

平成 22 年度言語研修  
アムド・チベット語 テキスト 3

アムド・チベット語彙集  
ཨ་མདོའི་ཁ་སྐད་ཀྱི་མིང་བརྒྱུགས་བསྒྲིགས།

海老原 志穂 (編)

東京外国語大学  
アジア・アフリカ言語文化研究所

2010





## まえがき

この語彙集は2010年度東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所主催の「アムド・チベット言語語研修」のために編集されました。収録語彙数はそれほど多くはありませんが、日常生活で使われる基礎的なアムド・チベット語の語彙が中心に収められています。アムド・チベット語には標準語にあたるものは決められておらず、地域や生業による言葉の差異がみられます。本語彙集は、青海省の牧区（共和県ギャイ村）で生まれ育った  $\text{ལྷ་ཡེ་བཀྲ་ལྷོ}$ （扎布，ギャイ・ジャブ）先生の言葉をもとにした発音を表記しています。

アムド・チベット語に関する語彙集、辞書には他に、以下のようなものがあります。必要に応じて参照してください。

- 華侃（編）『藏語安多方言詞匯』2002年，甘肅民族出版社。
- 華侃・龍博甲（編）『安多藏語口語詞典』( $\text{བོད་ལྗེ་ཤུལ་སྤུང་གྱི་ཨ་མདོའི་ཁ་སྐད་ཚིག་མཛོད།}$ ) 1993年，甘肅民族出版社。
- 耿頤宗・李俊英・龍智多杰（編）『安多藏語口語詞典』( $\text{ཨ་མདོའི་ཁ་སྐད་ཚིག་མཛོད།}$ ) 2007年，甘肅民族出版社。

2010年7月  
海老原志穂

## 略号

本語彙集ではいくつかの略号を用いています。これらについて説明します。

接語というのは、接辞よりも独立性が強く、語よりも独立性が低い要素のことです。格助詞や助動詞などがこれにあたります。接語は接辞の後ろにつけることができますが、接語のうしろに接辞がつくことはありません。

//は音韻表記であることを表しています。本語彙集で用いている音韻表記の詳細については、アムド・チベット語テキスト 1『アムド・チベット語の発音と会話』をご覧ください。

- 接辞境界
- = 接語境界
- ’ 音節境界（音節境界が不明瞭な場合にのみ用いる）
- // 音韻表記



ཀ /ka/ 柱	命令形)
ཀ་ཁ། /kak <sup>h</sup> a/ チベット文字のアルファベット	དྲུག། /htrək/ 混ぜる, 攪拌する (未完了形)
ཀ་བ། /kawa/ 柱	དྲུགས། /htrək/ 混ぜる, 攪拌する (完了形, 命令形)
ཀ་ར། /kara/ 1. 砂糖, 2. テントの柱	བཀག། /kwak/ 阻む, 阻止する, 止める (完了形)
ཀ་ར་མོ་རེ། /karakore/ お菓子, ケーキ	བཀག་བ། /kwap/ 覆う, 隠す (完了形)
ཀ་ར་བྲོ་གི། /kara tro=gə/ 甘い	བཀག་འ། /kwa/ 命令
ཀ་རོ་བྱ། /karu/ 茶碗	བཀག་རྩིན་མེ། /kwatrən ty <sup>h</sup> ɛ/ ありがとう
ཀེ་བྱ། /ke/ ニラ	བཀག་ལ། /kwat/ 1. 背負う, 担ぐ (完了形), 2. 掛ける (完了形), 3. 紡ぐ, よる (完了形)
ཀོང་ཀོང་། /konkoŋ/ くぼんだ	བཀྲུག། /kwək/ 曲げる (完了形)
ཀྱ /kwa/ 瓜類	བཀོད་ས། /pkopa/ 方法, 方策
ཀྲུང་གོ། /trongo/ 中国	བཀྲུགས། /pkyak/ 掲げる, 挙げる, 持ち上げる (完了形)
ཀྲད། /hlat/ 頂点, 上面	བཀྲུ། /pkyə/ 洗う (未完了形)
ཀྲད་ས། /hlappa/ 脳, 脳みそ	བཀྲུས། /pkyi/ 洗う (完了形)
ཀྲད་དམས། /hlathmar/ はげ頭	བཀྲ་ཤེས། /trwahyi/ 1. 吉祥, 2. タシ (人名)
ཀྲ། /hlə/ 龍	ཀ། /hka/ 溝
དཀའ། /hka/ 1. 難しい, 2. (値段が) 高い	ཀང་། /hkaŋ/ 骨の髄
དཀའ་མོ། /hkamo/ 難しい, 希少な	ཀང་ཐང་། /hkaŋt <sup>h</sup> aŋ/ 徒歩, 歩行
དཀར་མོ། /hkaro/ 白い	ཀང་ལྷམ། /hkaŋnam/ ズボン
དཀོན་མོ། /hkonbo/ 希少な	
དཀྱིལ། /hkyi/ 中央	
དཀྱིལ་འཁོར། /hkyink <sup>h</sup> or/ 曼荼羅	
དཀྱིལ་མཇུག། /hkyimdzəp/ 中指	
དཀྱི། /htrə/ (糸を) 捲く (未完了形)	
དཀྱིས། /htri/ (糸を) 捲く (完了形,	

ཀང་པ། /hkoŋpa/ 足, 脚  
 ཀང་ཚེགས། /hkaŋtshək/ 足の関節  
 ཀང་ཕྱབས། /hkaŋhyəp/ 靴下  
 ཀང་གསུམ། /hkaŋhsəm/ 三脚  
 ཀན། /hkan/ 口蓋  
 ཀུ། /hkə/ 盗む (未完了形)  
 ཀུ་མ། /hkənma/ 泥棒  
 ཀུས། /hki/ 盗む (命令形)  
 ཀེད་པ། /hkɛppa/ 腰  
 ཀོ། /hko/ 掘る, 彫る (未完了形)  
 ཀོང་ང། /hkoŋpa/ 足, 脚  
 ཀོས། /hki/ 掘る, 彫る (命令形)  
 ཀུང། /hkyan/ 野生の口バ  
 ཀུལ། /hkyat/ 泳ぐ (未完了形)  
 ཀུལ། /hkyu/ 泳ぐ (命令形)  
 ཀུགས་པ། /hkəppa/ 口の不自由な人  
 ཀཱ། /hkat/ 声, のど, ~語  
 ཀཱ་ཚ། /hkaty<sup>h</sup>a/ 言葉, 話  
 ཀཱ་གཏོང། /hkat htoŋ/ メッセージを送る (未完了形)  
 ཀཱམ། /hkam/ 乾かす, 乾く (未完了形, 完了形)  
 ཀཱམ་པ། /hkamba/ 不妊の雌ヤク  
 ཀཱམ་བོ། /hkambo/ 乾いた, 瘦せた  
 ཀཱམ་པ། /hkamhya/ ヤクの肉  
 ཀཱར་མཛད། /hkarmda/ 流星  
 ཀཱར་མ། /hkarma/ 1. 星, 星座, 2. 分 (minute)  
 ཀཱལ་བ། /hkalwa/ 機会

ཀཱེ། /hke/ 階段, 梯子  
 ཀཱེ། /hkə/ (クリームやオイルを) 塗る (未完了形)  
 ཀཱེ་བྱ། /hkəndra/ 仏像  
 ཀཱེ་བྱམ། /hkənbəm/ クンブム寺 (塔爾寺)  
 ཀཱེ་ཚབ། /hkətshap/ 代表 (敬語)  
 ཀཱེང། /hkoŋ/ 隠す (未完了形)  
 ཀཱེད་པ། /hkəppa/ 糸  
 ཀཱེམ། /hkəm/ 丸める, 縮める (未完了形)  
 ཀཱེར། /hkər/ 送る (未完了形, 命令形)  
 ཀཱེས། /hki/ (クリームやオイルを) 塗る (命令形)  
 ཀཱེངས། /hkoŋ/ 隠す (命令形)  
 ཀཱེམས། /hkəm/ 丸める, 縮める (命令形)  
 ཀཱེ། /hke/ 首  
 ཀཱེ་རྒྱ། /hkergyan/ ネックレス  
 ཀཱེར་རགས། /hkerak/ 帯, ベルト  
 ཀཱེར། /hkor/ 1. ~について, ~に関して, 2. 回す, 囲む (未完了形, 命令形)  
 ཀཱེལ། /hku/ 沸かす, 煮る, 料理する (未完了形, 完了形, 命令形)  
 ཀཱེམས། /hkom/ 乾かす (命令形)  
 ཀཱེ། /hkya/ 1. 髪, 2. 灰色がかかった白  
 ཀཱེ་ག། /hkyaga/ カササギ  
 ཀཱེ་བོ། /hkyawo/ 灰色の  
 ཀཱེ་ག། /hkyak/ 怖い, 怖がる

སྐྱུག་པ། /hkyokkwa/ 大便	སྐྱོབ། /hkyop/ 救済する, 保護する (未 完了形)
སྐྱུག་པ་གཏོང། /hkyokkwa htoŋ/ 排便す る (未完了形)	སྐྱོར། /hkyor/ 支える
སྐྱང། /hkyan/ 腫れる	སྐྱོགས། /hkyok/ ひしゃく
སྐྱི། /hkyə/ (金などを) 貸す, 借りる (未完了形)	སྐྱོབས། /hkyop/ 救済する, 保護する (命令形)
སྐྱིད་པོ། /hkyəppo/ 幸せ, 楽しい	བརྐྱས། /ɸki/ 盗む (完了形)
སྐྱིན་པ་རྗེས། /hkyənba hter/ 仕返しす る (未完了形)	བརྐོས། /ɸki/ 掘る, 彫る (完了形)
སྐྱིས། /hkyi/ (金などを) 貸す, 借り る (命令形)	བརྐྱལ། /ɸkyat/ 泳ぐ (完了形)
སྐྱུག /hkyək/ 嘔吐する (未完了形)	བརྐྱར། /ɸkər/ 送る (完了形)
སྐྱུར་ཏོ། /hkyərto/ 酸っぱい	བརྐྱུས། /ɸki/ (クリームやオイルを) 塗る (完了形)
སྐྱུགས། /hkyək/ 嘔吐する (命令形)	བརྐྱངས། /ɸkoŋ/ 隠す (完了形)
སྐྱུ། /hkyɛ/ 生む, 生まれる, 生える (未完了形)	བརྐྱམས། /ɸkəm/ 丸める, 縮める (完 了形)
སྐྱུས། /hkye/ 生む, 生まれる, 生える (完了形)	བརྐྱབས། /ɸkyap/ 救済する, 保護する (完了形)
སྐྱུས་སྐར། /hkyehkar/ 誕生日	བརྐྱིས། /ɸkyi/ (金などを) 貸す, 借 りる (完了形)
སྐྱུས་ཇི། /hkyedzə/ 男, 夫	བརྐྱུགས། /ɸkyək/ 嘔吐する (完了形)



