

# 1. 旧石器時代

The Old Stone Age



◆<sup>じんるい</sup>人類は、<sup>さる</sup>猿と <sup>きょうつう</sup>共通 の <sup>そせん</sup>祖先 から <sup>しんか</sup>進化 しました。

<sup>いちばんふる</sup>一番古い人類は、<sup>やく</sup>約700万年前に <sup>あらか</sup>アフリカ に 現  
れました。彼らは <sup>かれ</sup>後ろ足 で <sup>うし</sup>立って <sup>あし</sup>歩いて <sup>た</sup>いまし  
た。そして、<sup>まえあし</sup>前足 は <sup>て</sup>手 のように <sup>つか</sup>使っていました。

◆<sup>ほんあし</sup>2本足 で <sup>ある</sup>歩く ようになると、<sup>のう</sup>脳 が <sup>おお</sup>大きくなり、  
<sup>どうぐ</sup>道具 や <sup>ひ</sup>火 を <sup>つか</sup>使ったり、<sup>ことば</sup>言葉 を <sup>はな</sup>話したり できるよう  
になりました。

◆<sup>やく</sup>約260万年前から、<sup>まんねんまえ</sup>地球 は <sup>ちきゅう</sup>氷河期 になり、<sup>りくち</sup>陸地  
の <sup>やく</sup>約3分の1 が <sup>こおり</sup>氷 に <sup>おお</sup>覆われました。

◆<sup>ひとびと</sup>人々は、<sup>いし</sup>石 で <sup>どうぐ</sup>道具 を <sup>いし</sup>つくり ました。石 の <sup>ぶき</sup>武器 で  
<sup>おおがた</sup>大型 の <sup>どうぶつ</sup>動物 と <sup>たたか</sup>闘 い、<sup>ちから</sup>力 を <sup>あ</sup>合わせて <sup>く</sup>暮らし まし  
た。この時代を <sup>じだい</sup>旧石器時代 と言います。

◆Human beings evolved from a common ancestor of apes. The oldest human beings appeared in Africa about 7 million years ago. They got up on their hind legs and walked. They also used their fore legs as arms.

◆When they began to walk on two legs, their brains also became bigger and bigger, so they were able to learn to use tools, fire and speak some languages.

◆The earth went into *Hyooga-ki* (the ice age) nearly 2.6 million years ago, and one-third of all land were covered with ice.

◆People made chipped stone tools. People struggled individually against large animals using stone weapons and so began to group and live together. We call this period *Kyuu-sekki Jidai* (the Old Stone Age).



III

◆氷河期には、海の高さが今より100 m も低くなり、日本と大陸は、つながりました。

◆陸がつながっていたときに、ナウマン象などのたくさんの動物や人間が、大陸から日本にやって来ました。



IV

◆約1万年前に氷河期が終わり、暖かくなりました。世界の一部の地域で農業が始まり、文明が起こりました。

◆旧石器時代は、人類の歴史の中で最も長い時代です。

◆Because sea level during the ice age was 100 meters lower than today, the Japanese Archipelago and the Asian Continent were connected.

◆At the time of this connection, many animals (including "Naumann's elephant") and human beings came to the Japanese Archipelago from the continent.

◆After the end of the ice age, ten thousand years ago, it got warmer and people began to cultivate lands in some parts of the world. This is the beginning of civilization.

◆The Old Stone Age is the longest age in the history of human beings.

## 2. 縄文時代

The Jomon Period



◆氷河期が終わると氷が解けて海面が高くなりました。そして、日本列島は大陸から離れて、現在の形になりました。

◆日本でも気候が暖かくなり、森が広がりました。

◆人々は、森で木の実や動物をとり、川や海で魚や貝をとって暮らしました。

◆その頃の人々がごみを捨てた場所は、今でも大量の貝殻が埋まっています。そこを貝塚と言います。

◆When *Hyooga-ki* (the ice age) ended, the sea level rose and the Japanese Archipelago was separated from the Asian Continent. Then the Japanese Archipelago formed itself into its present shape.

◆The forests spread when the climate of the Japanese Archipelago became mild.

◆People lived on the fruits of trees, animals in the woods, and fish and shellfish in rivers and the sea.

