

『海外デビューで 絶対使える』 英会話フレーズ100選

初めての海外旅行・留学・短期滞在でそのまま使える、厳選120フレーズをスライド形式で整理したオフィシャル版。

120

空港から緊急時まで、最初の一冊になる実戦フレーズ集

SCENES

空港 / 入国 / 移動 / ホテル / 飲食 / 買い物 / 交流 /
トラブル / 体調不良

FOR

海外旅行デビュー、短期留学、語学学校渡航、出張前の基礎確認

STYLE

短く、丁寧に、すぐ通じる。初心者でも読み上げやすい表現を優先。

この資料の使い方

対象と使い方

この資料は、初めて海外へ行く旅行者、短期留学生、語学学校へ渡航する学習者向けに設計している。まずは自分が使いそうな場面のページだけ開き、3～5フレーズを声に出して覚える使い方を想定している。

監修方針

教育機関系の旅行英語資料を参照しながら、空港、ホテル、食事、交流、緊急時までの頻出表現を再編集した。短さ、丁寧さ、使う頻度を優先し、初心者がそのまま読める形に整えている。

REFERENCE EXAMPLE 1

空港で最初に使う流れ

チェックインでは **“I’d like to check in.”**、書類提示では **“Here’s my passport.”** と短く言えば十分伝わる。長く説明するより、ひとつずつ区切って話す方が通じやすい。

REFERENCE EXAMPLE 2

ホテルで困らない流れ

到着後は **“I have a reservation.”** で開始し、通信環境は **“Could I have the Wi-Fi password?”** と聞けばよい。最初の一言が決まっているだけで不安が減る。

ONE POINT

短く、丁寧に、止まりながら話す

迷ったら **Excuse me** で始め、伝えたい内容を一文だけ言い、最後に **Thank you** を添える。速く話すより、区切って話す方が成功率は高い。

基本のひとこと・空港

最初に覚える定番表現に、実際の使い方がわかる参考事例を追加

01

Hello.

こんにちは。最初の一声。

02

Excuse me.

すみません。人に声をかける起点。

03

Please.

依頼をやわらかくする基本語。

04

Thank you.

お礼は頻度が最も高い。

05

Sorry.

軽い謝罪や人にぶつかったとき。

06

I'm from Japan.

自己紹介の起点になる一文。

07

Could you speak more slowly?

ゆっくり話してほしいとき。

08

Could you repeat that, please?

もう一度言ってもらう。

09

I don't understand.

理解できないときは率直に伝える。

10

I'd like to check in.

空港カウンターでの基本表現。

11

Here's my passport.

書類提示は短く言えばよい。

12

Can I have a window seat?

座席希望を伝える。

REFERENCE EXAMPLE

チェックインカウンターでの最短会話

最初に “I'd like to check in.” と言い、求められたら “Here's my passport.” と続ければよい。聞き取れなければ “Could you repeat that, please?” で十分対応できる。

ONE POINT

一文ずつ区切ると通じやすい

初心者ほど長く説明しようとしなくてよい。用件 → 書類提示 → 聞き返し の順に、一文ずつ言う方が空港では圧倒的に実用的である。

入国審査・移動

短く答える入国対応と、目的地へ着くための質問表現を一枚に集約

04

入国審査・税関

16

I'm here for sightseeing.

観光目的を伝える基本回答。

17

I'm here to study English.

留学・語学学校渡航を説明する。

18

I'm staying for one week.

滞在期間は短く明確に言う。

19

I'm staying at this hotel.

宿泊先を示して安心感を与える。

20

Here is my return ticket.

帰国便の証明提示。

タクシー・電車・道案内

24

Could you take me to this address?

住所を見せながらタクシーで使う。

25

How much will it cost?

乗車前の料金確認。

26

Does this train go to downtown?

路線が合っているかを確認する。

27

Is this the right platform?

ホームや乗り場の確認。

28

What time is the next bus?

バスの時刻をたずねる。

21

I have nothing to declare.

税関で申告なしと伝える。

22

Where can I pick up my baggage?

