発行者：青梅市商工観光課　協力：青梅商工会議所

Ome Blue

指タッチ

welcome to OME!
コミュニケーションシート

Point and Touch Communication Sheet
Fingertipp-Kommunikationsbogen

日 Japanese Japanisch
英 English Englisch
独 German Deutsch

私は外国語が話せないので、このシートの文と単語を示して会話をしてください。
I cannot speak your language so let's converse by pointing at the phrases and words on this sheet.
Ich verstehe leider keine Fremdsprachen. Bitte zeigen Sie mir zur Verständigung das Zutreffende auf diesem Blatt.

飲食編 Food and Beverage Speisen und Getränke

スタッフ Staff / Personal

何名様でしょうか？
How many people ?
Wie viele Personen ?

ご予約は頂いてますか？
Do you have a reservation?
Haben Sie reserviert ?

タバコは吸いますか？
Do you smoke ?
Rauchen Sie ?

少々お待ちください。
Please wait a moment.
Ich bitte um etwas Geduld.

今満席です。
We are full now.
Im Moment sind alle Tische besetzt.

ご注文はお決まりですか？
Are you ready to order ?
Haben Sie sich entschieden?

料理の注文は○○時までです。
You can order food until ○○.
Bestellschluss für Speisen ist um ○○ Uhr.

食べられないもの（食材）はありますか？
Is there anything that you cannot eat ?
Gibt es Dinge (Zutaten), die Sie nicht essen können?

ご注文の品は全てそろいましたか？
Have you received everything you ordered?
Haben Sie alles bekommen?

お会計は(レジ・テーブル)でお願いします。
Please pay at your table/the cash register.
Bitte zahlen Sie (an der Kasse/am Tisch).

お支払いは(現金・カード)ですか？
Will you be paying by cash or card?
Zahlen Sie (in bar/mit Karte)?

このカードは使えません。
This card is not valid.
Diese Karte ist nicht verwendbar.

お客様 Customer / Gast

○○○をください。
I would like to have ○○, please.
Ich hätte gerne ○○.

私は○○○が食べられません。
I cannot eat ○○.
○○ kann ich nicht essen.

○○○は入っていますか？
Does it contain ○○○?
Enthält das ○○○?

どうやって食べるのですか？
How do I eat this ?
Wie isst man das ?

おすすめメニューは何ですか？
What do you recommend ?
Was können Sie mir empfehlen?

注文したものが来ません。
I have not received my order yet.
Meine Bestellung ist noch nicht gekommen.

注文したものと違うものが来ました。
I received something different from what I ordered.
Ich habe etwas anderes bekommen als ich bestellt habe.

○ ✕ ?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
時 Hour Stunde	分 Minute Minute	カード Card Karte	現金 Cash Bargeld	円 Yen Kreis	サイン Sign Unterschrift				

メニュー	ナイフとフォーク	スプーン	箸	小皿
Menu Menü	Knife & folk Messer & Gabel	Spoon Löffel	Chopsticks Stäbchen	Small plates Kleine Teller
グラス	**温かい料理**	**冷たい料理**	**生もの**	**焼き物**
Glass Glas	Hot dishes Warme Speisen	Cold dishes Kalte Speisen	Raw dishes Rohe Speisen	Pottery Gebratenes
揚げ物	**煮物**	**刺身**	**スープ**	**水**
Fried food Frittiertes	Simmered dishes Gekochtes	Sashimi Sashimi	Soup Suppe	Water Wasser
飲み物	**アルコール**	**大盛り**	**小盛り**	**ベジタリアン**
Beverage Getränke	Alcohol Alkohol	Large serving Große Portion	Small serving Kleine Portion	Vegetarian Vegetarisch
調味料	**売り切れ**	**禁煙**	**喫煙**	**暑い**
Seasoning Würzmittel	Sold out Nicht mehr verfügbar	Non-smoking Nichtraucher	Smoking Raucher	Hot Heiß
寒い	**トイレ**	**wifi**	**清算**	**領収書**
Cold Kalt	Toilet Toilette	Wi-Fi WiFi	Pay Abrechnung	Receipt Quittung