◆Even now, where people threw out their garbage, plenty of shells are still buried, we call them *Kai-zuka* (shell mounds).





### III

◆人々は、食べ物を煮たり保存したりするために、土器をつくりました。土器には縄などの模様を付けました[縄文土器]。この時代を縄文時代と言います。

◆土の人形[土偶]を作り、食べ物がたくさんとれることなどを祈りました。

◆People made earthenware in order to boil and preserve food. Patterns of straw rope and so on were imprinted on the earthenware [Jomon Doki (Jomon earthenware)]. We call this period Jomon Jidai (the Jomon Period).

◆People made clay figures [Doguu], and prayed for a rich supply of food.

### IV

◆家は、地面に穴を掘って柱を立て、その上にワラの屋根をかぶせてつくりました[竪穴式住居]。

◆人々は集団で暮らしていましたが、身分の差はありませんでした。

◆They dug holes and stood pillars in it when they made their straw roof houses [Tate-ana-shiki Juukyo (pit house)].

◆They lived in groups but there was no distinction of status among them.

# 3. 弥生時代

The Yayoi Period



◆紀元前4世紀の後半になると、中国や

朝鮮半島からやってきた人たちが、稲作(米作り)を伝えました。

◆稲作は、最初九州に伝わり、次第に東日本にまで広がりました。

◆稲作と一緒に、農具や、米を保存するための

倉庫なども伝わりました。

◆銅と鉄の道具も伝わりました。鉄の武器や道具を持った人々は強い力を持ちました。

◆In the latter half of the 4th century B.C., people from China and the Korean Peninsula introduced the method of rice farming.

◆Rice farming was first introduced to *Kyuushuu* and then gradually spread to eastern Japan.

◆Along with rice farming, farm tools and warehouses for preserving rice were introduced.

◆Tools made of bronze or iron were also introduced. People who owned iron weapons and tools gained strong political power.



III

◆人々は、水田の近くに村をつくりました。集団  
で農作業を行 うために、指導者が現 れました。  
そして身分の差が生まれました。

◆村と村との 間 で、土地や水を奪い合う戦争  
が起きました。その結果、強い村が弱い村を  
支配して、小さな国に 成長していきました。

IV

◆1世紀頃には、100ぐらいの国がありました。  
3世紀には、邪馬台国という国の女王卑弥呼が、  
30以上の国を治めました。

◆その頃、中国は高い文化や勢力を持ってい  
ました。卑弥呼は、中国に使いを送りました。  
中国の歴史書に卑弥呼の記録が残っています。

◆People made villages near their paddy fields. Among  
them a leader who managed the collective farm working  
would develop. From this, status distinction appeared.

◆Villages battled for land and water. As a result, powerful  
villages ruled over weak villages, and they grew to be small  
states.

◆Nearly one hundred states were formed by about the 1st  
century A.D. In the 3rd century, Queen *Himiko* of *Yamatai-*  
*koku* (the *Yamatai* state) ruled more than thirty small states.

◆At that time, China had an advanced culture and great  
influence. *Himiko* sent emissaries to China. In a Chinese  
history book at that time, there is a record of *Himiko*.



# 4. 古墳時代

The Kofun Period



◆稲作が広まると、それぞれの地方に豪族  
(武力を持つ一族)が現れました。豪族は、農地  
や人々を支配しました。

◆3世紀の後半には、奈良盆地に住む豪族たち  
が集まって、大和政権をつくりました。

◆大和政権の豪族たちは、日本中の豪族たちと  
戦い、九州から東北地方の南部まで勢力を  
広げました。

◆大和政権の王は大王と呼ばれていました。  
大王はやがて天皇となり、日本の支配者になり  
ました。

◆As rice farming spread, Goozoku (thanes, local ruling families with military powers) appeared in each region. They ruled farming fields and people.

◆In the late 3rd century, Some Goozoku in Nara Basin gathered and established Yamato Seeken (the Yamato regime).

◆Goozoku of the Yamato regime fought against other Goozoku across Japan and spread their influence from Kyuushuu to southern Toohoku district.

