

Where Does It Hurt?

N5

JAPANESE

HEALTH

FOOD

8:11

きょう 今日のエピソードは、「どこが^{いた}痛いの？」です。

Today's episode is "Where Does It Hurt?"

NARRADOR

きょう こうじょう どお いちにち
今日も、工場でいつも通りの一日でした。

Kyou mo, koujou de itsumodoori no ichinichi deshita.

It was just another normal day at the factory.

NARRADOR

きょう かおいろ
でも今日は、ルーカスさんの顔色がよくありませんでした。

Demo kyou wa, Rūkasu-san no kaoiro ga yoku arimasen deshita.

Except today, Lucas wasn't looking too good.

LUCAS

なか きょうへん
あ…お腹が今日変です…

A... onaka ga kyou hen desu...

Ugh... my stomach's been weird today.

LUCAS

つか
たぶん、疲れだけです。

Tabun, tsukare dake desu.

Must just be tired.

SLANG

"Kao ga massao" (顔が真っ青) is how you say "white as a sheet" in Japanese — literally "the face turned blue," but it captures that same sudden, startled paleness.

SATO

ルーカス、^{かお}顔が^ま真っ^{さお}青だよ。

Rūkasu, kao ga massao da yo.

Lucas, you're **white as a sheet**.

LUCAS

^{げんき}元気だよ!ちょっとめまいがするだけ。

Genki da yo! Chotto memai ga suru dake.

I'm great! Just a little dizzy.

SATO

^{ほんとう}本当に、^{すわ}ちょっと座りなよ。

Hontou ni, chotto suwarina yo.

Seriously, sit down for a bit.

LUCAS

ちょっとだけ…

Chotto dake...

Just a minute...

CHEFE

ルーカス。^{びょういん}病院に^い行きなさい。

Rūkasu. Byouin ni ikinasai.

Lucas. Go to the hospital.

LUCAS

^{だいじょうぶ}あ、大丈夫です、^{ぶちょう}部長、これは…

A, daijoubu desu, buchou, kore wa...

Ah, no need, boss, it's just...

CHEFE

^{ねが}お願いじゃない。^{みち}すぐそこだよ、^む道の向こうだ。

Onegai janai. Sugu soko da yo, michi no mukou da.

It's not a request. It's right there, across the street.

NARRADOR

そして、ルーカスさんは仕方なく、病院に向かいました。

Soushite, Rūkasu-san wa shikatanaku, byouin ni mukaimashita.

And that's how Lucas, with no other choice, headed straight to the hospital.

CULTURE

"Kurinikku" (クリニック) is the small neighborhood clinic — in Japan it's common to go there first instead of straight to a big hospital (病院, byouin), which usually requires a referral letter.

NARRADOR

受付は混んでいましたが、整理されていました。

Uketsuke wa konde imashita ga, seiri sarete imashita.

The waiting room was packed, but organized.

EMI

おはようございます!今日は初めてですか?

Ohayou gozaimasu! Kyou wa hajimete desu ka?

Good morning! First time here?

LUCAS

あ、はい…初めてです。

A, hai... hajimete desu.

Ah, yes... first time.

EMI

分かりました。フルネームを教えてください。

Wakarimashita. Furunēmu o oshiete kudasai.

Got it. Can I get your full name?

LUCAS

ルーカス・シウバです。

Rūkasu Shiuba desu.

Lucas Silva.

VOCABULARY

"Hokenshou" (保険証) is the health insurance card — always worth carrying, since a visit costs a lot more without it.

EMI

完璧^{かんぺき}です。保険証^{ほけんしょう}はありますか？

Kanpeki desu. Hokenshou wa arimasu ka?

Perfect. And your **health insurance card**?

LUCAS

あ、あります、ちょっと待^まってください…

A, arimasu, chotto matte kudasai...

Ah, yes, I have it, hold on...

LUCAS

これです！

Kore desu!

Here it is!

EMI

完璧^{かんぺき}です。今日^{きょう}はどうされましたか？

Kanpeki desu. Kyou wa dou saremashita ka?

Perfect. So what brings you in today?

LUCAS

うーん…うまく説明^{せつめい}できません…

Ūn... umaku setsumei dekimasen...

Hmm... I'm not sure how to explain it...

