

Où ça fait mal ?

N5

JAPONAIS

SANTÉ

CUISINE

8:11

きょう 今日のエピソードは、「どこが^{いた}痛いの？」です。

L'épisode d'aujourd'hui s'appelle « Où ça fait mal ? ».

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.

C'était juste une journée normale à l'usine.

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.

Sauf qu'aujourd'hui, Lucas n'avait pas bonne mine.

LUCAS

なか きょうへん あ…お腹が今日変です…

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

Aïe... mon ventre est bizarre aujourd'hui.

LUCAS

つか たぶん、疲れだけです。

Tabun, tsukare dake desu.

Ça doit être juste de la fatigue.

ARGOT

"Kao ga massao" (顔が真っ青) est la façon de dire "blanc comme un linge" en japonais — littéralement "le visage est devenu bleu", mais ça exprime cette même pâleur soudaine, presque un choc.

SATO

ルーカス、^{かお}顔が^ま真っ^{さお}青だよ。

Rūkasu, kao ga massao da yo.

Lucas, tu es blanc comme un linge.

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.

Je vais super bien ! Juste un peu de vertige.

SATO

^{ほんとう}本当に、ちょっと^{すわ}座りなよ。

Hontou ni, chotto suwarina yo.

Sérieux, assieds-toi un peu.

LUCAS

ちょっとだけ…

Chotto dake...

Juste une minute...

CHEFE

ルーカス。^{びょういん}病院^いに行きなさい。

Rūkasu. Byouin ni ikinasai.

Lucas. Va à l'hôpital.

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, pas besoin, chef, c'est juste...

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.

Ce n'est pas une demande. C'est juste là, de l'autre côté de la rue.

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.

Et c'est ainsi que Lucas, sans autre choix, est allé directement à l'hôpital.

CULTURE

"Kurinikku" (クリニック) désigne la petite clinique de quartier — au Japon, on y va généralement en premier plutôt que directement dans un grand hôpital (病院, byouin), qui demande en général une lettre d'orientation.

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.

La réception était pleine, mais bien organisée.

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?

Bonjour ! C'est la première fois ici ?

LUCAS

あ、はい…初めてです。

A, hai... hajimete desu.

Ah, oui... première fois.

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.

D'accord. Quel est votre nom complet ?

LUCAS

ルーカス・シウバです。

Rūkasu Shiuba desu.

Lucas Silva.

VOCABULAIRE

"Hokenshou" (保険証) est la carte d'assurance maladie — toujours utile de l'avoir sur soi, car une consultation coûte beaucoup plus cher sans elle.

EMI

完璧です。保険証^{ほけんしょう}はありますか？

Kanpeki desu. Hokenshou wa arimasu ka?

Parfait. Et votre carte d'assurance maladie ?

LUCAS

あ、あります、ちょっと待^まってください…

A, arimasu, chotto matte kudasai...

Ah, oui, je l'ai, attendez...

LUCAS

これです！

Kore desu!

La voilà !

EMI

完璧です。今日^{きょう}はどうされましたか？

Kanpeki desu. Kyou wa dou saremashita ka?

Parfait. Et quel est le motif de votre visite aujourd'hui ?

LUCAS

うーん…うまく説明^{せつめい}できません…

Ūn... umaku setsumeï dekimasen...

Hmm... je ne sais pas trop comment expliquer...

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.

J'ai mal au ventre, et j'ai un peu le vertige.

EMI

わ 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.

Je comprends. Vous pouvez vous asseoir là-bas, j'appellerai votre nom.

LUCAS

あ り が と う ご ざ い ま す … た ぶ ん。

Arigatou gozaimasu... tabun.

Merci... je crois.

NARRADOR

きんちょう 緊張 し な が ら 座 り、 待 合 室 の 他 の 人 た ち を 見 て い ま し た。

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

Lucas s'est assis, nerveux, regardant les autres personnes dans la salle d'attente.

NARRADOR

ま 待 っ て い る 間、 ルーカス さん は スマホ を と り だ し ま し た。

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

En attendant, Lucas a sorti son téléphone.

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"

« douleur côté droit du ventre qu'est-ce que ça peut être »

NARRADOR

がめん けっか 画面 は 結 果 で い っ ぱ い に な り ま し た が、 ど れ も あんしん 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.

L'écran s'est rempli de résultats, et aucun n'était rassurant.

LUCAS

もうちょう 盲 腸?! そ れ は 大 変 か も し れ な い!

Mouchou?! Sore wa taihen kamo shirenai!

Une appendicite ?! Ça peut être grave !

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...

Je vais avoir besoin d'une opération ?

LUCAS

お っ おおげさ
落ち着け、ルーカス…ネットの大袈裟だよ、きっと。

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

Calme-toi, Lucas... c'est sûrement Internet qui exagère.

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 shinjou wa amari nattoku shite inai you deshita.

Mais son cœur n'avait pas l'air très convaincu.

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.

Bonjour, Lucas ! Entrez donc.