ཁ། /k <sup>h</sup> a/ 口	まる (未完了形), 2. 言い争う, 挑 発する (未完了形)
ཁ་སྐོས། /k <sup>h</sup> a hkom/ 喉が渴く	ཁ་ཐུ། /k <sup>h</sup> aty <sup>h</sup> ə/ よだれ
ཁ་འབྲུག /k <sup>h</sup> antr <sup>h</sup> ək/ 噂, デマ	ཁ་ཏ། /k <sup>h</sup> ata/ カラス
ཁ་གྱི། /k <sup>h</sup> a=gə/ 塩辛い	ཁ་བརྐྱགས། /k <sup>h</sup> aɸtak/ カター, スカー
ཁ་རྐྱག /k <sup>h</sup> a rgyak/ 1. 蓋を閉める, だ	

フ状の礼布（白い絹製が好まれる）  
 ཁ་ཏ། /k<sup>h</sup>ahta/ 駄馬  
 ཁ་སྤ། /k<sup>h</sup>ahpə/ ひげ  
 ཁ་ཕྱོགས། /k<sup>h</sup>asyok/ 方向  
 ཁ་བ། /k<sup>h</sup>awa/ 1. 苦い, 2. 雪  
 ཁ་མོ། /k<sup>h</sup>amo/ 苦い  
 ཁ་རྩེད། /k<sup>h</sup>ahtsanj/ 昨日  
 ཁ་ཚ། /k<sup>h</sup>a ts<sup>h</sup>a/ 辛い  
 ཁ་མཚར། /k<sup>h</sup>amts<sup>h</sup>ar/ 笑い話  
 ཁ་འདོམ། /k<sup>h</sup>a ndzem/ 特定の食べ物をタブーとして食べないこと  
 ཁ་རྫོགས། /k<sup>h</sup>a rdzok/ 1. 染料, 2. 染物屋, 3. 染める  
 ཁ་ར། /k<sup>h</sup>ara/ 飼い葉桶  
 ཁ་ལ་ཉམ། /k<sup>h</sup>a=a nyan/ 言うことを聞く  
 ཁ་ལ་ཡུག། /k<sup>h</sup>alayək/ 燕  
 ཁ་ལུད། /k<sup>h</sup>alət/ 痰  
 ཁ་ལེབ། /k<sup>h</sup>alɛp/ 蓋  
 ཁ་ཤས། /k<sup>h</sup>ahye/ いくつか, 部分的な  
 ཁ་ཤོ། /k<sup>h</sup>ahyo/ 口唇裂  
 ཁ་སང། /k<sup>h</sup>as<sup>h</sup>an/ 昨日  
 ཁང་ཐོག། /k<sup>h</sup>an<sup>h</sup>ok/ 屋根, 上層階  
 ཁང་བ། /k<sup>h</sup>onjwa/ 家  
 ཁབ། /k<sup>h</sup>ap/ (裁縫用, 時計の) 針  
 ཁམ་བུ། /k<sup>h</sup>ambə/ 桃, 杏  
 ཁལ། /k<sup>h</sup>a/ 荷駄, 荷駄を数える単位  
 ཁལ་མ། /k<sup>h</sup>ama/ 荷駄をかける動物  
 ཁམས། /k<sup>h</sup>am/ 1. 世界, 区域, 世間,

領土, 2. 身体, 体質, 3. カム地域  
 ཁི་ཉིན་གར། /k<sup>h</sup>inyəngar/ おととい  
 ཁི་ཉིན་བར། /k<sup>h</sup>inyənbar/ おととい  
 ཁི་ལེན། /k<sup>h</sup>i lɛn/ 認める, 応える, 約束する (未完了形)  
 ཁུ་བ། /k<sup>h</sup>əwa/ 1. スープ, 2. 精液  
 ཁུ་བུག། /k<sup>h</sup>əh.yək/ カッコ  
 ཁུ་རྩ། /k<sup>h</sup>əts<sup>h</sup>ər/ げんこつ  
 ཁུག། /k<sup>h</sup>ək/ 曲げる (命令形)  
 ཁུག་མ། /k<sup>h</sup>əkma/ バッグ, ポケット  
 ཁུར། /k<sup>h</sup>ər/ 担ぐ, 背負う (完了形)  
 ཁུར་ཚོ། /k<sup>h</sup>ərty<sup>h</sup>o/ 彼ら  
 ཁུར་འོ། /k<sup>h</sup>əro/ 一つだけ, 一人だけ  
 ཁེད། /k<sup>h</sup>ɛt/ 1. なぞなぞ, 2. 当てる  
 ཁེམ་བུ། /k<sup>h</sup>ɛmbə/ スプーン  
 ཁོ། /k<sup>h</sup>o/ 1. 彼, 2. 引用節中の「私」, 3. あだ名につける接辞  
 ཁོ། /k<sup>h</sup>o/ スープ, トウクパ  
 ཁོ་བུ། /k<sup>h</sup>u/ 病気になる, 病む, 痛む  
 ཁོག། /k<sup>h</sup>ok/ 阻む, 阻止する, 止める (命令形)  
 ཁོག་རྩོད། /k<sup>h</sup>okhtot/ 上半身  
 ཁོག་བ། /k<sup>h</sup>okkwa/ お腹  
 ཁོག་སྤ། /k<sup>h</sup>okmat/ 下半身  
 ཁོང། /k<sup>h</sup>onj/ 彼 (敬語)  
 ཁོང་ཁྲོ་ལང། /k<sup>h</sup>onjtr<sup>h</sup>o lan/ 怒る (未完了形)  
 ཁོན། /k<sup>h</sup>on/ 着る (命令形)  
 ཁོན་རེས་བྱེད། /k<sup>h</sup>onre yet/ 口論する (未



完了形)

ལོབ། /k<sup>h</sup>op/ 覆う, 隠す (命令形)

ལོམ་བ། /k<sup>h</sup>omba/ 暇

ལོར་ཡུག། /k<sup>h</sup>oryək/ 環境

ལོལ། /k<sup>h</sup>u/ 1. 背負う, 担ぐ (命令形),  
2. 掛ける (命令形)

ལོལ་མོ། /k<sup>h</sup>umo/ ふいご

ལ། /ky<sup>h</sup>a/ ハヤブサ

ལུ་ལུག། /ky<sup>h</sup>ak<sup>h</sup>ək/ 肛門

ལུ་ལུ། /ky<sup>h</sup>aky<sup>h</sup>a/ 模様のある, まだ  
らの

ལུག། /ky<sup>h</sup>ak/ 1. 血, 2. 血などを腸につ  
めたソーセージ

ལུད་པར། /ky<sup>h</sup>appar/ 違い, 区別

ལུགས་བ། /ky<sup>h</sup>akpa/ 氷

ལུ། /ky<sup>h</sup>ə/ 犬 (大型犬のみを指すこ  
とも)

ལུ་སྐྱག། /ky<sup>h</sup>əhkyak/ 犬の糞

ལུ་ཚོ། /ky<sup>h</sup>əty<sup>h</sup>o/ あなたたち

ལུ་ཉི་ཀ། /ky<sup>h</sup>ənyəka/ あなたたち二人

ལུ་མོ། /ky<sup>h</sup>əmo/ 雌犬

ལུམ་ཚང་། /ky<sup>h</sup>əmts<sup>h</sup>əŋ/ 家庭, 家族

ལུ། /ky<sup>h</sup>ə/ 群

ལུས། /ky<sup>h</sup>i/ 洗う (命令形)

ལུད། /ky<sup>h</sup>ət/ あなた (敬語)

ལུད་ཚོ། /ky<sup>h</sup>əty<sup>h</sup>o/ あなたたち (敬語)

ལུར། /ky<sup>h</sup>ər/ 運ぶ, 持っていく (完了  
形, 命令形)

ལུད། /ky<sup>h</sup>o/ あなた

ལུགས། /ky<sup>h</sup>ok/ 掲げる, 挙げる, 持ち  
上げる (命令形)

ལུགས། /ky<sup>h</sup>ok/ (鳥などが) なく (命  
令形)

ལུལ། /ky<sup>h</sup>a/ 税

ལུ། /tr<sup>h</sup>ə/ 1. 万, 2. 玉座, 椅子 (敬語)

ལུ་ཚོ། /tr<sup>h</sup>ədza/ ものさし

ལུད། /tr<sup>h</sup>ət/ 教える, 指導する, 導く  
(完了形, 命令形)

ལུ་ལུ་ཚོ། /tr<sup>h</sup>udze/ 絹織物

ལུ། /tr<sup>h</sup>o/ 1. 銑鉄, 2. 怒り

ལུང་། /tr<sup>h</sup>oŋ/ ベッド

ལུམ། /tr<sup>h</sup>om/ 1. (去勢していない) 雄  
羊, 2. 市場

ལུལ། /tr<sup>h</sup>u/ 粉々に碎ける

མཁམ་པོ། /mk<sup>h</sup>anpo/ ケンポ, 学堂主

མཁར། /mk<sup>h</sup>ar/ 城, 砦

མཁལ་མ། /mk<sup>h</sup>wama/ 腎臓

མཁས། /mk<sup>h</sup>e/ 精通している, 熟知し  
ている

མཁས་བ། /mk<sup>h</sup>ewa/ 学者, 専門家,  
賢者

མཁའི་བ། /mtr<sup>h</sup>iwa/ 胆嚢

འཁར་རྩ། /nk<sup>h</sup>arja/ ゴング, 銅鑼

འཁུམ། /nk<sup>h</sup>əm/ 縮む, 萎縮する (未  
完了形)