手荷物受取所の確認。

23

My bag hasn't arrived.

荷物トラブルを最短で伝える。

29

How do I get to the station?

道を聞くときの定番。

30

Could you show me on the map?

地図で視覚的に確認したいとき。

31

I think I'm lost.

迷った状況を率直に伝える。

Point: 入国審査では **目的・滞在期間・宿泊先** を短く答える。移動では **行き先・料金・乗り場** を確認すれば失敗しにくい。

ホテル

チェックインから設備トラブルまで、宿泊先で本当に使う表現を厳選

05

到着・チェックイン

32

I have a reservation.

予約済みであることを最初に伝える。

33

I'd like to check in.

チェックイン手続きを始める一言。

34

Could you keep my luggage?

荷物預かりを依頼する。

35

What time is check-out?

出発前に締切時刻を確認する。

36

Is breakfast included?

朝食込みかどうかを確かめる。

37

What time is breakfast?

提供時間を具体的に聞く。

滞在中の依頼

38

Could I have the Wi-Fi password?

通信環境を確認する定番。

39

The air conditioner doesn't work.

設備不良を簡潔に伝える。

40

The shower doesn't work.

水回りの不具合を知らせる。

41

Could I change rooms?

部屋変更を依頼するとき。

42

Could I have a wake-up call at 6?

早朝出発前のモーニングコール依頼。

43

Could you call a taxi for me?

フロントに移動手配を頼む。

Point: ホテルでは **予約・朝食・Wi-Fi・設備不良** の4点を言えるだけで滞在の不安が大きく減る。

レストラン・カフェ

入店、注文、会計、持ち帰りまで、飲食シーンで高頻度の表現を厳選

06

入店・注文

44

A table for one, please.

入店時に人数を伝える。

45

Could I see the menu?

メニューを見せてもらう。

46

What do you recommend?

おすすめを聞く。

47

I'd like this, please.

指差ししながら簡単に注文できる。

48

Could I have it without onions?

苦手食材やアレルギー対応の基本形。

49

Could I have some water?

追加注文として最も便利な一言。

会計・カフェ

50

Could we get the bill, please?

会計をお願いするときの定番。

51

Can I pay separately?

別会計の可否を確認する。

52

Is service included?

サービス料込みかを聞く。

53

Can I get a latte, please?

カフェの基本注文。

54

To go, please.

持ち帰りを選ぶとき。

55

Could I get this without sugar?

甘さ調整を頼む。

Point: 飲食では **人数・注文・会計** の3つが言えれば十分戦える。カフェでは **to go** を覚えると便利。

買い物・観光

店頭での確認から観光施設の利用まで、旅先で使う定番表現を一枚に整理

07

買い物

59

I'm just looking, thank you.

接客を受けたときに、見ていただけだとやわらかく伝える。

60

Do you have this in a different size?

別サイズの在庫を確認する。

61

Do you have this in black?

色違いがあるかたずねる。

62

Can I try this on?

試着してよいかを確認する。

63

How much is this?

価格を確認する最短表現。

64

Can I pay by card?

カード決済に対応しているか聞く。

観光

65

Where can I buy tickets?

チケット売り場の場所を確認する。

66

What time does it open?

開館・開店時間をたずねる。

67

Is there an English tour?

英語ガイド付きツアーの有無を聞く。

68

Could you take a picture for me?

観光地で写真撮影を頼むときに使う。

69

Is this seat taken?

ベンチや乗り物の席が空いているか確認する。

70

Any recommendations?

おすすめの見どころや回り方を聞く。

Point: 買い物では **サイズ・色・支払い**、観光では **チケット・営業時間・写真** を聞けるだけで行動範囲が大きく広がる。

交流・友達づくり

移動中や観光先で自然に話しかけ、関係を広げるためのフレーズ

08

話しかける

71

Where are you from?

初対面で最も自然な質問。

72

Is it your first time here?

会話の入口として便利。

73

How long are you staying?

滞在期間をたずねる。

74

That sounds great.

感じのよい相づち。

75

Any recommendations?