LUCAS

お腹^{なか}が変^{へん}で、ちょっとめまいもします。

Onaka ga hen de, chotto memai mo shimasu.

My stomach feels off, and I'm a little dizzy.

EMI

わ すわ な ま え よ
分かりました。あちらにお座りください、お名前をお呼びします。

Wakarimashita. Achira ni osuwari kudasai, onamae o oyobi shimasu.

Got it. You can have a seat over there, I'll call your name.

LUCAS

ありがとうございます…たぶん。

Arigatou gozaimasu... tabun.

Thank you... I think.

NARRADOR

きんちょう すわ まちあいしつ ほか ひと み
ルーカスさんは緊張しながら座り、待合室の他の人たちを見していました。

Rūkasu-san wa kinchou shinagara suwari, machiaishitsu no hoka no hitotachi o mite imashita.

Lucas sat down, nervous, watching the other people in the waiting room.

NARRADOR

ま あいだ と だ
待っている間、ルーカスさんはスマホを取り出しました。

Matte iru aida, Rūkasu-san wa sumaho o toridashimashita.

While he waited, Lucas pulled out his phone.

LUCAS

なか みぎがわ いた げんいん
「お腹の右側 痛い 原因」

"Onaka no migigawa itai gen'in"

"pain right side of stomach what could it be"

NARRADOR

が め ん け っ か あんしん
画面は結果でいっぱいになりましたが、どれも安心できるものではありませんでした。

Gamen wa kekka de ippai ni narimashita ga, dore mo anshin dekiru mono de wa arimasen deshita.

The screen filled up with results, and none of them were reassuring.

LUCAS

もうちょう たいへん
盲腸?!それは大変かもしれない!

Mouchou?! Sore wa taihen kamo shirenai!

Appendicitis?! That could be serious!

LUCAS

しゅじゅつ ひつよう

手術が必要になるのかな…

Shujutsu ga hitsuyou ni naru no kana...

Am I going to need surgery?

LUCAS

お っ

落ち着け、ルーカス…ネットのおおげさだよ、きっと。

Ochitsuke, Rūkasu... netto no oogesa da yo, kitto.

Calm down, Lucas... it's probably the internet being dramatic.

NARRADOR

かれ しんぞう

なっとく

でも、彼の心臓はあまり納得していないようでした。

Demo, kare no shinzou wa amari nattoku shite inai you deshita.

But his heart didn't seem too convinced.

MAI

こんにちは、ルーカスさん!どうぞ入ってください。

Konnichiwa, Rūkasu-san! Douzo haitte kudasai.

Hi, Lucas! Come on in.

CULTURE

"Sensei" (先生) isn't just "teacher" — in Japan it's a respectful title also used for doctors and other professionals. That's why Lucas calls Mai "sensei" all episode long, even though she isn't teaching a class. We translated it simply as "doctor," since English doesn't really have a title that carries quite the same respect and warmth as "sensei."

LUCAS

あ、よかった、やさ

せんせい

あ、よかった、優しいような先生だ…たぶん。

A, yokatta, yasashisou na sensei da... tabun.

Oh good, a nice doctor... I think.

MAI

だいじょうぶ

と

た

すわ

大丈夫、取って食べたりしないよ。そこに座って。

Daijoubu, totte tabetari shinai yo. Soko ni suwatte.

Relax, I don't bite. Sit down there.

MAI

おし しょうじょう
教えて、どんな症 状?

Oshiete, donna shoujou?

Tell me, what's going on?

GRAMMAR

Body part + が (ga) + adjective is the standard way to describe symptoms in Japanese — the body part changes depending on where it hurts, but the structure stays the same.

LUCAS

なか みぎした いた
お腹がここ、右下が痛いです。

Onaka ga koko, migishita ga itai desu.

My stomach hurts, right here, on the lower right side.

LUCAS

せんせい もうちょう しら
先生、これ盲腸じゃないですか?調べたんですけど…

Sensei, kore mouchou ja nai desu ka? Shirabetan desu kedo...

Doctor, could this be **appendicitis**? I looked it up and...

VOCABULARY

"Mouchou" (盲腸) is the everyday word people use for appendicitis — the official medical term is different (虫垂炎, chuusuien), but everyone just says this one in daily life, kind of like how we might casually say "is it my appendix?"

