal

マクドナルドやウェンディーズのファストフードでのセットメニューは"combo"または"meal"と言い、セットで付いてくるポテトやドリンクのサイズも選べます。店内で食べる場合、"fountain drink" (飲み物が出てくる機械)からの飲み物のみ、"refill" (おかわり・つぎ足し)することができます。本当はコーヒーが欲しかったのに聞いてくれず、空のカップを渡されてしまった、なんてことも起こるので、注意しましょう。



For here = 店内で飲食、  
To go/carry out = 持ち帰り

"For here or to go?" (店内でお召上がりですか? お持ち帰りですか?) はファストフードでの注文でお決まりのフレーズですが、レストランに行くとき"Carry out"という単語を見かけることもあります。これも「お持ち帰り」のこと。料理をレストランではなく、家に持って帰って食べたい場合は、"Can I order for carry out?" (持ち帰り用の注文をしてもいいですか?)と聞いてみましょう。また、カフェで"For here or to go?"と聞かれたときに、"For here"というとき"Can I use a mug?" (マグカップを使ってもいいですか?)と質問されることがあります。

◎ サンドイッチの注文の流れを把握しよう

→ サンドイッチ店のSubwayでの会話を例に紹介します。アメリカには他にもサンドイッチ店がありますが、だいたいどこも同じようなフレーズが使えます。他のファストフードに比べて会話量は多いですが、チャレンジしてみましょう。



サンドイッチを注文するときの英会話

You

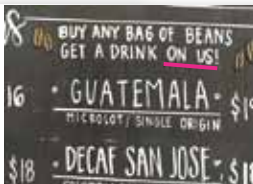
- What can I get for you?
- I would like a roast beef sandwich, please.
- 6" or foot long?
- 6", please.
- What type of bread would you like?
- I would like Italian.
- What kind of cheese do you want?
- Swiss, please.
- Would you like it toasted?
- No, thank you.
- Can I put all the veggies?
- Yes, please. / No Onions, please.
- Would you like any other toppings?
- Can you add some pickles? / No, thank you.
- Would you like any mayonnaise or dressing?
- No, thank you. / Ranch, please.
- Would you like to make it a meal?
- Yes, please. / No, I just want a sandwich.
- It'll be \$5.35.

Worker

あなた

- 何になさいますか?
- ローストビーフサンドをお願いします。
- 6インチですか?\*フットロングですか?
- 6インチをお願いします。
- パンはどの種類が良いですか?
- イタリアンが良いです。
- チーズは何がいいですか?
- スイスチーズをお願いします。
- トースターで焼きますか?
- いいえ、けっこうです。
- 野菜は全部入れていいですか?
- お願いします。/玉ねぎは抜いて下さい。
- 他に何かトッピングは欲しいですか?
- ピクルスを入れてくれますか?/いいえ、結構です。
- マヨネーズやドレッシングは欲しいですか?
- いいえ、結構です。/ランチドレッシングで。
- セットにしますか?
- はい、お願いします。/単品をお願いします。
- 5.35ドルになります。

店員



お店の看板にある「on us」は「無料の特典」

"on us"はおごらせて! という意味。ショップのクーポンやサインボードに"on us"を見つけたら、"お店からのおごり" = 無料の特典が付いてきます。"コーヒー豆1袋買うとドリンク一杯サービス!" "アイスクリーム1つ買くと、2つ目はおごります!" "free(無料)と言われるより、親しみを感じますね。友人同士で使う時は"it's on me today." (今日はおごるよ!) と言えます。

\*フットロング = 30cm  
6インチはその半分

## ⑤ レストランで子連れの夕食をする

→ 海外駐在時に、子連れでレストラン。慣れないうちは少し緊張しますね。フードコートやチェーン店は確かに楽ですが、たまにはパパもママも落ち着いたお店で美味しい食事やワインをゆっくり楽しみたいもの。おしゃれで雰囲気の良いレストランでも、よっぽど高級店でない限り普通は子連れでもOKです。お店によってはキッズメニューがあったり、塗り絵をくれることも！アメリカでのレストランを例に、子供を連れてちょっと美味しいものを食べに行く時、レストランで覚えておく使えるフレーズや知っていると役立つTipsを紹介します。

### レストランに入店するときの英会話

**You**

→ Hi, We have a reservation under Yuko.

OK. Four people?

→ Yes, 2 adults and 2 kids.

Follow me, please.  
Do you need a high-chair or a booster seat?

→ Yes, a high-chair please. Thanks.

These are the kids menu and the coloring.

→ Thank you!!

Your server will be here shortly.

Hi, would you like something to drink first?

→ Can we have four tap water?  
And do you have plastic cups with lids for kids?