おすすめを聞いて会話を続ける。

76

I'm planning to go there tomorrow.

自分の予定を共有する。

つながる

77

Would you like to join us?

軽く誘うときに使う。

78

We're going out tonight.

予定を共有して誘いにつなげる。

79

It was nice meeting you.

別れ際の定番表現。

80

Let's stay in touch.

関係を続けたいときに使う。

81

Do you have Instagram?

連絡先交換の自然な切り出し。

82

Let's swap numbers.

電話番号を交換しようと提案する。

Point: 交流では **質問** → **相づち** → **予定共有** の順で話すと自然。完璧な英語より、感じのよさが大切。

通信・トラブル

スマホ関連の困りごとと、旅先で起きやすいトラブル対応を一枚で確認

09

通信・デジタル

83

Is there free Wi-Fi here?

無料Wi-Fiの有無を確認する。

84

What's the password?

接続パスワードを聞く。

85

Can I charge my phone here?

充電可能か確認する。

86

My phone battery is dead.

充電切れを伝える。

87

Could you call a taxi for me?

店員やホテルに配車を頼む。

トラブル対応

88

I lost my passport.

最重要書類の紛失を伝える。

89

I lost my wallet.

財布紛失を簡潔に伝える。

90

My flight was canceled.

欠航時の相談の入口になる。

91

I missed my flight.

乗り遅れを正直に伝える。

92

What should I do?

次の行動を相談する万能表現。

Point: トラブル時は事情を長く説明しなくてよい。まずは **何を失ったか、何が起きたか、何をしてほしいか** を一文で伝える。

体調不良・緊急時

薬局、病院、救急対応で最低限伝えたい内容を短い一文で整理

10

薬局・病院

93

Is there a pharmacy nearby?

近くの薬局の場所を聞く。

94

Do you have medicine for a cold?

症状に合う薬を探す。

95

I have a headache.

頭痛を伝える。

96

I have a stomachache.

腹痛を伝える。

97

I have a fever.

発熱を伝える。

98

I need a doctor.

受診が必要だと伝える。

99

I don't feel well.

体調全般が悪いときの万能表現。

緊急時

100

It hurts here.

痛い場所を示しながら伝える。

101

I'm allergic to peanuts.

アレルギーマークの申告。

102

Help!

最も短い緊急表現。

103

Call the police.

事件や盗難時に使う。

104

Call an ambulance.

救急車を要請する。

105

There's been an accident.

事故が起きたことを伝える。

106

I need help right now.

今すぐ支援が必要だと伝える。

Point: 医療系では **症状** を、緊急時には **助けが必要・誰を呼ぶか** を短く明確に言うことが重要。

伝わるコツ・参考情報

短く話す技術と、フレーズ選定の参考にした教育機関係資料を確認する

11

伝わるコツ

01

先に結論を言う

“I need...”, “I’d like...”, “Where is...?” から始めると通じやすい。

02

短い一文で話す

単語だけよりも、短い一文の方が意図が明確になる。

03

聞き返しを恐れない

“Could you repeat that?” は初心者の必須フレーズ。

04

画面とジェスチャーを使う

地図、予約画面、住所を見せると成功率が大きく上がる。

主な参考情報

EF

40 essential English phrases for travel

旅行英語の基本カテゴリ整理を参照。

British Council

Essential conversational English phrases for making friends abroad

交流・雑談・連絡先交換の自然な言い回しを参照。

EF English Live

8 Airport questions you need to be able to answer in English / Travel English: Holiday Accommodation

空港とホテルでの定番質問・回答を参照。

ECC

海外での病気やけが、英語でどう伝える？

体調不良、薬局、医療関連の基本表現を参照。

監修方針: 初海外でも **短く・丁寧に・高頻度で使える** ことを優先し、教育機関係資料から旅行現場向けに再編集した。

英語に自信がなくても、旅は始められる。まずはこの3語を口に出せば、空港でもホテルでもレストランでも、会話の入口は作れる。

Excuse me
Please
Thank you

迷ったら、この3語から始めよう。