MAI

お つ お つ み
落ち着いて、落ち着いて。まず診せてね。

Ochitsuite, ochitsuite. Mazu misete ne.

Calm down, calm down. Let me take a look first.

NARRADOR

せんせい なか かる さわ しつもん
マイ先生はルーカスさんのお腹を軽く触って、いくつか質問をしました。

Mai-sensei wa Rūkasu-san no onaka o karuku sawatte, ikutsuka shitsumon o shimashita.

Dr. Mai gently pressed on Lucas's stomach, asking a few questions.

MAI

お ^{いた} 押すと痛い?それとも ^{はな} ^{いた} 離すと痛い?

Osu to itai? Soretomo hanasu to itai?

Does it hurt more when I press, or when I let go?

LUCAS

^{いた} あ痛っ!^{りょうほう} ちゃんと両方とも…

Ataa! Chotto ryouhou tomo...

Ow! Kind of both...

MAI

^{いた} ずっと痛い?それとも ^{いた} 痛くなったり ^{なお} 治ったり?

Zutto itai? Soretomo itaku nattari naottari?

Does it hurt all the time, or does it come and go?

GRAMMAR

Same structure again — body part/symptom + が (ga) with an adjective — now describing intensity and frequency, not just where it hurts.

LUCAS

^{いた} ^{なお} 痛くなったり ^{なお} 治ったりです。^{ときどき} 時々、^{ぜんぜんいた} 全然痛くなくなります。

Itaku nattari naottari desu. Tokidoki, zenzen itakunaku narimasu.

It comes and goes. Sometimes it disappears completely.

MAI

わ ^{すいみん} ^{しょくせいかつ} 分かりました。睡眠と食生活はどう?

Wakarimashita. Suimin to shokuseikatsu wa dou?

I see. And how's your sleep and your diet?

LUCAS

^ご ^じ ^{かん} 五時間ぐらい ^ね 寝てます…^{しごとちゅう} 仕事中に、^{はや} ^た すごく早く食べます。

Gojikan gurai netemasu... shigotochuu ni, sugoku hayaku tabemasu.

I sleep about five hours... and I eat really fast, in the middle of work.

MAI

はや
早いって、^{たと}例えばどんな^{かん}感じ？

Hayai tte, tatoeba donna kanji?

Fast like what, for example?

CULTURE

"Makudonarudo," "Sutābakkusu," and "Misutā Dōnatsu" (マクドナルド、スターバックス、ミスタードーナツ — McDonald's, Starbucks, and Mister Donut) are a normal part of daily life in any Japanese city — fast, cheap, and always nearby, which makes it easy to fall into a pattern like Lucas's.

LUCAS

あ、^{きょう}今日は朝^{あさ}マクドナルド、^{ごご}午後スターバックス、^{きのう}昨日はデザートにミスタードーナツでした。

A, kyou wa asa Makudonarudo, gogo Sutābakkusu, kinou wa dezāto ni Misutā Dōnatsu deshita.

Ah, today it was **McDonald's** in the morning, **Starbucks** in the afternoon, and yesterday it was **Mister Donut** for dessert.

MAI

^わ分かりました。

Wakarimashita.

I see.

MAI

よし、もう^{だいたい}大体^わ分かった^き気がします。

Yoshi, mou daitai wakatta ki ga shimasu.

Okay, I think I have a pretty good idea now.

MAI

いいニュースだよ、ルーカス。^{もうちょう}盲腸じゃない。

Ii nyūsu da yo, Rūkasu. Mouchou ja nai.

Good news, Lucas. It's not **appendicitis**.

LUCAS

ほんと
本当に?! ああ、よかった…

Hontou ni?! Aa, yokatta...

Really?! Oh, thank goodness...

VOCABULARY

"Onara" (おなら) is the common, casual way to say "gas" in Japanese — like our word "fart," but without being a heavy swear word.

MAI

ほんと ようす しょくせい かつ みだ おも
本当。この様子だと、たぶんおならと食生活の乱れだけだと思う。

Hontou. Kono yousu da to, tabun onara to shokuseikatsu no midare dake da to omou.

Really. Based on what I'm seeing, it's probably just **gas** and an unbalanced diet.

LUCAS

おなら? それだけ?

Onara? Sore dake?

Gas? That's it?