འཁུར། /nk<sup>h</sup>ər/ 担ぐ, 背負う (未完了  
形, 命令形)

འཁུམས། /nk<sup>h</sup>əm/ 縮む, 萎縮する (完

了形)

འཁེན། /nk<sup>h</sup>ɛn/ 頼る, もたれる

འཁེལ། /nk<sup>h</sup>ɛt/ 紡ぐ, よる, 織る (未完了形)

འཁོར། /nk<sup>h</sup>or/ 回る, 回転する

འཁོར་བ། /nk<sup>h</sup>orwa/ 1. 輪廻, 2. 世俗, 世間

འཁོར་ལོ། /nk<sup>h</sup>orlo/ 車輪, 輪

འཁོལ། /nk<sup>h</sup>u/ 煮える, 沸く

འབྱུག། /nky<sup>h</sup>ak/ 冷える

འབྱུག་དོ། /nky<sup>h</sup>akto/ 冷たい

འབྱུག་པ། /nky<sup>h</sup>akkwa/ 冷たい

འབྱེལ། /nky<sup>h</sup>ət/ 旋回する, 寄り集ま

る, 渦巻く

འབྱུད། /nky<sup>h</sup>ət/ 連れていく (未完了形)

འབྱེད། /nky<sup>h</sup>ɛr/ 運ぶ, 持っていく (未完了)

འབྱོགས། /nky<sup>h</sup>ok/ 曲がっている, ゆがんでいる

འབྲིད། /ntr<sup>h</sup>ət/ 教える, 指導する, 導く (未完了形)

འབྱུག་འབྱུག་པ། /ntr<sup>h</sup>ək/ 1. 入り乱れる, 騒然となる, 2. 戦う

འབྱུག་གཞུག་འབྱུག་པ། /ntr<sup>h</sup>əkkwa rgyak/ 戦争する (未完了形)



གཟུ། /kaə/ 護符を取めた小箱

གང། /kaŋ/ 1. どれ, どこ, どの, 2. (度量衡の単位とともに) 一, 3. 満ちる, 充満する

གང་ང། /kaŋ=ŋa/ どこへ

གང་པ། /kapa/ 断崖, 絶壁

གན། /kan/ あれ, あそこ

གན་རྒྱ། /kanrgya/ 契約, 誓約

གས་ཚེག་ /kaptshək/ なぞなぞ, 暗号

གས། /ke/ 裂ける, 破れる

གངས། /kaŋ/ 雪

གུག། /kək/ 曲がる

གུག་གུག། /kəkkək/ 曲がった

གུ། /kər/ テント, ゲル

གུར་ཀུམ། /kərkəm/ サフラン

གོ། /ko/ 1. 聞こえる, わかる, 2. 九十台で九十と一の位をつなぐ要素,

3. 動詞の命令形に付加する終助詞

གོ་རེ། /kore/ アムド地方特有のパン

གོ་ས། /kos<sup>h</sup>a/ 地位, 位置

གོང་བ། /koŋwa/ 襟

གོང་མ། /koŋma/ 皇帝

གོན། /kon/ 着る (未完了形, 完了形)

གོན་རྒྱ། /kongyə/ 服

གོམ་པ། /komba/ 歩み, ~歩  
 གོམ་ཚེན། /kity<sup>h</sup>en/ サテン  
 བྱང་། /kyan/ 壁  
 བྱང་གི། /kyan=gə/ 寒い  
 བྱང་གཏིང་། /kyanhtan/ 建造物の地盤  
 རྒྱ། /kyə/ 刀, ナイフ  
 རྒྱེན། /kyen/ 坂, 坂道  
 རྒྱ། /kyo/ 小麦  
 རྒྱལ་བོ། /kyuwo/ 足の不自由な人  
 བྱ་སྒྲིག་བྱེད། /tradrək yet/ 準備する (未完了形)  
 བྱག /kyak/ (鳥などが) なく (未完了形)  
 བྱགས། /kyak/ (鳥などが) なく (完了形)  
 རྒྱ་ཤུབས། /kyəhyəp/ (刀の) さや  
 རྒྱབ་མ། /kyəpma, kyəma/ 影  
 རྒྱ། /trə/ 舟, 船, ボート  
 རྒྱུལ། /trək<sup>h</sup>a/ 渡し場, 船着場, 港口  
 རྒྱ་བ། /trəwa/ 船頭  
 རྒྱ་མོ། /tyəmo/ 前肘  
 རྒྱ་བཞི། /trəbzyə/ 四方形  
 རྒྱབ་མཐུན། /trəmt<sup>h</sup>a/ 宗派  
 རྒྱ། /tro/ 小麦  
 རྒྱ་མ། /kyoma/ 野生の小芋  
 རྒྱག་མ། /kyokma/ 蟻  
 རྒྱག་ཚང་། /kyokts<sup>h</sup>an/ 蟻の巣  
 རྒྱང་བ། /tronwa/ 俗人  
 རྒྱལ། /tru/ 1. 分散する, 解散する, 終

わる, 2. ほどける, ぼらぼらになる  
 རྒྱལ་བྱེད། /tyi yet/ 相談する (未完了形)  
 རྒྱགས་པོ། /trokpo/ 友達, 男友達  
 རྒྱ། /hla/ 1. 賃金, 2. ジャコウジカ, ムスク, 3. 雇う, 借りる (未完了形)  
 རྒྱ་བ། /hlawa/ 1. ジャコウジカ, 2. 雇う者  
 རྒྱ་ཚུ། /hlahtsə/ ムスク, ジャコウ  
 རྒྱག /hlak/ 鷺  
 རྒྱང་། /hlan/ 雄牛  
 རྒྱང་ཚེན། /hlan<sup>h</sup>ty<sup>h</sup>en/ 象  
 རྒྱས། /hle/ 雇う, 借りる (完了形)  
 རྒྱིང་བ། /hlanwə/ 笛  
 རྒྱ། /hlə/ 歌  
 རྒྱ་དབྱངས་ལེན། /hləh.yan len/ 歌う (未完了形)  
 རྒྱ་ལེན། /hlə len/ 歌う (未完了形)  
 རྒྱེན་པ། /hlenba/ 馬鹿, 愚か者  
 རྒྱོ། /hlo/ 1. 馬の腹帯, 2. 肺, 3. そば, 近辺, 目の前  
 རྒྱོ་རྒྱལ་ག། /hlogyak=a/ 急に, 突然  
 རྒྱོ་བ། /hlowa/ 肺  
 རྒྱོ་ལ། /hlu/ 馬鹿, 愚か者  
 རྒྱོག /hlok/ 電気, 電光  
 རྒྱོག་འཕྲུག། /hlok nky<sup>h</sup>ək/ 閃光を発する  
 རྒྱོག་བརྒྱན། /hloknyan/ 映画  
 རྒྱོས། /hle/ 雇う, 借りる (命令形)

དགའ། /ga/ 喜ぶ, 好きだ, 愛する

དགའ་རྟགས། /gahtak/ 賞品

དགུ། /gə/ 九

དགུ་ཅུ། /gətyə/ 九十

དགུན་ཁ། /gənk<sup>h</sup>a/ 冬

དགུན་ཉི་ཤེས། /gənyərdo/ 冬至

དགུན་འབྲུམ། /gəndrəm/ ブドウ

དགེ་མཁན། /gərgan/ 先生, 師匠

དགེ་འདུན་པ། /gəndənpa/ 僧侶

དགེ་བ། /gewa/ 1. 幸福, 善, 2. 慈悲的な, 快い

དགོ་བ། /gowa/ モウコトウレイ (野生の羊)

དགོང་རྒྱུང་ང། /goŋ rgyaŋ=ŋa/ 毎晩

དགོང་ཇ། /goŋdya/ 夕食

དགོང་པ། /goŋpa/ 寺, 僧院

དགོང་མོ། /goŋmo/ 夜, 晩

དགོད། /got/ 笑う (未完了形, 命令形)

དགོད་གཏམ། /gohtam/ 笑い話

དགོས། /go, rgo/ 必要だ, ~する必要がある, ~しなくてはならない

དག་བོ། /drawo/ 敵

བགད། /bgat/ 笑う (完了形)

བགོ། /bgo/ 分配する, 割り当てる (未完了形)

བགོས། /bgi/ 分配する, 割り当てる (完了形, 命令形)

མགར་བ། /mgara/ 鍛冶屋

མགོ། /mgo/ 頭, 脳

མགོ་དཀྱིས། /mgohkyi/ 頭に巻くスカーフ

མགོ་སྐར་གཏོང། /mgohkor htoŋ/ 騙す (未完了形)

མགོ་སྐྱར། /mgo gər/ うなずく, 降参する, 屈服する

མགོ་ཇོ། /mgordo/ 1. 禿頭, 角のないヤクや羊, 2. 尼 (俗語)

མགོ་དམར། /mgohmar/ はげ頭

མགོ་ཡམ་འཁོར། /mgoye nk<sup>h</sup>or/ めまいがする

མགོ་གཡོགས། /mgo h.yok/ だます

མགོ་རས། /mgore/ 頭に巻くスカーフ

མགོན་ཁང། /mgonk<sup>h</sup>aŋ/ 護法神殿

མགྲོགས་མོ། /mgyokmo/ 速い, 迅速な

མགྲོན་ཁང། /mdronk<sup>h</sup>aŋ/ 旅館, ホテル

མགྲོན་བོ། /mdronbo/ 客, 宿泊客

འགག། /ngak/ 詰まる, 塞がる (未完了形)

འགམ། /ngam/ (水なしで) 飲み込む (未完了形)

འགའ། /ngat/ 違反する, 逆らう, 逆行する

འགགས། /ngak/ 詰まる, 塞がる, (声か) 詰まる (完了形)

འགམས། /ngam/ (水なしで) 飲み込む (完了形)