Sure. Anything else?

→ May I have a glass of sparkling wine?  
And she'll have a glass of rose.  
Hmm....For foods, well....  
please give us a little more time to think.

**あなた**

→ ゆうこで予約してあります。

4名ですね？

→ はい、大人2名、子供2名です。

どうぞこちらへ。  
ハイチェアかブースターは必要ですか？

→ ハイチェアをお願いします。ありがとう。

キッズメニューと塗り絵をどうぞ。

→ ありがとう！

サーバーが来ますので少々お待ちください。

まず何か飲まれますか？

→ お水を頂けますか？4つ。ただの水でいいです。  
あと、子供用に蓋付のカップはありますか？

かしこまりました。他に何かございますか？

→ スパークリングワインをグラスで、  
彼女にはグラスのロゼをお願いします。  
えーっと…食事については…  
どうしようかな。ちょっと考えさせてください。

### 子連れレストランで覚えておく便利な英語表現

- \* a booster seat → 座高を上げるためのシートで背もたれがないので、幼稚園から小学校低学年くらいまでの子が使うのに便利です
- \* kids menu and coloring → キッズメニューや塗り絵をくれることがあります
- \* tap water → 水道水。有料のミネラルウォーターと区別して使います
- \* plastic cups with lids → 蓋付きのコップに入れてもらえることがあります
- \* baby food → 離乳食

Can I take some baby food for our daughter in the restaurant?

(娘の離乳食を持ち込んでいいのでしょうか?) など予約時に聞いてみましょう

- \* be allergic to ~ → ~にアレルギーがあります。

Our daughter is allergic to eggs. Which dishes on this menu are cooked without any eggs?

(私たちの娘は卵アレルギーです。このメニュー上で、どのお料理が卵なしで調理されていますか?)

- \* extra plates to share → ひと皿の量が多い時などは、取り分け用のお皿を頼んでシェアしましょう



### 食事中の英会話

**You**

There you go. Enjoy your meal!

→ Thanks. Can we have two extra plates to share?  
And can we have more bread for kids?

Of course.

Is everything ok?

→ Everything tastes so good.  
The chicken is delicious as you said. Thank you!

Oh, that's good. Anything that I can do for you?

→ I think we're ok. Thanks.

Sounds good!

**あなた**

さあどうぞ。お楽しみください。

→ 取り分け用のお皿を2つもらえますか?それと子供用にパンのお代わりをお願いしたいのですが。

もちろんです。

いかがですか?

→ 全部美味しいですよ。チキンはおすすめ通りすごく美味しいです。ありがとう!

それは良かったです。他に何か必要なものは?

→ 大丈夫だと思います。ありがとう。

よかったです。

### 食事が終わったときの英会話

**You**

Are these all done?

→ Actually, we're still working on it.

So may I clear this plate?

→ Yeah, please.

Do you want to take a look at the dessert menu?

→ I wish I could, but we're quite full today...  
Thanks, maybe next time.  
Well, can we have a box to go  
and also check, please?

Certainly!

→ Sorry for the mess, but we really had a good time. Thank you so much!

**あなた**

(お皿を指しながら)こちらはお済みですか?

→ 実はまだ食べているんです。

では、こちらはおさげしてもよろしいですか?

→ はい、どうぞ。

デザートメニューをご覧になりますか?

→ そうしたいのはやまですが、今日はもうお腹がいっぱいなんですよ。また次の機会に!  
えーっとそれから、持ち帰り用の箱を頂けますか?  
お会計もお願いします。

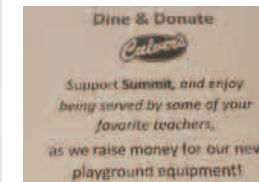
かしこまりました。

→ 散らかしてしまってすみません、でもとても美味しかったです。ありがとう。

### a box to go=持ち帰り用の箱

食べきれない時には、持ち帰り用の箱をもらってもOKです。みな平然と残り物を持ち帰るアメリカでは、箱をもらうのも恥ずかしがる必要は全くありませんよ！たいていのお店にはちゃんと持ち帰り用の箱が用意されています。子連れの場合、テーブルや床を散らかしたり、パンのお代わりをもらったりと何かとお世話になるので、チップと共に心のこもったお礼の一言を忘れずに！

### Dine & Donate 食事をして寄付ができる



アメリカの学校では、クラスの備品や学校の費用の足しにする為に“fundraising”(募金)を行うことがよくあります。よく使われる方法は“Dine&Donate”。指定されたお店で食事をする売上金の1部が学校に寄付されます。学校だけではなく、スポーツチームや中学、高校の活動や運営費用の為にfundraisingをすることもあります。