UNIT
08 스트레스 : ストレス

아이스브레이킹 ウォームアップ

Q1 **最近、ストレス解消のためによくしていることは何ですか？**

ストレスがたまったら、カラオケで思いっきり歌うとスッキリします。

스트레스가 쌓이면 노래방에서 마음껏 노래를 부르면 속이 후련해져요.

Q2 **最近、一番ストレスを感じた出来事は何ですか？**

最近、仕事の締め切りが近いのに、まだ仕事が多く、プレッシャーを感じました。

최근 업무 마감일이 다가오는데, 아직 끝나지 않은 일이 많아서 압박감을 느꼈어요.

토론 질문 ディスカッション

Q3 **ストレスを感じると、体にどんなサインが最初に出ますか？**
（肩がこる、頭が痛くなるなど）

ストレスがたまると、肩がこって頭まで痛くなります。

스트레스가 쌓이면 어깨가 뭉치고 머리까지 아파져요.

Q4 **強いストレスを感じると、食べすぎるタイプですか？**
それとも、食欲がなくなるタイプですか？

私は食いしん坊なので、強いストレスを感じると、いつもよりたくさん食べてしまいます。

저는 먹보라서 스트레스가 심할 때는 평소보다 많이 먹어 버려요.

Q5 **つらい時、最初に思い浮かぶ人や、連絡したくなる人はいますか？**

悩みがあるときは、頼りになる姉に真っ先に連絡します。

고민이 있을 때는 의지가 되는 언니에게 가장 먼저 연락해요.

Q6 **ストレスをため込んで我慢するのと、お酒を飲みすぎて寝るのでは、**
どちらのほうが健康に悪いと思いますか？

ストレスを貯めるのも体に悪いですが、飲みすぎて寝るほうがもっと健康に悪いと思います。

스트레스를 쌓는 것도 몸에 나쁘지만, 술을 너무 많이 마시고 자는 것이 건강에 더 나쁘다고 생각합니다.

Q7 **つらい時、一人で過ごすのと、周りの人に打ち明けるのでは、**
どちらのほうが気持ちが楽になりますか？

一人で抱え込むより、友達に悩みを打ち明けるほうが楽になります。

혼자 끌어안고 있기보다 친구에게 고민을 털어놓는 편이 마음이 편해져요.

Q8 **給料は高いけれど週6日勤務で毎日残業がある会社と、**
給料は低いけれど定時に帰れる会社なら、どちらを選びますか？

給料も大切ですが、仕事にやりがいを感じられないと、長く働けないと思います。

월급도 중요하지만, 일의 보람이 없으면 오래 일할 수 없다고 생각해요.

UNIT

08 일본에서 인기있는 한국인 랭킹

日本で人気のある韓国人は、俳優や歌手だけではない。検索された回数、動画サービスの順位、日本での公演、スポーツニュースなどを編集部が比較した結果、BTSのVが1位になった。2025年には日本など74か国で、K-POP歌手の中で最も多く検索され、日本の化粧品ブランドの広告にも出演した。2位のソン・フンミンは、アジア出身の選手として初めてプレミアリーグの得点王になり、通算100得点を超えた。3位はチャン・グンソク。日本公式ファンクラブは2025年に15周年を迎え、長年応援しているファンも多い。4位のキム・スヒョンは、『涙の女王』がNetflix日本で3週続けて1位を記録し、10週続けてトップ10入りした。5位のプロゲーマーFakerは、ゲームの世界大会で6回優勝し、2025年には『TIME』の「最も影響力のあるスポーツ選手100人」に選ばれた。日本では、音楽やドラマだけでなく、サッカーやゲームでも韓国人が広く知られている。

오늘의 표현 今日の表現

1. 迎える 맞이하다

来月、会社は創立10周年を迎えます。

2. 影響力 영향력

彼は若者に大きな影響力を持っています。

내용 확인 内容確認

1. 編集部が作成した日本で人気の韓国人ランキングで、1位は誰ですか？その理由は何ですか？
2. チャン・グンソクが日本で長く人気を集めていることは、何から分かりますか？
3. Fakerが世界的に高く評価されていることは、どんな実績から分かりますか？
4. 日本の芸能人やスポーツ選手の中で、好きな人や知っている人はいますか？
5. 韓国と日本のアイドルは、イメージや活動の仕方にどんな違いがあると思いますか？
6. 日本人の友達にぜひ紹介したい韓国の芸能人は誰ですか？
7. 外国の芸能人を好きになったことがきっかけで、その国の言葉や文化に興味を持ったことはありますか？