འགུག། /ngək/ 曲げる (未完了形)

འགུལ། /ngu/ 動く, 揺れる, 震える

འགེལ། /nget/ 1. 背負う, 担ぐ (未完了形), 2. 掛ける (未完了形)  
 འགེབས། /ngεp/ 覆う, 隠す (未完了形)  
 འགོ། /ngo/ 1. 始まり, 開始, 起源, 2. 感染する (未完了形), 3. 登る (未完了形)  
 འགོ་བ། /ngowa/ リーダー  
 འགོ་ཚུམ། /ngo htsom/ 始める  
 འགོ་འཇུགས། /ngo ndzæk/ 始める, 着手する (未完了形)  
 འགོག། /ngok/ 阻む, 阻止する, 止める (未完了形)  
 འགོག། /ngok/ 阻止する, 遮る, 防止する (未完了形)  
 འགོར། /ngor/ 遅れる  
 འགོས། /ngi/ 1. 感染する (完了形), 2. 登る (完了形, 命令形)  
 འགོམས། /ngom/ (水なしで) 飲み込む (命令形)  
 འགྱུར། /ngyər/ 1. 変わる, 変化する (未完了形, 完了形), 2. じっと見る, 凝視する (未完了形, 完了形), 3. 露出する (未完了形, 完了形)  
 འགྲོ། /ngyo/ 行く (未完了形)  
 འགྲོ་རྒྱལ། /ngyo-rok/ 連れ, 同行者, 一緒に行く人  
 འགྲོག། /ngyok/ 掲げる, 挙げる, 持ち上げる (未完了形)  
 འགྲོད་པ་སྐྱེ། /ngyoppa hkyε/ 後悔する

(未完了形)  
 འགྲམ། /ngyam/ 川岸, 海岸  
 འགྲམ་པ། /ngyamba/ 頬  
 འགྲིག། /ndræk/ 合う, 適合する, ふさわしい  
 འགྲུབ། /ndræp/ 完成する, 成就する, 実現する  
 གང། /rganj/ ヤマアラシ, ハリネズミ  
 གང་པོ། /rgapo/ 夫, 老人  
 གང་མོ། /rgamo/ 妻, おばあさん, 老婦人  
 གན་པོ། /rganpo/ 年長者, 老人  
 གན་མོ། /rganmo/ おばあさん, 老婦人, 妻  
 གལ། /rgat/ 渡る, 超える  
 གས། /rge/ 老いる, 衰える  
 གས་པོ། /rgepo/ 老人  
 གོད། /rgot/ 1. 笑い, 2. ハゲタカ  
 གོད་མ། /rgoma/ 雌馬  
 གྱ། /rgya/ 1. 漢, 漢民族, 漢族, 2. 網, わな, 3. 範囲, 面積  
 གྱ་མ། /rgyama/ ~斤 (500 グラム), はかり  
 གྱ་མ་བོད། /rgya-ma-wot/ 漢族とチベット族の混血  
 གྱ་མཚོ། /rgyamts<sup>h</sup>o/ 1. 海, 2. ギャムツォ (人名)  
 གྱར། /rgyarak/ 1. ほおひげ, 2. 茶色  
 གྱར་སྐུ། /rgyaræk/ 漢民族

ལྷོ་ལོ་ /rgyalo/ 旧暦の一月, 春節  
 ལྷོ་ལྷོ་ /rgyahyäk/ 南京虫  
 ལྷོ་སྤང་ /rgyasraŋ/ 大通り, 街  
 ལྷོ་གྲོ་ /rgyak/ 1. 打つ, たたく, 2. (ドア, 門を) 閉める, 3. する (未完了形)  
 ལྷོ་མེ་ /rgyantyh<sup>h</sup>a/ 飾り  
 ལྷོ་འཇུག་སྤོ་ /rgyan ndzæk/ 賭ける (未完了形)  
 ལྷོ་བ། /rgyap/ 背中, 後ろ, 背後  
 ལྷོ་ལ། /rgyak<sup>h</sup>a/ 勝利  
 ལྷོ་ལ་བ། /rgyak<sup>h</sup>ap/ 国家  
 ལྷོ་ལོ་ /rgyargo/ 玄関, メインゲート  
 ལྷོ་ལོ་ /rgyawo/ 王  
 ལྷོ་མཚན། /rgyalts<sup>h</sup>an/ 1. のぼり, 2. ギャルツェン (人名)  
 ལྷོ་དྲུག་ /rgyähkar/ 大腸  
 ལྷོ་ལྷོ་ /rgyänak/ 小腸  
 ལྷོ་བ། /rgyawa/ 1. かんしゃく, 気質, 気分, 2. 品質  
 ལྷོ་མ། /rgyöma/ 1. 腸, 2. 時計のぜんまい, 3. ゴムバンド  
 ལྷོ་མཚན། /rgyömts<sup>h</sup>an/ 理由, 原因, 要因  
 ལྷོ་ལོ་ /rgyäsok/ 家畜  
 ལྷོ་གྲོ་ /rgyäk/ 走る (未完了形)  
 ལྷོ་བ། /rgyop/ 打つ, たたく, (門, 戸を) 閉める, する (命令形)  
 ལྷོ་ལོ་ /rgahkya/ 生姜  
 ལྷོ་ལོ་ /rgaŋlə/ 膀胱

ལྷོ་ལོ་ /gahkya/ 生姜  
 ལྷོ་བ། /gaŋ/ 山頂  
 ལྷོ་ལོ་ /gam/ 箱, 引き出し, 小箱  
 ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ /gamty<sup>h</sup>oŋ/ 小箱  
 ལྷོ་གྲོ་ /gar/ 1. 寺院, 2. 兵營  
 ལྷོ་བ། /gawa/ 背中, 後ろ, 背後  
 ལྷོ་ལོ་ལོ་ /gats<sup>h</sup>äk/ 脊柱, 脊椎, 背骨  
 ལྷོ་གྲོ་ /gæk/ 待つ (未完了形, 命令形)  
 ལྷོ་གྲོ་ /gær/ 曲げる  
 ལྷོ་ལོ་ /gærwo/ 猫背, せむし  
 ལྷོ་བ། /gu/ 揺らす, 動かす (未完了形, 命令形)  
 ལྷོ་ /go/ 門, ドア, 入り口  
 ལྷོ་ལོ་ /go rgyäk/ (ドアや門を) 閉める (未完了形)  
 ལྷོ་བ། /goŋa/ 卵  
 ལྷོ་ལོ་ /gohtyak/ ドアノッカー, 門環  
 ལྷོ་གྲོ་ལོ་ /gohtan rgyäk/ かんぬきをかける (未完了形)  
 ལྷོ་ལོ་ /got<sup>h</sup>em/ 敷居, 戸口  
 ལྷོ་ལོ་ /got<sup>h</sup>äk/ 私生児  
 ལྷོ་བ། /gora/ 中庭  
 ལྷོ་གྲོ་ /gokkwa/ にんにく  
 ལྷོ་ལོ་ /gorgor/ 丸い, 球形の  
 ལྷོ་ལོ་ /gormo/ お金, 元 (中国の貨幣単位)  
 ལྷོ་ /dra/ 音, 声  
 ལྷོ་གྲོ་ /dräk/ 整える, 並べる (未完

了形)

ལྷོགས། /drək/ 整える, 並べる (命令形)

ལྷོང་། /gyon/ 故事, ケサル王物語

ལྷོབ། /drəp/ 完成する, 成就する, 実現する (未完了形)

ལྷོབས། /drəp/ 完成する, 成就する, 実現する (命令形)

ལྷོ། /gyo/ 羽毛, 羽

ལྷོགུ། /gyogə/ ボタン

ལྷོ་བ། /gyowa/ 皮袋

ལྷོ་ན། /gyon/ 点火する (未完了形, 命令形)

ལྷོ་ན་མེང་། /gyonhyan/ 松の木

བརྒྱ། /brgya/ 百

བརྒྱད། /brgyat/ 八

བརྒྱད་ཅུ། /brgyatyə/ 八十

བརྒྱབ། /bgyap/ 打つ, たたく, (門, 戸を) 閉める, する (完了形)

བརྒྱད། /bgyət/ 1. 通る, 伝わる, 2. 継承する, 相続する

བརྒྱགས། /bgyək/ 走る (完了形, 命令形)

བརྒྱལ། /bgu/ 揺らす, 動かす (完了形)

བརྒྱགས། /bgək/ 待つ (完了形)

བརྒྱལ། /bgyər/ 1. 変える, 改変する, 2. 翻訳する, 通訳する, 3. 支配する, 操縦する

བརྒྱགས། /bdrək/ 整える, 並べる (完了形)

བརྒྱབས། /bdrəp/ 完成する, 成就する, 実現する (完了形)

བརྒྱན། /bgyon/ 点火する (完了形)



ང། /ŋa/ 1. 私, 2. 五十台の十の位と一の位のつなぎ

ངརྒྱལ། /ŋargya/ 自尊心, うぬぼれ

ངག། /ŋak/ 音調, メロディー, 声

ངང་བ། /ŋaŋwa/ アヒル, ガチョウ

ངན་བ། /ŋanba/ 1. 悪い, 邪悪な, 2. 悪者

ངར། /ŋar/ (牛などが) なく

ངར་བ། /ŋarwa/ すばらしい, 抜群の

ངུ། /ŋə/ 泣く (未完了形)

ངུ་ཚོ། /ŋəty<sup>h</sup>o/ 私たち, 我々 (除外形)

ངུ་ཉི་ཀ། /ŋənyəka/ 私たち二人 (除外形)

ངུས། /ŋi/ 泣く (完了形, 命令形)

ངོ། /ŋo/ 1. 顔, 2. 表面

ངོ་ལྷ། /ŋohta/ 1. 鏡, 2. 顔をたてる (未

完了形)

རྩོམ། /ŋoma/ 1. 本当, 本物, 本物の, 確実な, 2. 正式な, 公的な

རྩོམ་ཚིག་ /ŋots<sup>h</sup>a/ 1. 羞恥心, 2. 恥ずかしい

རྩོལ་བྱེད། /ŋoya yet/ 反対する (未完了形)

