

1. 頭がきれる / 聰明・機靈
2. 頭にくる / 令人生氣
3. 頭がいたい / 傷腦筋
4. 頭がかたい / 固執
5. 耳にたこができる / 耳朵長繭
6. 目がない / 非常喜歡某個東西
7. 目をかける / 針對某人特別關心照顧
8. 顔が広い / 人脈很廣
9. 顔をたてる / 給人面子
10. 鼻がたかい / 光榮・感到驕傲
11. 齒が立たない / 完全比不上・應付不了
12. 口がかたい / 口風很緊
13. 口がかるい / 大嘴巴
14. 首になる / 被炒魷魚
15. 首を長くする / 非常期待的等
16. 胸をなでおろす / 鬆一口氣
17. 腰が低い / 很謙虛的態度
18. 腹が立つ / 生氣
19. 腹をきめる / 下決心
20. 尻にしかれる / 都聽老婆的話 (怕老婆)
21. 手を尽くす / 盡力・想盡辦法
22. 手をぬく / 偷工減料・沒有用全力
23. 手を焼く / 為難
24. 腕を磨く / 磨練本領, 提高技能
25. 足を引っ張る / 扯後腿
26. すねをかじる / 依賴父母(金錢)
27. へそをまげる / 因為不高興而鬧彆扭
28. 舌をまく / 感到了不起
29. 腰が重い / 懶得動
30. 犬猿の仲 / 水火不相容 (人際關係)
31. 馬が合う / 合得來
32. 鯖を読む / 虛報年齡
33. 鰻登り / 直線上升
34. 雀の涙 / 非常少
35. 猫の手も借りたい / 非常忙
36. 猫をかぶる / 裝乖

37. 天狗になる / 變得驕傲  
38. 狸寝入り / 假裝睡覺  
39. 袋のネズミ / 無法逃走的情況  
40. 鵜呑みにする / 直接相信  
41. 気を付ける / 小心  
42. 気がある / 對異性有意思  
43. 気が乗らない / 不太願意  
44. 気が利く / 細心  
45. 気にする / 在意  
46. 気を悪くする / 讓人不愉快  
47. 気が散る / 沒辦法專心  
48. 気が小さい / 膽小  
49. 気に入る / 喜歡上  
50. 気が付く / 注意到 (發現)  
51. 気のせい / 錯覺  
52. 気が合う / 合得來  
53. 気が遠くなる / 覺得非常遙遠  
54. 気が短い / 沒有耐心  
55. 気が変わる / 改變主意  
56. 息が合う / 相當有默契  
57. お茶を濁す / 把問題焦點模糊掉  
58. 影が薄い / 沒什麼存在感  
59. 釘をさす / 再三注意 (提醒過)  
60. 高嶺の花 / 高不可攀  
61. 図に乗る / 得意忘形  
62. 血が騒ぐ / 熱血沸騰  
63. 太鼓判を押す / 下保證  
64. 月とすっぽん / 天壤之別  
65. 匙を投げる / 完全放棄  
66. 鬼に金棒 / 如虎添翼  
67. 羽目を外す / ~過頭 (得意忘形)  
68. 懐が寒い / 手頭緊  
69. 音をあげる / 叫苦・發出哀嚎  
70. 根も葉もない / 毫無根據  
71. 根に持つ / 記恨 (對於某事很憎恨)  
72. 根掘り葉掘り / 問東問西・追根究底