MAI

それだけ。でも、体がもっとバランスを求めているよ。

Sore dake. Demo, karada ga motto baransu o motometeru yo.

That's it. But your body's asking for a bit more balance.

LUCAS

あ…手術のことまで調べちゃいました。

A... shujutsu no koto made shirabechaimashita.

Oh... I even looked up surgery and everything.

MAI

がっかりさせてごめんね!

Gakkari sasete gomen ne!

Sorry to disappoint you!

VOCABULARY

"Tabesugi" (食べ過ぎ) means "eating too much" — a word used all the time in Japanese to talk about overdoing it with food.

MAI

ぜんぶ ひつよう た す き くだもの やさい すこ
全部やめる必要はないよ、ただ食べ過ぎに気をつけて。果物も野菜も少し。

Zenbu yameru hitsuyou wa nai yo, tada tabesugi ni ki o tsukete. Kudamono mo yasai mo sukoshi.

You don't need to cut everything out, just watch the **overeating**. A little fruit, a little veggies.

LUCAS

バランス、か…

Baransu, ka...

Balance, huh...

MAI

ほう おおげさ
そう。どっちの方にも大袈裟にならないでね。

Sou. Dotchi no hou ni mo oogesa ni naranaide ne.

Right. Don't overdo it in either direction.

LUCAS

わ
分かりました、やってみます。

Wakarimashita, yatte mimasu.

Got it, I'll try.

MAI

なに き
よし。何かあったら、また来てね。

Yoshi. Nanika attara, mata kite ne.

Good. If anything comes up, come back and see me.

NARRADOR

らく びょういん で
ルーカスさんはずっと楽になって病院を出ました。

Rūkasu-san wa zutto raku ni natte byouin o demashita.

Lucas left the hospital feeling a lot better.

LUCAS

バランスか…意外^{いがい}と納得^{なっとく}できるな。

Baransu ka... igai to nattoku dekiru na.

Balance, huh... that actually makes sense.

LUCAS

てことは、昨日^{きのう}のミスタードーナツは全然^{ぜんぜん}よくなかったってことか…

Te koto wa, kinou no Misutā Dōnatsu wa zenzen yokunakatta tte koto ka...

So I guess that Mister Donut yesterday didn't help at all...

NARRADOR

コンビニの前^{まえ}を通りかかり、立ち止^たま^とって、棚^{たな}の誘惑^{ゆうわく}を見つめ^みました…

Konbini no mae o toorikakari, tachidomatte, tana no yuuwaku o mitsumemashita...

He passed by the convenience store, stopped, and stared at the temptations on the shelf...

LUCAS

今日^{きょう}はやめとく。明日^{あした}は、どうかな。

Kyou wa yametoku. Ashita wa, dou ka na.

Not today. Maybe tomorrow.

NARRADOR

彼^{かれ}は歩^{ある}き続^{つづ}け、もっとちゃんと食べよう^たと自分^{じぶん}に約束^{やくそく}しました。

Kare wa arukitsuzuke, motto chanto tabeyou to jibun ni yakusoku shimashita.

He kept walking, promising himself he'd eat better.

NARRADOR

数日後^{すうじつご}、ルーカスさんは病院^{びょういん}の近^{ちか}くのファストフード店^{てん}の前^{まえ}を通り^{とお}ました。

Suujitsugo, Rūkasu-san wa byouin no chikaku no fasutofūdo-ten no mae o toorimashita.

A few days later, Lucas walked past a fast food place near the hospital.

LUCAS

あれ…あの人^{ひと}、先生^{せんせい}じゃない？

Are... ano hito, sensei ja nai?

Wait... isn't that the doctor?

NARRADOR

そこにはマイ先生が、いっぱい^ものトレイを持って、一人^{ひとり}で座^{すわ}っていました。

Soko ni wa Mai-sensei ga, ippai no torei o motte, hitori de suwatte imashita.

There was Dr. Mai, sitting alone, with a tray piled high.

LUCAS

マイ先生^{せんせい}?!

Mai-sensei?!

Dr. Mai?!

MAI

あ…ルーカスさん!どうも!

A... Rūkasu-san! Doumo!

Oh... Lucas! Hi!

LUCAS

それって…バランス、じゃないですよね?