རྩོལ་ཤེས། /ŋohye/ 1. 知り合い, 顔見知り, 2. よく知っている, 熟知している

རྩུལ། /hŋu/ 銀

རྩོམ་བོ། /hŋiwo/ 物質, もの

མངག། /mŋak/ 派遣する, 委ねる (未完了形)

མངར་མོ། /mŋarmo/ 甘い

མངགས། /mŋak/ 派遣する, 委ねる (完了形)

མངོགས། /mŋok/ 派遣する, 委ねる (命令形)

རྩ། /rŋa/ 太鼓

རྩོམ། /rŋama/ 尻尾, 尾

རྩོམ་ལྷོ། /rŋamog/ ラクダ

རྩུལ་ལྱུ། /rŋuty<sup>h</sup>ə/ 汗

རྩུལ་ནག། /rŋunak/ 大汗

རྩོ། /rŋo/ 疥癬

རྩོག་མ། /rŋokma/ 馬のたてがみ

རྩོན་ས། /rŋonba/ 狩人

ལྲ། /rŋa/ 五

ལྲ་བུ། /rŋaptyə/ 五十

ལྲ་མཚོད། /rŋamty<sup>h</sup>ot/ 燃灯節 (チベット暦 10月25日)

ལྲ། /ŋa/ 早い

ལྲ་འོ། /ŋaro/ 午前

ལྲ་སེ། /ŋas<sup>h</sup>e/ 早朝

ལྲགས། /ŋak/ 真言, マントラ

ལྲུ་བ་འཕྲེན། /ŋərwa nt<sup>h</sup>en/ いびきをか

ལྲོན། /ŋon/ 以前, 昔

ལྲོན་ཚད། /ŋonty<sup>h</sup>at/ 以前に, 前に

ལྲོན་པོ། /ŋonbo/ 青い



ཅལག། /tyalak/ もの, 道具

ཅན། /tyan/ 1. ~持ちの, 2. (部屋の広さをはかる単位) 間

ཅོག་ཅོ། /tyoktse/ 机, テーブル

ཅོང། /tyoŋ/ 鐘, ベル

གཅན་གཟན། /htyanzan/ 野獣

གཅིག། /htyək/ 一, 同じ

གཅིན། /htyən/ 尿

གཅིན་གཏོང། /htyən htog/ 排尿する (未完了形)



གཏུ། /htyə/ ひねる, ねじる (未完了形)

གཏུས། /htyi/ ひねる, ねじる (完了形, 命令形)

གཏོག། /htyok/ 壊す, 割る (未完了形)

གཏོད། /htyot/ 切る, 断つ (未完了形)

བཅག། /ptyak/ 壊す, 割る (完了形)

བཅད། /ptyat/ 切る, 断つ, 切断する (完了形)

བཅད། /ptya/ 1. ~になる (未完了形),  
2. (餃子, ツォマなどを) つくる (未完了形)

བཅས། /ptye/ 1. ~になる (完了形),  
2. (餃子, ツォマなどを) つくる (完了形)

བཏུ། /ptyə/ 十

བཏུ། /ptyə/ (水を) 掬う, (ご飯などを) よそう, 盛る (未完了形)

བཏུ་དགུ། /ptyərgə/ 十九

བཏུ་གཉིས། /ptyəknyi/ 十二

བཏུ་དྲུག། /ptyətrək/ 十六

བཏུ་བདུན། /ptyəbdən/ 十七

བཏུ་བཞི། /ptyəbzyə/ 十四

བཏུ་ག་གཅིག། /ptyəkhtyək/ 十一

བཏུ་ག་སུམ། /ptyəks<sup>h</sup>əm/ 十三

བཏུས། /ptyi/ (水を) 掬う, (ご飯などを) よそう, 盛る (完了形)

བཅོ་བརྒྱད། /ptyobgyat/ 十八

བཅོ་ལྔ། /ptyorŋa/ 十五

ལྷག་བྱ། /htyaksya/ 飛行機

ལྷག་ས། /htyak/ 鉄

ལྷག་ས་ལེས། /htyakk<sup>h</sup>em/ シャベル

ལྷག་ས་རྟ། /htyakhta/ 自転車

ལྷེ་བས་མོ། /htyəpmo/ 指抜き

ལྷེ། /htye/ 舌

ལྷེ་ཚང་། /htyety<sup>h</sup>oŋ/ 口蓋垂, のどちんこ



ཚ། /ty<sup>h</sup>a/ 1. 対, 2. 熟している, 精通している, 知り合いである

ཚ་སྐམ། /ty<sup>h</sup>agam/ 食器棚

ཚ་གཅིག། /ty<sup>h</sup>a htyək/ 一對の

ཚ་མེད། /ty<sup>h</sup>a met/ 熟知していない, 精通していない, 知り合いでない

ཚ་ཡོད། /ty<sup>h</sup>a yot/ 熟知している, 精通していない, 知り合いである

ཚང་། /ty<sup>h</sup>an/ 酒 (類一般)

ཚད། /ty<sup>h</sup>at/ 切れる

ཚད་པ་གཅོད། /ty<sup>h</sup>appa htyot/ 罰する (未完了形)

ཚམ་པ་ཕྱོག་ /ty<sup>h</sup>amba hok/ 風邪をひく  
 ཚར་བ། /ty<sup>h</sup>arwa/ 雨  
 ཚགས། /ty<sup>h</sup>ak/ 形成される  
 ཚི་བཟེག་ /ty<sup>h</sup>əzək/ 何  
 ཚུ། /ty<sup>h</sup>ə/ 水, 川  
 ཚུ་ལྷོ་ལ། /ty<sup>h</sup>ək<sup>h</sup>u/ 温泉, 熱湯  
 ཚུ་མོ་ད། /ty<sup>h</sup>ərgot/ 湯, 洪水  
 ཚུ་ག་ཏོང་། /ty<sup>h</sup>ə hton/ 水をまく, 水を放つ (未完了形)  
 ཚུ་ལྷུ་ག། /ty<sup>h</sup>ə rdək/ 水をまく, 灌漑する (未完了形)  
 ཚུ་བོ། /ty<sup>h</sup>əwo/ 川  
 ཚུ་བྱ། /ty<sup>h</sup>əsyɑ/ 水鳥  
 ཚུ་མིག་ /ty<sup>h</sup>əmək/ 泉  
 ཚུ་མཛོད། /ty<sup>h</sup>əmdzot/ 貯水池  
 ཚུ་ཞིང་། /ty<sup>h</sup>əzyan/ 水田  
 ཚུ་རགས། /ty<sup>h</sup>ərak/ 堤防, 土手  
 ཚུ་ལྷོག་ /ty<sup>h</sup>əlok/ 洪水  
 ཚུང་། /ty<sup>h</sup>on/ 小さい  
 ཚུད། /ty<sup>h</sup>ət/ 入る, 納まる

ཚུས། /ty<sup>h</sup>i/ (水を) 掬う, (ご飯などを) よそう, 盛る (命令形)  
 ཚེ། /ty<sup>h</sup>ɛ/ 大きい  
 ཚེན་པོ། /ty<sup>h</sup>ɛnbo/ 大きい  
 ཚོག་ /ty<sup>h</sup>ok/ 1. 壊す, 割る (命令形), 2. 許される, してもよい  
 ཚོད། /ty<sup>h</sup>ot/ 切る, 断つ, 切断する (命令形)  
 ཚོས། /ty<sup>h</sup>i/ 1. 宗教, 仏法, 経典, 2. ~になる (命令形), 3. (餃子, ツォマなどを) つくる (命令形)  
 ཚོས་ལུགས། /ty<sup>h</sup>ilək/ 宗教  
 མཚན་ལོག་ /mty<sup>h</sup>an'ok/ 脇  
 མཚན་པ། /mty<sup>h</sup>ənba/ 肝臓  
 མཚུ་ཏོ། /mty<sup>h</sup>əto/ 唇  
 མཚེ་བ། /mty<sup>h</sup>o/ 犬歯  
 མཚོད་རྟེན། /mty<sup>h</sup>olhten/ チョルテン, 仏塔  
 མཚོད་མེ། /mty<sup>h</sup>omnye/ バター灯明



ཇ། /tyɑ/ 茶  
 ཇ་ཁང་། /tyak<sup>h</sup>an/ 台所  
 ཇ་དམ། /tyadam/ 魔法瓶  
 ཇ་ལྗོང་། /tyadon/ お茶の木  
 ཇ་ཚགས། /tyats<sup>h</sup>ak/ 茶漉し

ཇག་པ། /tyakkwa/ 強盗  
 ཇོ་མོ། /tyomo/ 尼  
 ཇུག་ /ndyək/ 入れる, ~させる (未完了形)  
 ཇེ། /rdye/ 交換する (未完了形)

རྒྱུ་སྒྲིལ་ /rdye/ 交換する (命令形)

ལྷིང་མོ། /rdyamo/ 重い

བརྒྱུ་སྒྲིལ་ /bdye/ 交換する (完了形)



ཉ། /nya/ 魚

ཉ་ཐོམ་བྲུ། /nyat<sup>h</sup>ombə/ トカゲ

ཉ་མ། /nyama/ 女性器

ཉ་མ། /nyan/ 1. 聞く, 2. ~になる, 3. ~  
してもよい

ཉ་ལ། /nya/ 横になる, 寝る (未完了  
形, 完了形)