73. 涙をのむ / 忍受委屈  
74. 荷が重い / 負擔很重  
75. 濡れ衣を着せる / 冤枉  
76. 水入らず / 只有自家人無外人  
77. 水に流す / 一筆勾銷・當作沒發生  
78. 水の泡になる / 泡湯・白費  
79. やぶから棒 / 突如其來  
80. 棒に振る / 白白浪費掉  
81. 腑に落ちない / 難以認同（很難接受）  
82. 踏んだり蹴ったり / 同時發生倒楣的事情  
83. 一肌脱ぐ / 助一臂之力  
84. 痛くも痒くもない / 不痛不癢（沒影響）  
85. 至れり尽くせり / 十分周到  
86. 瓜二つ / 長得一模一樣  
87. 朝飯前 / 輕而易舉,小菜一碟  
88. 後の祭り / 馬後炮（已來不及）  
89. 油を売る / 摸魚  
90. 上の空 / 心不在焉  
91. 胡麻をする / 拍馬屁  
92. 尻尾を出す / 露出馬腳  
93. 棚に上げる / 視為不見、放一邊  
94. 赤の他人 / 陌生人  
95. 思う壺 / 正中下懷  
96. 骨が折れる / 非常累人  
97. ピンからキリまで / 最小到最大（範圍很大）  
98. やぶ医者 / 庸醫  
99. らちがあかない / 毫無進展  
100. 一か八か / 聽天由命