◆The king of the Yamato regime was called Ookimi (the great king). The Ookimi soon became Ten-noo (the Emperor), the ruler of Japan.



### III

◆大和政権の王や各地の豪族たちは、自分の力ちからを示すために巨大な墓きよだい [古墳こふん (前方後円墳ぜんぽうこうえんふん)] をつくりました。古墳は全国に広がりました。この時代を古墳時代こふんじだいと言います。

◆古墳には、王の遺体おのと一緒に、剣けんや鏡かがみなどが埋められました。古墳の周りには、はにわひと (人ひとや動物などの形かたちをした焼き物やもの) が並べられました。

◆Ookimi of the Yamato regime and Goozoku of elsewhere in Japan constructed huge burial mounds [Kofun, Zenpoo-kooen-fun] to show off their political powers. These mounds spread all over the country. We call this period Kofun Jidai (the Kofun Period).

◆In Kofun, swords, mirrors etc. were buried beside the body of Ookimi. And Haniwa (clay figures shaped human beings or animals) were put around Kofun.



### IV

◆この頃、中国や朝鮮半島では戦争が続いたので、日本へ移住する人ひと [渡来人とらいじん] が増えました。

◆渡来人は、鉄の製造や漢字など、高い技術や文化を日本に伝え、大和政権の中で活躍しました。

◆In those days, there were continuous battles in China and the Korean Peninsula, so immigrants to Japan [Torai-jin] increased.

◆These immigrants introduced advanced skills and cultures, for example, the techniques of making iron, the writing of kanji characters, etc. And they played active roles in the Yamato regime.



## 5. 飛鳥時代

The Asuka Period



◆593年、<sup>ねん</sup>聖徳太子<sup>しょうとくたいし</sup>が<sup>せっしょう</sup>摂政<sup>てんのう</sup>（天皇の代わりに政治<sup>せいじ</sup>を行<sup>おこな</sup>う役<sup>やく</sup>）になりました。

◆聖徳太子は、中国<sup>ちゅうごく</sup>の政治<sup>せいじ</sup>を参考<sup>さんこう</sup>にして、天皇<sup>てんのう</sup>を中心とする国づくりを進めました。

◆聖徳太子は、国<sup>くに</sup>の基本<sup>きほん</sup>のきまりや、役人<sup>やくにん</sup>の制度<sup>せいど</sup>をつくりました。また、仏教<sup>ぶつぎょう</sup>を広めました。

◆豪族<sup>ごうぞく</sup>の力<sup>ちから</sup>が強<sup>つよ</sup>かったので、聖徳太子<sup>しょうとくたいし</sup>が目指<sup>めざ</sup>した天皇中心<sup>てんのうちゅうしん</sup>の政治<sup>せいじ</sup>は実現<sup>じつげん</sup>できませんでした。

◆In 593, *Shootoku Taishi* became *Sesshoo* (Regent, a person who rules a country instead of the Emperor).

◆*Shootoku Taishi* formed a centralized system with *Ten-noo* (the Emperor) at its center, following the model of the Chinese social and political system.

◆*Shootoku Taishi* made fundamental rules of the country and created a system of officials. He also spread Buddhism.

◆Because of the strong powers of *Goozoku* (thanes), he could not fulfill the Emperor-centered political system which he wanted.

593年～710年

天皇を中心とする政治のしくみがつくられる時代

from the year 593 to the year 710  
the period when the Emperor-centered political system was built



III

◆ 聖徳太子が亡くなった後、645年に、  
中大兄皇子が有力な豪族を滅ぼし、天皇中心の  
国づくりを進めました[大化の改新]。

◆ 中大兄皇子は、豪族たちの土地と人民を、  
天皇のものにしました。この改革の結果、天皇の  
力は大きくなりました。

◆ In 645, after the death of Shootoku Taishi, Nakano-Ooe-no-Ooji destroyed some powerful Goozoku and fulfilled the Emperor-centric nation building [Taika-no-Kaishin (The Reformation of Taika)].

◆ Nakano-Ooe-no-Ooji made the lands and people owned by Goozoku properties of the Emperor. As a result of this reformation, the political power of the Emperor became greater.