ཉ་ལ་ཐོང་། /nyat<sup>h</sup>onj/ ベッド

ཉ་ལ་བྲུལ། /nyat<sup>h</sup>u/ 掛け布団

ཉ་ལ་གདམ། /nyadan/ 敷布団

ཉ་མས། /nyam/ 衰える

ཉ་མས་མྱོང་། /nyamnyonj/ 経験

ཉི་གདུགས། /nyədək/ 傘

ཉི་མ། /nyəma/ 太陽, 日

ཉི་མ་མེ་ཏོག། /nyəma metok/ ひまわり

ཉི་མའི་གུང་། /nyəməkəŋ/ 昼間

ཉི་འཛིན། /nyəndzən/ 日食

ཉི་ཤུ། /nyəhyə/ 二十

ཉི་མ་དཀར། /nyənkar/ 日中, 昼間

ཉི་མ་རྒྱུང་ང། /nyən rgyaŋ=ŋa/ 毎日

ཉི་མ་འདྲིས། /nyəndri/ 来年

ཉུང་། /nyonj/ 少ない

ཉུང་ཉུང་། /nyonjnyonj/ 少ない

ཉུང་བ། /nyonwa/ 少ない

ཉེ། /nye/ 近い

ཉེ་འདབས། /nyendap/ 付近

ཉེ་མཁ། /nyenk<sup>h</sup>a/ 危険

ཉེས་བ། /nyewa/ 罪

ཉོ། /nyo/ 買う (未完了形)

ཉོ་ལ། /nyu/ 横になる, 寝る (命令形)

ཉོས། /nye/ 買う (完了形, 命令形)

ཉུ། /nya/ ふくらはぎ

གཉེན་ཤིང་། /hnyahyanj/ くびき

གཉེད། /hnyət/ 眠る

གཉེད་འབབ། /hnyət nbap/ 眠る (未完  
了形)

གཉེས་བ། /hnyiwa/ 第2

གཉེན་སྦྱིགས་བྱེད། /hnyendrək yet/ 結婚  
する (未完了形)

གཉེས་བ། /hnyerwa/ 執事

གཉེས་མ། /hnerma/ しわ

མཉམ་གཤིས། /mnyam=gə/ 一緒に

མཉམ་པོ། /mnyambo/ 平坦な

མཉེད། /mnyi/ (皮を) なめす (未完  
了形)

མཉེས། /mnyi/ (皮を) なめす (完了形)

ལྷོ། /rnyə/ 罨

ལྷོ་རྩོ། /rnyətoŋ/ 罨用の穴

ལྷོང་བ། /rnyəŋwa, rnyoŋwa/ 古い

ལྷོད། /rnyət/ 枯れる, しぼむ, しおれる

ལྷོལ། /rnyət/ 菌茎

ལྷོད། /rnyət/ みつかる

ལྷོག་མ། /rnyokma/ 濁った

ལྷན་མོ། /nyanmo/ 聞きたくなるような, 耳に心地よい

ལྷོ་མོ། /nyəmo/ 軟らかい

ལྷོང། /nyəŋ/ 心臓, 心

ལྷོགས་རྩོ། /nyəkro/ 不純物, 液体中のおり

ལྷོ་མ། /nyema/ 穂

ལྷོར། /nyor/ 養う, 養育する (未完了形, 命令形)

བལྷོར། /bnyor/ 養う, 養育する (完了形)



ཏ། /ta/ (テレビ, 電気を) 消す (未完了形, 完了形)

ཏི་ལྷ། /təwo/ キジ

ཏོག། /tok/ 鶏のとさか

གཏམ་དཔེ། /htamxwe/ 諺

གཏུག། /htək/ 訴える (未完了形)

གཏུགས། /htək/ 訴える (完了形, 命令形)

གཏེར་རྩོ། /hterdo/ 鋤物

གཏོར། /htor/ 散らす, まく

གཏོར་མ། /htorma/ 食べ物のお供え

བཏང། /ɸtaŋ/ 送る, 放つ (完了形)

བཏགས། /ɸtak/ 1. つるす, 身につける, 2. 名前をつける (完了形)

བཏབས། /ɸtap/ 1. 蒔く (完了形), 2.

(塩, 茶) を入れる (完了形), 3. ~する (完了形)

བཏོན། /ɸton/ 読む, 音読する (完了形)

ཏ། /hta/ 馬

ཏ་སྐ། /htarga/ 鞍

ཏ་ལྷགས། /htahtyak/ 鞭

ཏ་ཆས། /htaty<sup>h</sup>e/ 飼い葉

ཏ་ཤོ། /htaho/ 雄馬

ཏ་ར། /htara/ 馬小屋

ཏ་ལུད། /htalot/ 馬糞

ཏ་གསེབ། /htahsep/ 種馬

ཏགས། /htak/ 記号, 印

རྩོ་ལྷ། /htigə/ 仔馬

ཏ། /hta/ 見る, 読む (未完了形)

ལྷམ་ངན། /htenjan/ 悪い兆し  
 ལྷ། /hte/ へそ, 中心  
 ལྷེབ། /htɛp/ たたむ, 折る (未完了形)  
 ལྷེབས། /htɛp/ たたむ, 折る (命令形)  
 ལྷོས། /htʰi/ 見る, 読む (命令形)  
 ལྷོགས། /htok/ お腹がすく  
 ལྷ་རེ། /htare/ 斧  
 ལྷག། /htak/ 虎  
 ལྷག་པ། /htakkwa/ 樺の木  
 ལྷར་ག། /htarga/ クルミ  
 ལྷང་། /htaŋ/ 上  
 ལྷེར། /htɛr/ 与える (未完了形)  
 ལྷོང་། /htonŋ/ 千

ལྷོང་ང། /htonŋa/ 空の, 何もない  
 ལྷོང་བ། /htonŋwa/ 空の, 何もない  
 ལྷོད། /htot/ 上面  
 ལྷོན། /hton/ 1. 見せる, 示す (未完了形, 命令形), 2. 収穫  
 ལྷོན་ལ། /htonkʰa/ 秋  
 ལྷོན་འགྲ། /htongya/ 収穫  
 བལྷས། /ɸte/ 見る, 読む (完了形)  
 བལྷེབས། /ɸtɛp/ たたむ, 折る (完了形)  
 བལྷན། /ɸtan/ 見せる, 示す (完了形)  
 བལྷོད་པ་བྱེད། /ɸtoppa yet/ 褒める (未完了形)



བག། /tʰak/ 距離  
 བག་ཉེ། /tʰak nye/ 近い  
 བག་པ། /tʰakkwa/ ロープ  
 བག་རིང་། /tʰak raŋ/ 遠い  
 བང་། /tʰaŋ/ 1. 平原, 2. スープ (漢語「湯」からの借用語), 3. 元気な, 4. ~かもしれない  
 བང་ག། /tʰaŋka/ 仏画  
 བང་ལྷུ། /tʰaŋtyʰə/ 松ヤニ  
 བན་པ། /tʰanba/ 干ばつ  
 བབ་ཀ། /tʰapka/ かまど, コンロ  
 བབ་ལ། /tʰapkʰa/ かまど, コンロ

བལ། /tʰa/ ほこり, ちり  
 བབས། /tʰap/ 方法, 方策  
 བེའུ། /tʰu/ つぼみ  
 བེམ། /tʰəm/ 沈む  
 བུག། /tʰək/ 触る, 会う  
 བུག་པ། /tʰəkkwa/ トウクパ (スープに入った麺類, おかゆ)  
 བུང་། /tʰoŋ/ 短い  
 བུད། /tʰət/ チーズ, 砂糖, ツアンパなどを練って団子状にしたお菓子  
 བུབ། /tʰəp/ できる  
 བུབ་ཚོད་བྱེད། /tʰəptsʰot yet/ いじめる

(未完了形)

ཐུར་མ། /tʰərma/ 箸

ཐེད། /tʰɛt/ (家畜などを移動させるために) 追う (命令形)

ཐེར་མ། /tʰɛrma/ 高級毛織物

ཐེལ། /tʰɛt/ 印章, ハンコ

ཐེངས། /tʰaŋ/ ～回

ཐོ་བ། /tʰowa/ ハンマー

ཐོ་བྱ། /tʰu/ (テレビ, 電気を) 消す (命令形)

ཐོག། /tʰok/ 上

ཐོག་ཁང་། /tʰokkʰaŋ/ ビル

ཐོག་རྒྱ། /tʰok rgyak/ 稲妻が光る (未完了形)

ཐོག་ས། /tʰoksa/ ～階

ཐོང་ལྷགས། /tʰoŋhtyak/ 犁の刃

ཐོད་པ། /tʰoppa/ 額, おでこ

ཐོན། /tʰon/ 1. 着く, 2. 読む, 音読する (命令形)

ཐོབ། /tʰop/ 1. 勝つ, 2. 得る (完了形)

ཐོམ་བྱ། /tʰombə/ ひしゃく

ཐོར། /tʰor/ 散る, 離婚する (完了形)

ཐོགས། /tʰok/ 1. つるす, 身につける, 2. 名前をつける (命令形)

ཐོགས། /tʰok/ 挽く (命令形)

ཐོངས། /tʰoŋ/ 送る, 放つ (完了形)

ཐོབས། /tʰop/ 1. 蒔く (命令形), 2. (塩, 茶を) 入れる (命令形), 3. ～する

(命令形)

མཐའ། /mtʰa/ 端

མཐའ་མ། /mtʰama/ 最後, 最後の

མཐུན། /mtʰən/ 合う

མཐུར་འགོ། /mtʰərŋgo/ 馬勒, 頭絡

མཐོ་བོང་། /mtʰɛwoŋ/ 親指

མཐོ། /mtʰo/ ～ト (手を広げた状態での親指から中指までの長さ)

མཐོང་རྒྱུ་ཐེད། /mtʰoŋtyʰoŋ yet/ 軽蔑する, 軽視する (未完了形)

མཐོན་པོ། /mtʰonbo/ 高い

འཐག། /ntʰak/ 挽く (未完了形, 完了形)

འཐག། /ntʰak/ 織り機

འཐུ། /ntʰə/ 拾う, (薪などを) 集める (未完了形)

འཐུག་པོ། /ntʰəkko/ 厚い

འཐུང་། /ntʰoŋ/ 飲む (未完了形)

འཐུས། /ntʰi/ 拾う, (薪などを) 集める (完了形, 命令形)

འཐུངས། /ntʰoŋ/ 飲む (完了形, 命令形)

འཐོན། /ntʰɛn/ 1. 引っ張る (未完了形, 完了形, 命令形), 2. (煙草を) 吸う (未完了形, 完了形, 命令形)

འཐོན་སྐམ། /ntʰɛŋgam/ ひきだし

འཐོབ། /ntʰop/ 得る (未完了形)