1. 頭がきれる / 聰明・機靈

例：彼はクラスで一番頭がきれる。

譯：他是在班上最聰明

2. 頭にくる / 令人生氣

例：あの店員の態度、ほんと頭にくるね。

譯：那個店員的態度,真令人生氣

3. 頭がいたい / 傷腦筋

例：明日のレポートどうしよう。頭が痛いなあ。

譯：明天的報告怎麼辦。真傷腦筋呢。

4. 頭がかたい / 固執

例：父は頭が固いから、私の意見を全く聞かない。

譯：因為我爸是很固執,所以完全不聽我的意見。

5. 耳にたこができる / 耳朵長繭

例：わかったって。もう耳にタコができるよ

譯：好啦。耳朵長繭了。

6. 目がない / 非常喜歡某個東西

例：彼女は甘い物に目がない。

譯：她是非常喜歡甜食。

7. 目をかける / 針對某人特別關心照顧

例：目をかけてくださり、ありがとうございます。

譯：謝謝您的關心和照顧。

8. 顔が広い / 人脈很廣

例：田中さんはこの業界で顔がひろい。

譯：田中是在這個行業裡人脈很廣。

9. 顔をたてる / 給人面子

例：今回は上司の顔をたてて、お見合いをした。

譯：這次是為了給上司面子,接受相親。

10. 鼻がたかい / 光榮・感到驕傲

例：息子が東京大学に合格したので、私も鼻がたかい。

譯：因為兒子考上東京大學,所以我也感到驕傲。

11. 齒が立たない / 完全比不上・應付不了

例：テニスでは彼女に全く齒が立たない。

譯：在網球完全比不上她。

12. 口がかたい / 口風很緊

例：彼は口がかたいから、話しても大丈夫だよ。

譯：他口風很緊,所以可以講喔。

13. 口がかかるい / 大嘴巴

例：彼は口がかかるいから、話さないほうがいいよ。

譯：他是個大嘴巴,所以不要講比較好喔。

14. 首になる / 被炒魷魚

例：実は先月会社をクビになったんだ。

譯：其實我上個月被公司炒魷魚了。

15. 首を長くする / 非常期待的等

例：父が帰ってくるのを首を長くして待っている。

譯：我非常期待爸爸回來。

16. 胸をなでおろす / 鬆一口氣

例：やっと試験が終わって、胸をなでおろした。

譯：終於考完試,鬆了一口氣。

17. 腰が低い / 很謙虛的態度

例：山田社長はいつも腰がひくい。

譯：山田社長總是很謙虛。

18. 腹が立つ / 生氣

例：彼女にうそをつかれて、腹がたった。

譯：被她說謊,很生氣。

19. 腹をきめる / 下決心

例：腹をきめて、告白することにした。

譯：我下決心要告白了。

20. 尻にしかれる / 都聽老婆的話（怕老婆）

例：田中部長は奥さんの尻にしかれている。

譯：田中部長是都會聽老婆的話。

21. 手を尽くす / 盡力・想盡辦法

例：手をつくしたが、助からなかった。

譯：已盡力了,但沒辦法救回來了。

22. 手をぬく / 偷工減料・沒有用全力

例：私との試合、絶対手をぬかないでください。

譯：跟我的比賽,請你別手下留情。

23. 手を焼く / 為難

例：息子が言うことを聞かないで、手をやいている。

譯：兒子不聽話,真為難。

24. 腕を磨く / 磨練本領, 提高技能

例：また腕をみがいて挑戦するつもりです。

譯：我打算再多練習之後挑戰。

25. 足を引っ張る / 扯後腿

例：彼はいつもみんなの足を引っ張っている。

譯：他總是扯大家的後腿。

26. すねをかじる / 依賴父母(金錢)

例：彼女はもう30歳なのに、まだ親のすねをかじっている。

譯：她已經三十歲了，卻還靠爸媽

27. へそをまげる / 因為不高興而鬧彗扭

例：あの子は怒られるとすぐへそをまげる。

譯：那個小孩只要被罵了就會鬧彗扭。

28. 舌をまく / 感到了不起

例：彼女の努力には本当に舌をまくよ。

譯：我很佩服她的努力

29. 腰が重い / 懶得動

例：宿題するの腰が重いなあ。

譯：真不想做功課呢(懶得動)。

30. 犬猿の仲 / 水火不相容(人際關係)