肉類 Meat Fleisch	魚類 Seafood Meeresfrüchte	野菜類 Vegetables Gemüse	果物類 Fruits Früchte	その他 Other Andere

牛肉	豚肉	鶏肉	馬肉	鹿肉
Beef Schwein	Pork Huhn	Chicken Pferd	Horse Hirsch	Venison Rind
魚	**貝**	**タコ**	**イカ**	**エビ**	**カニ**	**野菜**
Fish Fisch	Shellfish Muscheln	Octopus Oktopus	Squid Tintenfisch	Shrimp Garnelen	Crab Krebs	Vegetables Gemüse
キノコ類	**山菜類**	**海藻類**	**リンゴ**	**オレンジ**	**バナナ**	**ブドウ**
Mushrooms Pilze	Wild vegetables Wildgemüse	Seaweed Algen	Apple Apfel	Orange Orange	Banana Banane	Grapes Trauben
ゆず	**柿**	**卵**	**乳製品**	**小麦**	**そば**	**大豆**
Yuzu Yuzu	Persimmon Kaki	Egg Eier	Dairy products Milchprodukte	Wheat Weizen	Soba Soba	Soy Sojabohnen

発行者：青梅市商工観光課　協力：青梅商工会議所

Ome Blue

指タッチ

welcome to OME!
コミュニケーションシート

Point and Touch Communication Sheet
Fingertipp-Kommunikationsbogen

私は外国語が話せないので、このシートの文と単語を示して会話をしてください。
I cannot speak your language so let's converse by pointing at the phrases and words on this sheet.
Ich verstehe leider keine Fremdsprachen. Bitte zeigen Sie mir zur Verständigung das Zutreffende auf diesem Blatt.

宿泊編 Accommodation Unterkunft

日 Japanese Japanisch　英 English Englisch　独 German Deutsch

スタッフ Staff / Personal

お名前を伺います。
Please tell me your name.
Ich bitte um Ihren Namen.

ご予約は頂いてますか？
Do you have a reservation?
Haben Sie reserviert?

パスポートをご提示ください。
Please show me your passport.
Bitte zeigen Sie mir Ihren Reisepass.

お部屋は、○階○号室です。
Your room number is ○ on the ○ floor.
Sie haben Zimmer Nummer ○ auf Etage ○.

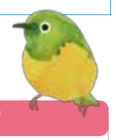
料金は○○円です。
The fee is ○○ yen.
Die Gebühr ist ○○ Yen.

お支払いは（現金・カード）ですか？
Will you be paying by cash or card ?
Zahlen Sie (in bar/mit Karte) ?

食べられないもの（食材）はありますか？
Is there anything that you cannot eat ?
Gibt es Dinge (Zutaten), die Sie nicht essen können?

このカードは使えません。
This card is not valid.
Diese Karte ist nicht verwendbar.

お客様 Customer / Gast



空き部屋はありますか？
Do you have any vacancies?
Haben Sie ein Zimmer frei?

宿泊はいくらですか？
How much does a room cost per night?
Wie viel kostet die Übernachtung?

○○は何時ですか？
What time is ○○ ?
Um wie viel Uhr ist ○○?

この周辺のおすすめ○○は何ですか？
Where are the ○○ that you would recommend around here ?
Welche/s ○○ in der Nähe können Sie empfehlen ?

○○を貸してください。
Please lend me a ○○.
Bitte leihen Sie mir ○○

○○をなくしました。
I lost ○.
Ich habe ○○ verloren.

私は困っています。なぜなら○○
I have a problem because ○○
Ich habe ein Problem weil ○○

○○はどこにありますか？
Where is ○○ ?
Wo ist ○○?

（貴重品・荷物）を預けたいです。
I want to leave (valuables/luggage) with you.
Ich möchte (Wertsachen/Gepäck) deponieren.

荷物は送れますか？
Can I post my luggage ?
Kann ich mein Gepäck verschicken?