འཐོར། /ntʰor/ 散る, 離婚する (未完了形)



ད། /ta/ 1. 今, 現在, 2. ~は, ~って,  
3. (テレビ, 電気を) 消す (未完了  
形, 完了形)

ད་ཐེངས། /tat<sup>h</sup>an/ 今回

ད་ད་ད། /tatata/ すぐに

ད་རུང། /taronj/ まだ

ད་ལེན། /talɛn/ 巾着

ད་སོམ། /tas<sup>h</sup>oma/ さっき

དང་བོ། /tanjwo/ 第 1

དད་པ། /tappa/ 信仰

དར། /tar/ 氷

དར་ཆགས། /tar ty<sup>h</sup>ak/ 氷ができる, 氷  
がはる

དར་བ། /tara/ 乳清

དར་མ། /tarma/ 大人

དལ་མོ། /tamo/ ゆっくりな

དེ། /tə/ それ

དེག་ལོ། /təklə/ どもり

དུ། /tə/ いくつ, いくら

དུ་བ། /towa, to/ 煙, 煙草

དུག། /tək/ 毒

དུང། /tonj/ ほら貝

དུང་དཀར། /tonjkar/ ほら貝

དུང་ཕུར། /tonjsyər/ 億

དུར་ཁྲོད། /tərtr<sup>h</sup>ot/ 墓

དུར་ས། /tərs<sup>h</sup>a/ 墓

དུས་ཚེན། /tity<sup>h</sup>ɛn/ 祭

དུས་ཚོད། /tits<sup>h</sup>ot/ 時間

དེ་དགོང། /tərgonj/ 今夜

དེ་ཚོ། /tety<sup>h</sup>o/ それら

དེ་རིང། /təranj/ 今日

དེང་སང། /təns<sup>h</sup>an/ 最近

དེད། /tət/ (家畜などを移動させるた  
めに) 追う (完了形)

དེམ། /tɛm/ 薬缶, ポット

དེ། /tɛɛ/ そこに, そこへ

དོ། /to/ 1. 煙, 煙草, 2. (度量衡の単  
位とともに) 二

དོ་དགོང། /torgonj/ 今夜

དོ་ཚེགས། /tots<sup>h</sup>ək/ 今年

དོག་མོ། /tokmo/ 狭い

དོང། /tonj/ 洞窟, 穴

དོང་རྒྱ། /tonjty<sup>h</sup>ə/ 井戸, 洞窟, 井戸水

དོང་བོ། /tonjwo/ 第 1

དོམ། /tom/ 熊

དོམ་བོ། /tombo/ きつい, 締まった

དོགས་པ་བ། /tokkwa sa/ 疑う (未完  
了形)

དུ་ཕུག། /tatr<sup>h</sup>ək/ 孤児

དུངས་མ། /tajma/ 澄んだ

དུངས་མོ། /tajmo/ 澄んだ

ད། /tra/ 網

དྲ་བ། /trawa/ 網	る, 駆逐する (未完了形, 完了形)
དྲ་མ། /trama/ 窓	བདུ་བ། /bdu/ (家畜などを) 追いたて
དྲག། /trak/ 治る	る, 駆逐する (命令形)
དྲང་ཕྱོགས། /traṅsyok/ 正面	བདུད། /bdət/ 悪霊
དྲང་མོ། /traṅmo/ まっすぐな, 正直な	བདུན། /bdən/ 七
དྲན། /tran/ 思い出す, 恋しく思う, 懐	བདུན་ཅུ། /bdəntyə/ 七十
かしく思う	བདེ་སྐྱིད། /bdəhkyət/ 1. 幸福, 2. デチ
དྲིས། /tri/ 尋ねる (完了形)	(人名)
དྲུག། /trək/ 六	བདེ་མོ། /bdəmo/ 幸せな, 楽しい, 平
དྲུག་ཅུ། /trəktyə/ 六十	坦な
དྲུ། /trət/ ひっぱる, 引きずる (完	བདེན་པ། /bdənba/ もっともな, 正し
了形)	い, 道理の通った
དྲུག་པ། /trakkwa/ 垢	མདའ། /mda/ 矢
དྲེལ། /tri/ ラバ	མདའ་དགོང། /mdagon/ 昨晚
དྲོན་པོ། /tronbo/ 温かい	མདའ་འཕེན། /mda np <sup>h</sup> en/ 矢を射る (未
དྲོས་ཇ། /tridyā/ 昼食	完了形)
གདང། /daŋ/ 1. (動物を縄で) つな	མདུང། /mdoŋ/ 槍
ぐ, 2. (口を) 開ける (未完了形)	མདུད་པ་རྒྱག། /mdəppa rgyak/ 結ぶ (未
གདན། /dan/ 敷物, マット, 座布団	完了形)
གདངས། /daŋ/ 1. (動物を縄で) つな	མདུན། /mdən/ 前
ぐ, 2. (口を) 開ける (完了形)	མདོག། /mdok/ 色
གདུ་བུ། /dəwə/ ブレスレット	མདོག་ཉེས་པོ། /mdok nyebo/ 汚い, 醜い
གདུང་མ། /doŋma/ 梁	འདང། /ndaŋ/ 1. 満ちる, 2. 考え
གདོངས། /doŋ/ 1. (動物を縄で) つな	འདམ་བག། /ndambak/ 泥
ぐ, 2. (口を) 開ける (命令形)	འདས། /ndar/ 震える
བདག་པོ། /bdakko/ 持ち主, 主人	འདི། /ndə/ これ
བདག་ཕྱེད། /bdak yet/ 管理する (未完	འདི་ཚོ། /ndəty <sup>h</sup> o/ これら
了形)	འདི་ས། /ndəs <sup>h</sup> a/ こちら側
བདའ། /bda/ (家畜などを) 追いたて	འདུ། /ndə/ 集まる, 包含する (未完



了形)

འདུ་ཁང་། /ndək<sup>h</sup>an/ 経堂, 集会場

འདུག། /ndək/ 滞在する, 住む, いる  
(未完了形)

འདུས། /ndi/ 集まる, 包含する (完了形)

འདེད། /ndet/ (家畜などを移動させるために) 追う (未完了形)

འདེམ་བསྐོ་བྱེད། /ndemϕko yet/ 選挙する (未完了形)

འདེབས། /ndep/ 1. 蒔く (未完了形),  
2. (塩, 茶) を入れる (未完了形),  
3. ~する (未完了形)

འདོད། /ndot/ 1. 思う, 2. ~したい

འདོན། /ndon/ 読む, 音読する (未完了形)

འདོམ་པ། /ndomba/ ~尋 (両手を左右に開いたときの指先から指先までの長さ)

འདོགས། /ndok/ 1. つるす, 身につける, 2. 名前をつける (未完了形)

འདུ། /ndæ/ ここに, ここへ

འདྲ། /ndra/ 似ている

འདྲི། /ndrə/ 尋ねる (未完了形)

འདྲེད། /ndrət/ ひっぱる, 引きずる (未完了形)

འདྲེ། /ndre/ 幽霊, おぼけ, 魔物

འདྲེ་མོ། /ndremo/ 魔女

འདྲོག། /ndrok/ びっくりする (未完

了形)

འདྲོགས། /ndrok/ びっくりする (完了形)

རྒྱ། /rdap/ (釘などを) 打つ (未完了形)

རྒྱ། /rdar/ 磨く, つぶす (未完了形)

རྒྱུ། /rdon/ 殴る, たたく, 打つ (未完了形)

རྒྱུ་རྩེས་རྒྱུག། /rdonre rgyak/ けんかする (未完了形)

རྒྱུ། /rdu/ ほこり, ちり

རྒྱུས། /rdon/ 殴る, たたく, 打つ (命令形)

རྩོ། /rdo/ 石

རྩོ་ཀ་ར། /rdokara/ 氷砂糖

རྩོ་ཁོ། /rdohko/ すり鉢

རྩོ་སྐས། /rdohke/ 石段

རྩོ་ཁབ་ལེན། /rdok<sup>h</sup>aplen/ 磁石

རྩོ་ཐལ། /rdot<sup>h</sup>a/ 石炭

རྩོ་བཟོ། /rdobzo/ 石匠

རྩོ་རིལ། /rdori/ すりこぎ

རྩོ་སོལ། /rdos<sup>h</sup>ot/ 石炭

རྩོབ། /rdop/ (釘などを) 打つ (命令形)

རྩོར། /rdor/ 磨く, つぶす (命令形)

ལྷག། /rdak/ 舐める (未完了形)

ལྷང། /rdan/ 踊る, 飛び降りる (未完了形)

ལྷད། /rdat/ 咀嚼する (未完了形)

ལྷལ། /rdap/ ～倍

ལྷངས། /rdan/ 踊る, 飛び降りる (完了形)

ལྷིངས། /rdan/ 旋回する (完了形)

ལྷུག། /rdak/ つぐ, 注ぐ (完了形)

ལྷུམ་ར། /rdəmra/ 花壇

ལྷ་ལྷིག། /rdenyak/ 鍵

ལྷོག་ཕྱོག། /rdoksyok/ 反対側

ལྷོད། /rdot/ 咀嚼する (命令形)

ལྷོགས། /rdok/ 舐める (命令形)

ལྷོངས། /rdon/ 1. 旋回する (命令形),  
2. 踊る, 飛び降りる (命令形)

ལྷོག་པ་ར་ཙ། /dəkkwaratsa/ サソリ

ལྷོགས། /dək/ しかる (未完了形, 命令形)

ལྷུག། /dək/ 苦しみ, 苦惱, 苦痛, 苦勞

ལྷུན་མ། /dənma/ 箒

ལྷུར། /dər/ 比べる, 比較する

ལྷོ་བ། /dewa/ 村

ལྷར་མ། /derma/ 皿

ལྷོར་མོ། /dermo/ 動物の爪

ལྷོང་ལྷུག། /dontr<sup>h</sup>ək/ 木の苗

ལྷོང་བོ། /donwo/ 木

ལྷོད། /dot/ 滞在する, 住む, いる (命令形)