例：田中さんと鈴木さんは犬猿の仲だ。

譯：田中跟鈴木是水火不相容。

3 1. 馬が合う / 合得來

例：新しい部長とは馬が合う。

譯：跟新的部長合得來。

3 2. 鯖を読む / 虛報年齡

例：あの女優5歳も鯖を読んでたらしいよ。

譯：那女藝人好像謊報五歲的樣子。

3 3. 鰻登り / 直線上升

例：最近、彼の成績はうなぎのぼりだ。

譯：最近,他的成績是直線上升。

3 4. 雀の涙 / 非常少

例：今月の給料も雀の涙ほどだった。

譯：這個月薪水也一點點而已。

3 5. 猫の手も借りたい / 非常忙

例：最近は猫の手も借りたいほど忙しい。

譯：最近忙得不可開交。

3 6. 猫をかぶる / 裝乖

例：彼女は男の前だといつも猫をかぶる。

譯：她在男生面前總是裝乖

37. 天狗になる / 變得驕傲

例：彼は最近天狗になってるよ。

譯：他最近變得驕傲。

38. 狸寝入り / 假裝睡覺

例：狸寝入りしないで、席譲ったら？

譯：不要裝睡覺,讓位子吧？

39. 袋のネズミ / 無法逃走的情況

例：犯人はもう袋のネズミだよ。

譯：犯人已經無法逃走的情況了

40. 鵜呑みにする / 直接相信

例：彼女は人の話をすぐ鵜呑みにする。

譯：她總是相信別人說的話。

41. 気を付ける / 小心

例：危ないから、気をつけてね。

譯：因為危險,所以要小心喔。

42. 気がある / 對異性有意思

例：彼は山田さんに気があるらしいよ。

譯：好像他對山田有意思的樣子喔。

4 3. 気が乗らない / 不太願意

例：今回の旅行は気がのらない。

譯：這次的旅遊不太想去。

4 4. 気が利く / 細心

例：彼女はとても気が利く人です。

譯：她是個很細心的人。

4 5. 気にする / 在意

例：大丈夫です。気にしないでください。

譯：沒事。別在意。

4 6. 気を悪くする / 讓人不愉快

例：気を悪くしたらすみません。

譯：如果讓你不開心,真抱歉。

4 7. 気が散る / 沒辦法專心

例：この図書館はうるさくて、気が散る。

譯：這個圖書館太吵了,沒辦法專心。

4 8. 気が小さい / 膽小

例：彼は子供の頃から気が小さい。

譯：他是從小就很膽小。

49. 気に入る / 喜歡上

例：この帽子、とても気に入りました。

譯：我喜歡上這個帽子了。

50. 気が付く / 注意到（發現）

例：海外へ行くと色々なことに気がつく。

譯：到了海外會發現到很多事情。

51. 気のせい / 錯覺

例：気のせいかな？さっき声が聞こえたような。

譯：是我的錯覺嗎？好像有聽到聲音。

51. 気を落とす / 沮喪

例：そんなに気を落とさないで。次頑張ろうよ。

譯：不要那麼沮喪嘛。下次努力吧。

52. 気が合う / 合得來

例：新しい上司とは気が合わない。

譯：跟新的上司不合。

53. 気が遠くなる / 覺得非常遙遠

例：家のローンはまだ20年ある。気が遠くなりそう。

譯：房貸還有二十年。快昏倒了。

54. 気が短い / 沒有耐心

例：私の父は気が短い人です。

譯：我爸爸是個沒有耐心的人。

55. 気が変わる / 改變主意

例：もし気が変わったら教えてください。

譯：如果變心了,請告訴我。

56. 息が合う / 相當有默契

例：あの二人のダンスはすごく息が合ってるね。

譯：那兩個人跳舞跳得很有默契。

57. お茶を濁す / 把問題焦點模糊掉

例：お茶を濁さないで、はっきり言ってください。

譯：不要敷衍過去,請你講清楚。

58. 影が薄い / 沒什麼存在感

例：彼女はクラスで影が薄い

譯：她在班上沒什麼存在感。

59. 釘をさす / 再三注意 (提醒過)

例：あんなに釘をさしたのにどうして遅刻したの？

譯：我明明有再三提醒你,但為甚麼你還會遲到呢？

60. 高嶺の花 / 高不可攀

例：彼女は僕にとって高嶺の花だよ。

譯：她是對我來說高不可攀。

61. 凶に乗る / 得意忘形

例：凶に乗らないでください。

譯：請不要得意忘形。

62. 血が騒ぐ / 熱血沸騰

例：試合を見ていたら血が騒いできた。

譯：看比賽就熱血沸騰起來了。

63. 太鼓判を押す / 下保證

例：彼なら大丈夫です。私が太鼓判を押します。

譯：他是一定沒問題的。我會下保證。

64. 月とすっぽん / 天壤之別

例：東京大学の兄と僕じゃ月とすっぽんだよ。

譯：東京大學的哥哥和我的話,簡直是天壤之別啦。

65. 匙を投げる / 完全放棄

例：そんな簡単に匙を投げないでくださいよ。

譯：請你不要那麼容易放棄啦。

66. 鬼に金棒 / 如虎添翼

例：もし彼がチームに入ったら鬼に金棒だよ。

譯：如果他來加入我們隊的話,就如如虎添翼

67. 羽目を外す / ～過頭 (得意忘形)

例：あまり羽目を外さないでね。

譯：不要玩的開心過頭喔。

68. 懐が寒い / 手頭緊

例：給料日前で懐が寒い。

譯：因為發薪日前,所以手頭緊。

69. 音をあげる / 叫苦・發出哀嚎

例：このくらいで音をあげていたら、プロになれないよ。

譯：這種程度就叫苦的話,是無法變職業的喔。

70. 根も葉もない / 毫無根據

例：それは根も葉もないうわさです。

譯：那是毫無根據的謠言。

71. 根に持つ / 記恨 (對於某事很憎恨)