IV

◆ 中大兄皇子は天智天皇になり、改革を進めました。税を集めるために、全国の戸籍をつくりました。

◆ 天智天皇が亡くなると、次の天武天皇は、さらに国の制度を整えました。このころ国の名前を「日本」と決めました。

◆ Nakano-Ooe-no-Ooji became Tenji Ten-noo (Emperor Tenji) and he continued the reformation. He made family registers in order to collect taxes.

◆ After the death of Tenji Ten-noo, Tenmu Ten-noo (Emperor Tenmu) further developed the nation systems. The country name of Japan was decided as "Nihon" at this time.

# 6. 奈良時代

The Nara Period



◆<sup>くに</sup>国の<sup>せいど</sup>きまりや<sup>ととの</sup>制度が<sup>ねん</sup>整い、<sup>ちゅうごく</sup>710年には、<sup>みやこ</sup>中国の<sup>ちょうあん</sup>都（<sup>てほん</sup>長安）<sup>なら</sup>をお手本にして、奈良にりっぱな<sup>みやこ</sup>都がつくられました。この都を<sup>へいじょうきやう</sup>平城京<sup>い</sup>と言います。

◆その頃の日本の人口は約450万人でした。  
<sup>へいじょうきやう</sup>平城京<sup>やく</sup>には約10万人の<sup>まんにん</sup>人が<sup>ひと</sup>住んでいました。  
 そのうち<sup>きぞく</sup>貴族<sup>にん</sup>は200人ぐらいでした。

◆<sup>くに</sup>国は<sup>ひとびと</sup>人々に<sup>た</sup>田を<sup>あた</sup>与え、<sup>ぜい</sup>税として<sup>こめ</sup>米を<sup>おさ</sup>納めさせました。<sup>ぜい</sup>税が<sup>おも</sup>重すぎて<sup>に</sup>逃げて<sup>だ</sup>出す<sup>ひと</sup>人もいました。

◆<sup>おとな</sup>大人の<sup>だんせい</sup>男性<sup>へいし</sup>には、<sup>きやうと</sup>兵士として<sup>きやうしゅう</sup>京都や九州<sup>を</sup>を  
<sup>まも</sup>守る<sup>ぎむ</sup>義務<sup>おお</sup>もありました。これも<sup>ふたん</sup>大きな負担<sup>で</sup>でした。

◆When the fundamental rules and system of the country were completed, a splendid capital was built in Nara in 710 modelled after the Chinese capital (Chooan, Changan). We call this capital Heejoo-kyoo.

◆At that time, the population in Japan was about four million five hundred thousand. Nearly one hundred thousand people lived in Heejoo-kyoo. The number of Kizoku (nobles) was about two hundred.

◆People were given rice fields by the government and had to pay rice as tax. Some of them left from their land due to heavy tax.

◆Men were liable for military service in Kyoto or Kyuushuu. This was also a heavy burden.



710年～794年

奈良の都を中心に仏教文化が栄える時代

from the year 710 to the year 794

the period when the Buddhism culture flourished centering on the capital Nara



III

◆当時、中国にはシルクロード(貿易の道)を通じてヨーロッパ、西アジア、インドなど、色々な国の文化が伝わっていました。

◆日本は、中国へ使い[遣唐使]を送り、進んだ文化を取り入れました。

◆At that time international culture was conveyed to China through *Shiruku Roodo* (the Silk Road, trading road) from the countries of Europe, West Asia, India, and so on.

◆Japanese government sent emissaries to *Too* (Tang, China) [*Ken-Too-shi*] and assimilated Tang's advanced culture.



IV

◆聖武天皇は、国の安定を祈るために、奈良に巨大な仏像をつくらせました。大仏は752年に完成しました。

◆大仏を祭るために、東大寺をつくりました。そして地方にも、国ごとに国分寺をつくらせました。

◆*Shoomu Ten-noo* (Emperor *Shoomu*) ordered to make *Daibutsu* (a great statue of Buddha) in *Nara* to pray for the stability of the country. The Great Buddha was completed in 752.

◆*Toodai-ji* temple was established to enshrine the Great Buddha. And a *Kokubun-ji* (provincial temple) was established in every province of the country.

6