○ ✕ ?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
時 Hour Stunde	分 Minute Minute	カード Card Karte	現金 Cash Bargeld	円 Yen Kreis	サイン Sign Unterschrift				

和室 Japanese style room Zimmer im japanischen Stil	洋室 Western style room Zimmer im westlichen Stil	寒い Cold Kalt	暑い Hot Heiß	禁煙 Non-smoking Nichtraucher
喫煙 Smoking Raucher	病気 Sick Krank	怪我 Injured Verletzt	発熱 Fever Fieber	うるさい Noisy Zu laut
入浴 Bathe Baden	朝食 Breakfast Frühstück	夕食 Dinner Abendessen	門限 Curfew Schließungszeit	トイレ Toilet Toilette
非常口 Emergency exit Notausgang	wifi Wi-Fi WiFi	自動販売機 Vending machine Verkaufsautomat	ATM ATM Geldautomat	コンビニ Convenience store Convenience-Shop
病院 Hospital Krankenhaus	薬局 Pharmacy Apotheke	スーパー Supermarket Supermarkt	レストラン Restaurant Restaurant	観光地 Tourist spot Touristengebiet
周辺地図 Area map Umgebungskarte	タクシー Taxi Taxi	薬 Medicine Arzneimittel	飲み物 Beverage Getränke	アルコール Alcohol Alkohol
鍵 Key Schlüssel	貴重品 Valuables Wertsachen	大浴場 Big bath Großer Baderaum	温泉 Hot spring Thermalbad	モーニングコール Morning call Weckruf

肉類 Meat Fleisch	魚類 Seafood Meeresfrüchte	野菜類 Vegetables Gemüse	果物類 Fruits Früchte	その他 Other Andere

牛肉 Beef Schwein	豚肉 Pork Huhn	鶏肉 Chicken Pferd	馬肉 Horse Hirsch	鹿肉 Venison Rind		
魚 Fish Fisch	貝 Shellfish Muscheln	タコ Octopus Oktopus	イカ Squid Tintenfisch	エビ Shrimp Garnelen	カニ Crab Krebs	野菜 Vegetables Gemüse
キノコ類 Mushrooms Pilze	山菜類 Wild vegetables Wildgemüse	海藻類 Seaweed Algen	リンゴ Apple Apfel	オレンジ Orange Orange	バナナ Banana Banane	ブドウ Grapes Trauben
ゆず Yuzu Yuzu	柿 Persimmon Kaki	卵 Egg Eier	乳製品 Dairy products Milchprodukte	小麦 Wheat Weizen	そば Soba Soba	大豆 Soy Sojabohnen

「お通し」「つきだし」って何？
What is “Otoshi”, “Tsukidashi”?

「お通し」「つきだし」は前菜のようなものです。
"Otoshi", also known as "Tsukidashi", is similar to an appetizer.

最初のご注文の前にお酒の肴としてお出しします。
It is served as a nibble before you order.

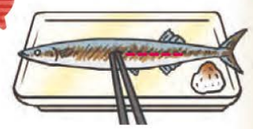
料金はサービス料として請求させていただきます。
The cost will be charged as a service fee.

“出汁”って何？
What is “Dashi” ?

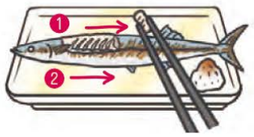
出汁は鰹節、昆布、煮干し、椎茸等を水に浸したり、煮出して、料理のうまさを増すのに使う汁です。
Dashi is the cooking stock of Japanese cuisine that adds richness and flavor to any dish. It is made by soaking such ingredients as kelp, small dried sardines, dried bonito flakes, or shiitake mushrooms in water, which are then boiled down.

魚の食べ方
How to eat fish

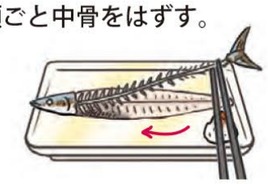
1 中骨に沿って切り目を入れる。
Make an incision along the backbone with your chopsticks.



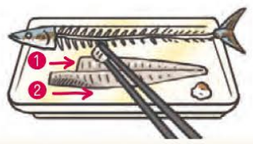
2 上身の上半分から食べる。
Start eating from the top half.