例：まだ根に持つてるの？謝ったでしょ。

譯：還在記恨喔。不是跟你道歉了嗎？

7 2. 根掘り葉掘り / 問東問西・追根究底

例：そんなに根掘り葉掘り聞かないでください。

譯：不要問東問西。

7 3. 涙をのむ / 忍受委屈

例：決勝戦で涙をのんだ。

譯：在決賽中輸掉了。

7 4. 荷が重い / 負擔很重

例：この企画は私には荷が重いです。

譯：這企劃是對我來說負擔很重。

7 5. 濡れ衣を着せる / 冤枉

例：彼は濡れ衣を着せられた。

譯：他是被冤枉的。

7 6. 水入らず / 只有自家人無外人

例：お正月は家族水入らずで過ごした。

譯：新年時只有自家人過年了

7 7. 水に流す / 一筆勾銷・當作沒發生

例：今回のことは水に流しましょう。

譯：這次的事情,當作沒發生吧

78. 水の泡になる / 泡湯・白費

例：今までの努力が水の泡になってしまった。

譯：目前為止的努力都白費了。

79. やぶから棒 / 突如其來

例：やぶから棒にどうしたの？

譯：你突然問這個幹嘛？

80. 棒に振る / 白白浪費掉

例：せっかくの機会を棒に振ってしまった。

譯：把難得的機會白白浪費掉了。

81. 腑に落ちない / 難以認同（很難接受）

例：私だけが怒られるのは腑に落ちない。

譯：只有我被罵是很難接受。

82. 踏んだり蹴ったり / 同時發生倒楣的事情

例：離婚に病気に…。ほんと踏んだり蹴ったりだよ。

譯：離婚,再加上生病,真的太倒楣了。

83. 一肌脱ぐ / 助一臂之力

例：君のために一肌脱ぐよ。

譯：助你一臂之力。

84. 痛くも痒くもない / 不痛不癢 (沒影響)

例：何を言われても痛くも痒くもないよ。

譯：被怎麼說也不痛不癢。

85. 至れり尽くせり / 十分周到

例：この旅館のサービスは至れり尽くせりだ。

譯：這個旅館的服務十分周到。

86. 瓜二つ / 長得一模一樣

例：あの姉妹は瓜二つだ。

譯：那個姊妹長得一模一樣。

87. 朝飯前 / 輕而易舉,小菜一碟

例：こんなの朝飯前だよ。

譯：這種事對我來說小菜一碟。

88. 後の祭り / 馬後炮 (已來不及)

例：今更後悔しても、後の祭りだよ。

譯：現在才後悔 根本就是馬後砲阿

89. 油を売る / 摸魚

例：こんなところで何油を売っているの？

譯：在這裡摸什麼魚阿？

90. 上の空 / 心不在焉

例：今日ずっと上の空だけど、どうしたの？

譯：今天你一直心不在焉的樣子喔,怎麼了？

91. 胡麻をする / 拍馬屁

例：彼は胡麻をするのが上手だ。

譯：他很會拍馬屁。

92. 尻尾を出す / 露出馬脚

例：あの人が尻尾を出すのも時間の問題だ。

譯：那個人露出馬脚也只是時間的問題。

93. 棚に上げる / 視為不見、放一邊

例：彼は自分の事を棚に上げて、他人の批判をしている。

譯：他將自己的事情放一邊,只會批評其他人。

94. 赤の他人 / 陌生人

例：彼女とは赤の他人です。

譯：我跟她是陌生人。

95. 思う壺 / 正中下懷

例：それじゃ、彼の思う壺だよ。

譯：這樣的話,對他來說是正中下懷。

96. 骨が折れる / 非常累人

例：これは相当骨の折れる作業です。

譯：這是非常累人的工作。

97. ピンからキリまで / 最小到最大（範圍很大）

例：時計の値段はピンからキリまでである。

譯：手錶的價錢是有很便宜的也有到很貴的。

98. やぶ医者 / 庸醫

例：あの医者はやぶ医者だからやめた方がいいよ。

譯：那個醫生是庸醫,不要去比較好喔。

99. らちがあかない / 毫無進展

例：これじゃらちがあかないよ。

譯：這樣下去毫無進展啦。

100. 一か八か / 聽天由命

例：一か八か挑戦してみたら？

譯：就聽天由命挑戰看看吧