CULTURE

"Sensei" (先生) ne veut pas seulement dire "professeur(e)" — au Japon, c'est un titre de respect aussi utilisé pour les médecins et d'autres professionnels. C'est pour ça que Lucas appelle Mai "sensei" pendant tout l'épisode, même si elle ne donne pas cours. On l'a traduit simplement par "docteur", parce que le français n'a pas vraiment de titre qui porte exactement le même respect et la même chaleur que "sensei".

LUCAS

あ、よかった、やさしそうな先生だ…たぶん。

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

Ah, tant mieux, une médecin gentille... je crois.

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.

Détendez-vous, je ne mords pas. Asseyez-vous là.

MAI

おし しょうじょう
教えて、どんな症 状?

Oshiete, donna shoujou?

Dites-moi, qu'est-ce que vous ressentez ?

GRAMMAIRE

Partie du corps + が (ga) + adjectif est la façon standard de décrire des symptômes en japonais — la partie du corps change selon l'endroit où ça fait mal, mais la structure reste la même.

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.

J'ai mal au ventre, juste ici, en bas à droite.

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...

Docteur, est-ce que ça pourrait être une appendicite ? J'ai vérifié et...

VOCABULAIRE

"Mouchou" (盲腸) est le mot que les gens utilisent au quotidien pour parler d'appendicite — le terme médical officiel est différent (虫垂炎, chuusuien), mais dans la vie de tous les jours, c'est celui-là que tout le monde emploie, un peu comme quand on dit familièrement "et si c'était mon appendice ?"

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.

Calmez-vous, calmez-vous. Laissez-moi d'abord regarder.

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.

Mai a doucement appuyé sur le ventre de Lucas, en posant quelques 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?

Ça fait plus mal quand j'appuie, ou quand je relâche ?

LUCAS

^{いた} あ痛っ!^{りょうほう} ちゃんと両方とも…

Ataa! Chotto ryouhou tomo...

Aïe ! Un peu des deux...

MAI

ずっと ^{いた} 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?

Est-ce que ça fait mal tout le temps, ou ça va et ça vient ?

GRAMMAIRE

La même structure encore une fois — partie du corps/symptôme + が (ga) avec un adjectif — mais cette fois pour décrire l'intensité et la fréquence, pas seulement l'endroit où ça fait mal.

LUCAS

^{いた} 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.

Ça va et ça vient. Parfois ça disparaît complètement.

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?

Je vois. Et comment est votre sommeil, et votre alimentation ?

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.

Je dors environ cinq heures... et je mange très vite, en plein travail.

MAI

はや
早いって、^{たと}例えばどんな^{かん}感じ？

Hayai tte, tatoeba donna kanji?

Vite comment, par exemple ?

CULTURE

"Makudonarudo", "Sutābakkusu" et "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 et Mister Donut) font partie du quotidien dans n'importe quelle ville japonaise — rapides, pas chers et toujours à proximité, ce qui rend facile de tomber dans une habitude comme celle de Lucas.

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, aujourd'hui c'était McDonald's le matin, Starbucks l'après-midi, et hier un Mister Donut en dessert.

MAI

^わ分かりました。

Wakarimashita.

Je vois.

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.

Bon, je crois que j'ai une assez bonne idée maintenant.

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.

Bonne nouvelle, Lucas. Ce n'est pas une appendicite.

LUCAS

^{ほんとう}本当に?! ああ、よかった…

Hontou ni?! Aa, yokatta...

Vraiment ?! Ah, quel soulagement...

VOCABULAIRE

"Onara" (おなら) est la façon courante et familière de dire "gaz" en japonais — comme notre mot "pet", mais sans être un gros mot.

MAI

ほんとう ようす しょうせいかつ 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.

Vraiment. D'après ce que je vois, c'est sûrement juste des gaz et une alimentation déséquilibrée.

LUCAS

おなら?それだけ?

Onara? Sore dake?

Des gaz ? C'est tout ?

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.

C'est tout. Mais votre corps réclame un peu plus d'équilibre, vous savez.

LUCAS

あ…手術のことまで調べちゃいました。

A... shujutsu no koto made shirabechaimashita.

Ah... j'avais même cherché des trucs sur une opération.

MAI

がっかりさせてごめんね!

Gakkari sasete gomen ne!

Désolée de vous décevoir !

VOCABULAIRE

"Tabesugi" (食べ過ぎ) veut dire "trop manger" — un mot utilisé tout le temps en japonais pour parler d'excès alimentaires.

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.

Pas besoin de tout couper, juste faites attention à ne pas trop manger. Un peu de fruits, un peu de légumes.

LUCAS

バランス、か…

Baransu, ka...

L'équilibre, alors...

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.

Voilà. Pas d'excès dans un sens ni dans l'autre.

LUCAS

わ
分かりました、やってみます。

Wakarimashita, yatte mimasu.

D'accord, je vais essayer.

MAI

なに き
よし。何かあったら、また来てね。

Yoshi. Nanika attara, mata kite ne.

Très bien. S'il y a quoi que ce soit, revenez me voir.

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 est sorti de l'hôpital bien plus soulagé.

LUCAS

いがい なっとく
バランスか…意外と納得できるな。

Baransu ka... igai to nattoku dekiru na.

L'équilibre... ça se tient, en fait.

