

レッスン	日本人ガイド	クライアント外国人(観光客)
レッスン②	<p>これから健康状態についてのレッスンをを行います。</p> <p>まず最初に、日本人ガイドのゆっくり気味で、はっきりとした話し方で会話を進めてみます。</p> <p>皆さんもこのスピードでしっかり練習してください。</p> <p>また後半ではネイティブスピーカーのダイアログリーディングがありますので、発音や会話スピードを参考にしてください。</p>	
健康状態の確認	<p>事前に皆さんのメディカルフォーム(健康診断カード)は確認させていただきましたが、皆さん特に問題はないようですね。</p> <p>I have checked your medical forms (health check-up cards) in advance, and you both seem to be in good health.</p>	
		<p>すこぶる健康です。</p> <p>I am in excellent health.</p>
	<p>それはよかったです！</p> <p>出発前に皆さんの健康状態を再確認させてください。</p> <p>疲れている、頭痛がある、おなかが痛いなど、ガイドとして私が把握しておくべき不調がある場合は今、もしくは後で個人的に教えてください。</p> <p>That's good to hear.</p> <p>Before we leave, please let me check again your health conditions.</p> <p>If you have fatigue, a headache, a stomachache, or any other health issue that I as your guide should know about, please tell me now or later in person.</p>	<p>興奮して少し寝不足ですが、それ以外は私も全く問題ありません。</p> <p>I'm a bit short on sleep with all the excitement, but other than that, I don't have any problems, either.</p>

		大丈夫です。 We don't have any health problems.
コロナ対策	それともう1点。 新型コロナはまだ収束しきっていません。今朝は検温しましたか？ 発熱や味覚障害、のどの痛みなど最近感じたことはありませんか？ And another thing. COVID -19 is not over yet. Did you take your temperature this morning? Did you have a fever, or do you have symptoms of a taste disorder, a sore throat, or any other symptoms?	
		今朝の体温は36.7度でした。味覚障害、のどの痛みなどはないです。 My temperature was 36.7 degrees Celsius this morning. I don't have any taste problems nor a sore throat.
	過去10日間の間に、新型コロナ感染者と密に接触したことはないでしょうか？ Have you had close contact with a person who has had COVID-19 within the past ten days?	
		大丈夫、接触していません。 No, no contact with COVID-19 patients.

	<p>ありがとうございます。 例えばロープウェイに乗るときなど、マスクをつけることを忘れないようにお願いします。また、おやつや食事をとる前、トイレの後には手指の消毒も必要です。 皆さんのために携帯用の消毒液ボトルを持参していますので、使ってください。</p> <p>Thank you. Please remember to wear a face mask when taking the ropeway, for example. You also need to disinfect your hands before eating snacks or meals. And after using the restroom. I brought a bottle of hand sanitizer for everyone to use.</p>	
		<p>了解です！自分でも持っています。</p> <p>All right. I have also brought some.</p>
<p>ツアー時のトラブル回避</p>	<p>それでは登山の時に起きるかもしれないいくつかのトラブルを説明しますね。</p> <p>Now, let me explain about some problems that we may have during this trek.</p>	
		<p>はい、お願いします。</p> <p>OK. Yes. Please.</p>
	<p>日焼け止め対策は大丈夫ですか？半袖、半ズボンでも良いですが、日焼け止めクリームを塗りましょう。休憩ごとに繰り返し塗ると効果があります。</p> <p>Do you have sunscreen protection? It is fine to wear short sleeves and pants, but please apply sunscreen. The sunscreen is more effective when you re-apply it during the day. I recommend you do so when we take breaks.</p>	

		<p>はい、塗っています。虫よけスプレーも塗りました！</p> <p>Yes, I have applied sunscreen. I have also applied bug spray!</p>
		<p>僕も万全です！</p> <p>I'm ready, too.</p>
	<p>次に、暑い日に山を登っていて、気分が悪くなりフラフラしてきたら熱中症の疑いがありますので、すぐにガイドに教えてくださいね。</p> <p>Next, if you ever start feeling sick or dizzy while climbing the mountain on a hot day, please tell me as soon as possible because you may have heat stroke.</p>	
		<p>はい、わかりました。気分が悪くなってフラフラしてきたらすぐに教えます。</p> <p>OK, I understand. I'll let you know as soon as I start feeling sick or dizzy.</p>
	<p>また、寒い日の登山中に震えが出てきたら、低体温症かもしれません。その際もすぐにガイドに教えてくださいね。</p> <p>Also, if you start feeling cold and are shivering, it may be a sign of hypothermia. Please tell me immediately in this case, too.</p>	
		<p>はい、わかりました。すぐ教えます。</p> <p>OK, I'll tell you immediately.</p>