Sore tte... baransu, ja nai desu yo ne?

That's not... balance, is it?

MAI

それは…今日^{きょう}は大変^{たいへん}な日^ひだったの。

Sore wa... kyou wa taihen na hi datta no.

That's... today was a rough day.

LUCAS

「全部^{ぜんぶ}やめる必要^{ひつよう}はない」って、先生^{せんせい}が言^いったんですよ!

"Zenbu yameru hitsuyou wa nai" tte, sensei ga ittan desu yo!

"You don't need to cut everything out" — you said that yourself!

MAI

わ^わ分^わかってる、分^わかってる…

Wakatteru, wakatteru...

I know, I know...

MAI

わたし い とお
私が言う通りにして、する通りにしないでね?

Watashi ga iu toori ni shite, suru toori ni shinaide ne?

Do as I say, not as I do, okay?

LUCAS

すわ
座ってもいいですか?

Suwattemo ii desu ka?

Can I sit down?

MAI

もちろん、こっちに^{すわ}座って!

Mochiron, kotchi ni suwatte!

Of course, sit here with me!

LUCAS

じゃあ、今日は^{きょう れいがい}例外ってことで?

Jaa, kyou wa reigai tte koto de?

So today counts as an exception?

MAI

きょう
今日だけね。

Kyou dake ne.

Just today.

LUCAS

あした
明日は?

Ashita wa?

And tomorrow?

MAI

あした た やくそく
明日はサラダを食べる。約束する。

Ashita wa sarada o taberu. Yakusoku suru.

Tomorrow I'm having a salad. I promise.

LUCAS

じゃあ、^{わたし みなら}私も見習います。

Jaa, watashi mo minaraimasu.

Well then, I'll follow your example too.

MAI

^{やくそく}
約束だよ？

Yakusoku da yo?

It's a promise, okay?

SLANG

"Yakusoku da yo" (約束だよ) is how you seal a promise or agreement between friends in Japanese — literally "it's a promise," but the tone here is light, not formal.

LUCAS

^{やくそく}
約束だよ！

Yakusoku da yo!

It's a promise!

NARRADOR

^{ふたり}二人はそこで^{わら}笑いながら、^{ざいあくかん}罪悪感なしに^たポテトを^{とき}食べました——その時だけ。

Futari wa soko de warainagara, zaiakukan nashi ni poteto o tabemashita — sono toki dake.

The two of them sat there, laughing, eating fries without any guilt — just this once.

NARRADOR

^{けっきょく}結局、^{けつ}バランスとは、^{わる}決して^{もの}悪い物を^た食べないことじゃない。

Kekkyoku, baransu to wa, kesshite warui mono o tabenai koto ja nai.

In the end, balance isn't about never eating junk food.

NARRADOR

^といつ止めるかを知^しっていることです。

Itsu tomeru ka o shitte iru koto desu.

It's about knowing when to stop.

次回へ続く

To be continued

もっとゆっくり^{れんしゅう}練習したい？

Want to practice at your own pace?

「カランゴリンゴ」なら、字幕^{じまく}・ふりがな^{ほんやく}・翻訳^{ふくしゅう}つきでセリフを復習できるし、

With Calangolingo, you can review the dialogue with subtitles, furigana, and translation, and even download the episode's PDF and audio.

エピソードのPDFと音声^{おんせい}もダウンロードできるよ。

You can practice roleplay like karaoke, and memorize vocabulary with flashcards in different interactive modes.

ロールプレイでカラオケみたいに練習^{れんしゅう}したり、いろんなモードのフラッシュカードで単語^{たんご}をおぼ^{おぼ}たりもできる。

The link's in the description.

リンクは概要欄^{がいようらん}にあるよ。

If you haven't subscribed yet, hit subscribe, turn on the notification bell,

まだ登録^{とうろく}していない方は、チャンネル登録^{かた}とベルマークの通知^{つうち}をオンにして、

and keep an eye out for the next story! If you enjoyed it, drop a like, share it, and leave a comment.

つぎ^{つぎ}の物語^{ものがたり}も楽しみに^{たの}にしているね！気に入って^きいただけたら、高評価^{こうひょうか}、シェア、コメント^{こめんと}をお願いします。

It really helps our channel a lot!

これがチャンネルの大きな支え^{おお ささ}になります！