LUCAS

てことは、昨日のミスタードーナツは全然よくなかったってことか…

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

Ça veut dire que le Mister Donut d'hier n'a servi à rien...

NARRADOR

コンビニの前を通りかかり、立ち止まって、棚の誘惑を見つめました…

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

Il est passé devant le konbini, s'est arrêté, a regardé les tentations sur l'étagère...

LUCAS

今日はやめとく。明日は、どうかな。

Kyou wa yametoku. Ashita wa, dou ka na.

Pas aujourd'hui. Demain, peut-être.

NARRADOR

彼は歩き続け、もっとちゃんと食べようと自分に約束しました。

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

Il a continué à marcher, se promettant de mieux manger.

NARRADOR

数日後、ルーカスさんは病院の近くのファストフード店の前を通りました。

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

Quelques jours plus tard, Lucas est passé devant un fast-food près de l'hôpital.

LUCAS

あれ…あの人、先生じゃない？

Are... ano hito, sensei ja nai?

Attends... ce n'est pas la médecin, là ?

NARRADOR

そこにはマイ先生が、いっぱいのお皿を持って、一人で座っていました。

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

Là, il y avait le Dr Mai, assise seule, avec un plateau bien rempli.

LUCAS

マイ^{せんせい}先生?!

Mai-sensei?!

Docteur Mai ?!

MAI

あ…ルーカスさん!どうも!

A... Rūkasu-san! Doumo!

Ah... Lucas ! Salut !

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?

Ça, ce n'est pas... de l'équilibre, si ?

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.

C'est que... aujourd'hui a été une journée difficile.

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!

« Pas besoin de tout couper », c'est vous-même qui l'avez dit !

MAI

わ^わ分^わかってる、分^わかってる…

Wakatteru, wakatteru...

Je sais, je sais...

MAI

わ^{わたし}し ^い ^{とお}私^{わたし}が言^いう通^{とお}りにして、する通^{とお}りにしないでね?

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

Faites ce que je dis, pas ce que je fais, d'accord ?

LUCAS

すわ
座ってもいいですか？

Suwattemo ii desu ka?

Je peux m'asseoir ?

MAI

もちろん、こっちにすわ座って！

Mochiron, kotchi ni suwatte!

Bien sûr, assieds-toi ici avec moi !

LUCAS

じゃあ、今日はきょう例外れいがいってことで？

Jaa, kyou wa reigai tte koto de?

Alors aujourd'hui, ça compte comme une exception ?

MAI

きょう
今日だけね。

Kyou dake ne.

Juste aujourd'hui.

LUCAS

あした
明日は？

Ashita wa?

Et demain ?

MAI

あした 明日はサたラダを食やくそくべる。約やくそく束する。

Ashita wa sarada o taberu. Yakusoku suru.

Demain je mange une salade. Promis.

LUCAS

じゃあ、私わたしもみ見なら習います。

Jaa, watashi mo minaraimasu.

Bon alors, je vais suivre votre exemple aussi.

MAI

やくそく
約束だよ？

Yakusoku da yo?

C'est promis, hein ?

ARGOT

"Yakusoku da yo" (約束だよ) est la façon de sceller une promesse ou un accord entre amis en japonais — littéralement "c'est une promesse", mais le ton ici est léger, pas formel.

LUCAS

やくそく
約束だよ！

Yakusoku da yo!

C'est promis !

NARRADOR

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

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

Tous les deux sont restés là, à rire, à manger des frites sans aucune culpabilité — juste cette fois-là.

NARRADOR

けっきょく けっ わる もの た
結局、バランスとは、決して悪い物を食べないことじゃない。

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

En fin de compte, l'équilibre, ce n'est pas de ne jamais manger de mauvaises choses.

NARRADOR

と し
いつ止めるかを知っていることです。

Itsu tomeru ka o shitte iru koto desu.

C'est de savoir quand s'arrêter.

次回へ続く

À suivre

もっとゆっくり練習したい？
れんしゅう

Vous voulez pratiquer plus tranquillement ?

「カラングリンゴ」なら、字幕・ふりがな・翻訳つきでセリフを復習できるし、

Avec Calangolino, vous pouvez réviser les répliques avec sous-titres, furigana et traduction, et même télécharger le PDF et l'audio de l'épisode.

エピソードのPDFと音声もダウンロードできるよ。

Vous pouvez vous entraîner en jeu de rôle façon karaoké, et mémoriser le vocabulaire avec des flashcards dans différents modes interactifs.

ロールプレイでカラオケみたいに練習したり、いろんなモードのフラッシュカードで単語を覚えたりもできる。

Le lien est dans la description.

リンクは概要欄にあるよ。

Si vous n'êtes pas encore abonné, abonnez-vous à la chaîne, activez la cloche de notifications

まだ登録していない方は、チャンネル登録とベルマークの通知をオンにして、

et restez à l'affût de la prochaine histoire ! Si ça vous a plu, laissez un like, partagez-la et laissez un commentaire.

次の物語も楽しみにしていてね！気に入っていただけたら、高評価、シェア、コメントをお願いします。

Ça aide énormément notre chaîne !

これがチャンネルの大きな支えになります！