	<p>北海道の場合、本州とは違い、3000mを超えるような山はありません。しかしながら、北海道では2000m級の山々であっても、本州の3000m級の山々の環境に匹敵します。それは北海道の緯度や地理が要因です。</p> <p>北海道の森林限界は1,500m付近です。森林限界よりも高い場所では、風を遮る物もなくさらされていて、体感温度の低下に注意しなければなりません。</p> <p>そのため、本州の3000m級の山に登るのと、同じような装備がここでも必要なのです。</p> <p>In Hokkaido, unlike the main island of Honshu, there is no mountain that is higher than 3,000 meters. However, even 2,000-meter-high mountains in Hokkaido have similar environments to 3,000-meter high mountains in Honshu, because of the latitude and geography of Hokkaido.</p> <p>The tree line in Hokkaido is only 1,500 meters approximately. Above the tree lines, the terrain is exposed and there is nothing to block the wind, so you will have to be careful of the wind chill.</p> <p>Therefore you need the same kind of equipment here as when climbing a 3,000-meter level mountain in Honshu.</p>	
		<p>そうなんですね。標高が高くなくても、油断はできないですね。</p> <p>登山中にケガをしたらどうしますか？</p> <p>OK, I see. Even if we are not at high altitude, we can never be too careful.</p> <p>What happens if one of us is hurt while climbing?</p>

	<p>ケガをしたり、傷を負った時もすぐにガイドに教えてくださいね。</p> <p>Please tell me immediately if you get hurt or injured.</p>	
		<p>はい。虫に刺された時も言った方がいいですか？</p> <p>OK. Should I also tell you if I get bitten by an insect?</p>
	<p>蜂に刺されたり、虫に噛まれてひどいかゆみや腫れが出てきた場合は、すぐにガイドに教えてくださいね。アナフィラキシーを起こすようなアレルギーがあり、エピペン（アナフィラキシー補助治療剤）を持参している方は、念のためエピペンがある場所も教えてくださいね。</p> <p>If you get stung by a bee or bitten by an insect, and you develop severe itching or swelling, please tell me. It may cause an allergic reaction such as anaphylactic shock. If you have an EpiPen, please tell me where you keep it in your backpack, just in case.</p>	
		<p>はい、わかりました。酷い痒みがでたら知らせます。</p> <p>私はアレルギー反応はあまりないので、エピペンは使ってません。</p> <p>それでもいろいろなことに気をつけて登山をします。</p> <p>OK. I will let you know if I start itching badly. I don't have an EpiPen because I don't have allergic reactions. But I am careful when climbing mountains.</p>
	<p>あとは保険についてですが、損害賠償保険には加入していますか？</p> <p>Now, about insurance, do you have liability insurance?</p>	

		<p>はい、自国を出る前に自国で旅行保険に加入してきました。</p> <p>Yes. I purchased travel insurance in Canada before leaving.</p>
		<p>私もです。</p> <p>I did, too.</p>
<p>危険同意書／免責同意書</p>	<p>安心しました。 ここに免責同意書が用意されていますので、あらかじめ内容を確認し、同意される場合はサインをお願いします。 当社は参加者への危険を最小限にする為の安全対策を行いますが、参加者にとってツアー中の危険や事故が無いことを保証するものではありません。 登山中の事故・災害・疾病などが発生した場合の捜索・救援・事後処理に要する一切の費用は、お客様又はご家族のご負担となります事を予めご了承ください。</p> <p>I am relieved to hear that. Here is a liability waiver agreement, so please review the contents and sign if you agree. Although we take safety measures to minimize any risks to participants, we cannot guarantee that there will be no danger or accidents during the tour. In the event of an accident, disaster, or illness during the climb, you or your family will be responsible for all costs including search, rescue, and follow-up.</p>	<p>はい、了解しました。</p> <p>OK, we understand.</p>

<p>これでレッスン2の会話を終わります。 実際の現場では、先ほどの日本人ガイドの会話スピードで十分に伝わりますのご安心ください。 続いて、普通のネイティブの発音、アクセント、会話をお聞き下さい。 皆様のこれからの英語力向上のためにネイティブの発音、アクセント、会話を参考にしてください。</p>	
重要表現	<p>次に、このレッスンでは是非覚えていただきたい重要な表現の会話です。 講師のあとに続いて、皆さんも練習してみましょう。 まず、講師が読みます。</p>
	<p>出発前に皆さんの健康状態を再確認させてください。 疲れている、頭痛がある、おなかが痛いなど、ガイドとして私が把握しておくべき不調がある場合は今、もしくは後で個人的に教えてください。</p> <p>Before we leave, please let me check again your health conditions. If you have fatigue, a headache, a stomachache, or any other health issue that I as your guide should know about, please tell me now or later in person.</p>
	<p>受講者の皆さま、それでは、練習しましょう。 はい、どうぞ。</p>
役に立つ表現	<p>続いて、覚えておくと非常に役に立つフレーズをご紹介します。 講師のあとに続いて、皆さんも練習してみましょう。 まず、講師が読みます。</p>
	<p>その1 蜂に刺されたり、虫に噛まれてひどいかゆみや腫れが出てきた場合は、すぐにガイドに教えてくださいね。</p> <p>Point 1 If you get stung by a bee or bitten by an insect, and you develop severe itching or swelling, please tell me.</p>
	<p>その2 過去10日間の間に、新型コロナ感染者と密に接触したことはないでしょうか？</p> <p>Point 2 Have you had close contact with a person who has had COVID-19 within the past ten days?</p>

山岳・登山・トレッキング <ビギナー編>

令和4年度アドベンチャートラベル推進事業 アクティビティガイド能力向上事業

	<p>受講者の皆さま。 それでは、練習しましょう。 はい、どうぞ。</p>
--	---