3 上身を食べ終えたら頭ごと中骨をはずす。
Once you've eaten the top half, remove the backbone along with the head.



4 下身の上半分から食べる。
Eat the bottom half of the fish from the top.



観光情報について About Sightseeing Information

◀青梅市の観光パンフレットはQRコードよりダウンロードできます。
その他、青梅市の観光情報は青梅市観光協会HPへ。

青梅市観光協会

◀The Ome City Sightseeing Pamphlet can be downloaded using the QR code. For other Ome City sightseeing information, see the Ome City Tourist Association website.

omekanko.gr.jp

もっと知りたい 御岳山のこと
Learn More About Mt. Mitake

御岳山と”天空の”武蔵御嶽神社

青梅市で人気の観光スポットである御岳山は標高929m、古くから霊山と崇められた信仰の山です。御岳山山頂には山岳信仰のシンボルとして知られる武蔵御嶽神社が鎮座し、古くから多くの人々が参拝に訪れました。

神社の参拝者を受け入れる宿泊施設が宿坊（しゅくぼう）ですが、現在では観光客の宿泊も受け入れています。

神道と仏教の違い

武蔵御嶽神社は日本の宗教である神道の施設であり、また宿坊は神社の御師※が運営しています。

神道とは日本起源の宗教で、この世のあらゆるものに神が宿るとする考えのもと、山・森・石・神木といった自然や、特定の人物も信仰します。

一方、日本でなじみの深いもう一つの宗教である仏教は、中国・インドといった外国から日本に伝わってきたとされる外来の宗教で、基本的には仏像を崇拝します。

※御師：特定の寺社に所属し、寺社へ参拝者を案内し、参拝・宿泊の世話をする人のこと。

Mt. Mitake and the "Shrine in the Sky" Musashi Mitake Shrine

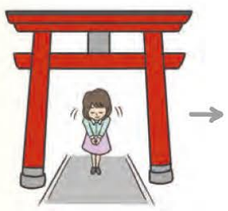
Mt. Mitake is a popular tourist spot in Ome that is 929 m tall and is a sacred mountain that has been worshipped since ancient times. At the peak of the mountain is Musashi Mitake Shrine, which is known as a symbol of mountain religion, and to which many people have been visiting to worship for a long time.
The shrine's accommodations used to accept religious pilgrims but now they also allow tourists to stay as well.

The Difference between Shintoism and Buddhism

Musashi Mitake Shrine is a shrine of the Shinto faith, which is a Japanese religion, and the accommodations are run by priests of shrine. Shintoism originated in Japan and followers believe that spirits live in natural places, such as mountains, forests, stones, sacred trees, and specific people.
Meanwhile, Buddhism, the other religion that the Japanese are deeply familiar with, is a foreign religion brought to Japan from China and India that worships the image of Buddha.

Note : Priests belong to designated shrines guiding pilgrims who come to the shrine, and look after the pilgrims and the accommodations.

神社の参拝方法
How to Pray at a Shrine



1 鳥居の前で一礼。参道は端を歩きましょう。
Bow in front of the gate. Walk along the edge of the path approaching the shrine

2 参拝する前に手水舎で身を清めます。
Before you visit the shrine, clean yourself in the Temizu-Sya.

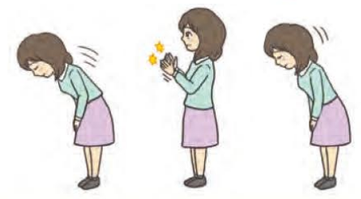
左手に水をかける。
Pour water on your left hand.

右手に水をかける。
Pour water on your right hand.

柄杓を立てて柄を洗う。
Move the ladle upwards and wash the handle.

左手で水を受けて口をすすぐ。
Pour water into your left hand and rinse your mouth.

3 神前では二礼二拍手一拝の作法でお参りします。
In front of the shrine, bow twice, clap your hands twice, and then bow again.



4 拝殿に向き直り一礼してから鳥居をでましょう。
Turn around to face the shrine, bow, and then leave through the gate.