

気分転換、リフレッシュ

No	中国語	ピンイン	日本語
1	恢复	huīfù	回復する。取り戻す。
2	重新	chóngxīn	新しく～する。もう一度～する。
3	抖擞	dǒusǒu	元気などを奮い起こす。
4	转换	zhuǎnhuàn	変える。
5	换	huàn	今までのものを換える。取り替える。互いにものを交換する。両替をする。
6	换换	huànhuan	ちょっと換える。
7	精力	jīnglì	精力。
8	精神	jīngshén	こころ。精神。文章や理論の主旨。
9	心情	xīnqíng	心情。気持ち。心の状態。
10	振作	zhènzuo	気持ちを高揚させる。
11	恢复精力	huīfù jīnglì	精力を回復する。リフレッシュする。
12	恢复精神	huīfù jīngshén	こころが回復する。リフレッシュする。
13	重新振作	chóngxīn zhènzuo	改めて気持ちが高揚する。リフレッシュする。
14	转换心情	zhuǎnhuàn xīnqíng	こころの状態を変える。気分転換する。
15	换换心情	huànhuan xīnqíng	こころの状態をちょっと換える。気分転換する。
16	振作精神	chóngxīn zhènzuo	こころを高める。
17	抖擞精神	dǒusǒu jīngshén	元気を奮い起こす。
18	打起精神	dǎ qǐ jīngshén	気持ちを高揚させる。
19	打起精神来	dǎ qǐ jīngshén lái	元気を出して。元気を出せ。気合を入れる。
20	振作起精神来	zhènzuo qǐ jīngshén lái	気分を上げていこう。
21	我重新振作起来了	wǒ chóngxīn zhènzuo qǐlai le	私はリフレッシュした。
22	我想转换一下心情	wǒ xiǎng zhuǎnhuàn yíxià xīnqíng	気分転換したいです。
23	我的心情转换了	wǒ de xīnqíng zhuǎnhuàn le	気分転換した。
24	稍微转换一下心情吧	shāowéi zhuǎnhuàn yíxià xīnqíng ba	ちょっと気分を変えよう。
25	弛缓	chíhuǎn	精神状態や規律などをゆるめる。
26	迟缓	chíhuǎn	動作がゆっくりだ。
27	紧张的心情渐渐弛缓下来了	jǐnzhāng de xīnqíng jiànjiàn chíhuǎn xiàlai le	張りつめていた気持ちがだんだん和らいだ。
28	和缓	héhuǎn	やわらげる。緩和する。おだやかだ。
29	和缓一下紧张的气氛	héhuǎn yíxià jǐnzhāng de qìfēn	張りつめた雰囲気を和らげる。
30	缓和	huǎnhé	和らぐ。緩和させる。
31	紧张的气氛缓和了	jǐnzhāng de qìfēn huǎnhé le	緊張した雰囲気が和らいだ。
32	放松	fàngsōng	注意や圧力をゆるめる。
33	放松情绪	fàngsōng qíngxù	気持ちをゆるめる。



「中華MP4はじめました。」
中国語カキコ特



URL: <http://to-a-t-materials.com>
中国語学習素材館
中国語のカキコ特