ལྷོམ། /dom/ 1. 蜘蛛, 2. 縛る, 3. 合わせて

ལྷོམ་ཚང་། /domts<sup>h</sup>an/ 蜘蛛の巣

བད། /bda/ 合図

བད་རྒྱག། /bda rgyak/ 知らせる (未完了形)

བད་བས། /bdap/ (釘などを) 打つ (完了形)

བདུངས། /bdon/ 殴る, たたく, 打つ (完了形)

བདལ། /bdak/ 舐める (完了形)

བདལ། /bdak/ 舐める (完了形)

བདལ། /bdak/ 咀嚼する (完了形)

བདལ། /bdak/ 滞在する, 住む, いる (未完了形)

བདལས། /bdək/ しかる (完了形)



ནལ། /nak<sup>h</sup>a/ 沼

ན་ནིང་། /nanan/ 去年

ནལ་ཀོ། /nakko/ 黒い

ནང་། /nan/ 中, 内

ནང་སྐ། /nanjka/ 明日

ནང་ལ། /nanj<sup>h</sup>a/ 明日

ནང་ལྷོལ། /nanjty<sup>h</sup>o/ 内臓

ནང་སྤྱིང་། /nanjnyan/ 果物などの核

ནང་མ། /nanjma/ 中身, 裏面

ནང་པ། /nepa/ 患者, 病人

ནམ། /nam/ いつ	གཞོན། /hnon/ 押す (未完了形)
ནམ་མཁའ། /namk <sup>h</sup> wa/ 空	མནན། /mnan/ 押す (完了形)
ནམ་དགོང་། /namgong/ 真夜中	མནའ་སྐྱལ། /mna hkyat/ 誓う (未完了形)
ནམ་ལངས། /nam lan/ 夜が明ける	མནའ་སྐྱུལ། /mna hkyu/ 誓う (命令形)
ནམ། /ne/ ハダカ麦	མནའ་བསྐྱལ། /mna φkyat/ 誓う (完了形)
ནགས། /nak/ 森	མནའ་མ། /mnama/ 嫁, 息子の妻
ནངས་ཇ། /nangdya/ 朝食	རྒྱ་རྩོག། /rnandyok/ 耳
རྩ། /nə/ (乳を) 吸う (未完了形)	རྒྱ་ལོང་། /rnalɔŋ/ イヤリング
རྩ་བོ། /nəwo/ 弟	རྒྱ། /rnak/ 膿
རྩ་མ། /nəma/ 乳房	རྒྱ་ཐང། /rnamt <sup>h</sup> ar/ 伝記
རྩུ། /nu/ 弟	རྒྱ་ཤེས། /rnamhye/ 魂, 靈魂
རྩུ། /nəp/ 西	རྫོན་བོ། /rnonbo/ 尖った, 鋭い
རྩུབ་ཇ། /nəpts <sup>h</sup> a/ 夕食, トウクパ	སྒ། /ŋa/ 鼻
རྩུ། /ni/ (乳を) 吸う (完了形, 命令形)	སྒ་ཁུང་། /ŋak <sup>h</sup> oŋ/ 鼻の穴, 鼻
རྫོ་ཚོ། /netso/ オウム	སྒ་གུ། /ŋahtyə/ 鼻輪
རྫོན། /non/ 押す (命令形)	སྒ་ཁུ། /ŋaty <sup>h</sup> ə/ 鼻水
རྫོང། /nor/ 1. 財産, 2. ヤク (総称), 3. 誤り	སྒ་དོ། /ŋado/ 嗅ぎ煙草
རྫོང་འཕྱུག། /nornty <sup>h</sup> ək/ 間違い	སྒ་ག་ཇ། /ŋakts <sup>h</sup> a/ インク
རྫོང་བུ། /norbə/ 宝	སྒ་བས། /ŋap/ 鼻水
གནམ། /hnam/ 空, 雨	སྐྱུ། /ŋəp/ 滅ぼす, 衰退させる (未完了形)
གནམ་གང། /hnamgan/ 大みそか	སྐྱུ། /ŋəm/ 嗅ぐ
གནམ་གྲུ། /hnamdrə/ 飛行機	སྐྱུ། /ŋəm/ 植物油
གནམ་གཤེས། /hnamsyi/ 天気, 気候	སྐྱོན། /ŋon/ 加える (完了形, 命令形)
གནའ་གཏམ། /hnahtam/ 昔話	བསྐྱུ། /bnan/ 加える (未完了形)
གནངས་ཉིན། /hnaŋnyən/ 明後日	བསྐྱུབས། /bnəp/ 滅ぼす, 衰退させる (完了形)
གནིས། /hnyi/ 二	
གནོད། /hnot/ 害する	



པ་ཕྱེད། /pa yet/ キスする (未完了形)  
 པད་མ། /wɛnma/ 蓮  
 ཡུལ་མོ། /wəkmo/ 膝  
 བེན་ཇི། /pɛnsrə/ 餃子  
 བོ་ཏ་ལ། /potala/ ポタラ (宮)  
 དཔའ་བོ། /xwawo/ 英雄, ヒーロー  
 དཔའ་མོ། /xwamo/ 女英雄, ヒロイン  
 དཔལ་འབར། /xwanbar/ たいまつ  
 དཔེ་ཆ། /xwety<sup>h</sup>a/ 本  
 དཔེ་ཆ་བ། /xwety<sup>h</sup>awa/ 学者, 研究者  
 དཔོན་པོ། /xonbo/ 長, 高官, 管理職  
 དཕྱི་མགོ། /hsyɛmgo/ 寛骨  
 དཕྱི་དྭག། /hsyɛlka, hsyɛkkwa/ 春  
 རྩམས་པ། /wokkwa/ 皮  
 རྩང་། /hpaŋ/ 草原  
 རྩང་ཇོ། /hpaŋgo/ 乞食  
 རྩར་བ། /hpara/ 束  
 རྩ། /hpə/ 毛  
 རྩལ། /hpək<sup>h</sup>a/ (家畜の) 毛色  
 རྩ་ལུག། /hpətr<sup>h</sup>ək/ フェルト  
 རྩང་། /hpoŋ/ 積む (未完了形)  
 རྩན། /ɕsən/ 兄弟姉妹, いとこ

རྩངས། /hpoŋ/ 積む (完了形, 命令形)  
 རྩོ། /hpo/ (歩を) 進める, またぐ,  
 移動する, 引越す (未完了形)  
 རྩོ་ལང་། /hpo laŋ/ 怒る (未完了形)  
 རྩོར། /hpor/ 移動する, 引越す  
 རྩོས། /hpi/ (歩を) 進める, またぐ,  
 移動する, 引越す (完了形, 命  
 令形)  
 རྩོས། /hp<sup>o</sup>i/ お香  
 རྩོས་ཤེལ། /hpihyet/ 琥珀  
 རྩུང་ལུ། /htyaŋk<sup>h</sup>ə/ 狼  
 རྩུན། /htyən/ にかわ  
 རྩུད་ཁང་། /htyok<sup>h</sup>aŋ/ トイレ  
 རྩུ། /htrə/ (牛やヤクなどの) しぼり  
 始めの粘った乳  
 རྩུ་མ། /htrəma/ 温めた牛乳の上にて  
 きる皮  
 རྩུན། /srən/ 雲  
 རྩུལ་སྐུ། /htrəlhkə/ 化身, 活仏, トウ  
 ルク  
 རྩུའུ། /ɕsi/ 猿



ཕ། /ha/ 父	ཕུར། /p <sup>h</sup> ər/ こする, もむ (未完了形, 命令形)
ཕ་མ། /hama, p <sup>h</sup> ama/ 父母	ཕེབས། /hɛp/ いらっしやる (行く, 来るの敬語)
ཕ་ཡུལ། /p <sup>h</sup> ayət/ 故郷	ཕོ་ཕག། /hohak/ 雄豚
ཕ་གཡར། /p <sup>h</sup> ah.yar/ 継父	ཕོ་བ། /howa/ お腹
ཕ་ལམ། /p <sup>h</sup> alam/ ダイヤモンド	ཕོ་བྱ། /hopsya/ 雄鶏
ཕག། /hak/ 豚	ཕོ་མོ། /homo/ 男女
ཕག་གོད། /hakrgot/ イノシシ	ཕོ་མཚན། /p <sup>h</sup> omts <sup>h</sup> an/ 男性器
ཕག་ལྷོ། /hakhto/ 豚のえさ	ཕོ་གསར། /p <sup>h</sup> ohsar/ 若い男性
ཕག་ཕྱག། /haktr <sup>h</sup> ək/ 子豚	ཕོག། /hok/ 当たる, 命中する (完了形, 命令形)
ཕག་མ། /hakma/ 雌豚	ཕུ་མ་ལེབ་ཅོ། /syamalamalɛptse/ 蝶々
ཕག་ར། /hakra/ 豚小屋	ཕུག་འཚལ། /syak nts <sup>h</sup> a/ 五体投置する
ཕག་ལུད། /haklɛt/ 豚の糞	ཕུག་ས་མ། /syakma/ 箒
ཕན་ཐོགས། /hant <sup>h</sup> ok/ 利益, 利益	ཕྱ། /syə/ ソト
ཕན་བ། /p <sup>h</sup> anba/ 利益, 利益	ཕྱ་གླིང་བ། /syəhlaŋwa/ 外国人
ཕམ། /p <sup>h</sup> am/ 負ける	ཕྱ་ལོ། /syəro/ 午後
ཕལ་ཚེར། /haty <sup>h</sup> er/ おそらく, たぶん	ཕྱིར་ར་འགྱོ། /syəra ngyo/ 戻る (未完了形)
ཕེག། /p <sup>h</sup> ək/ 穴をあける (未完了形)	ཕུག་གོ། /syəkko/ 金持ち, 裕福な
ཕེགས། /p <sup>h</sup> ək/ 穴をあける (完了形, 命令形)	ཕུར་བ། /ty <sup>h</sup> əra/ チーズ
ཕུ་བོ། /p <sup>h</sup> əwo/ 兄	ཕྱ། /syɛ/ 1. 開ける, 2. 小麦粉
ཕུ་རུང། /p <sup>h</sup> əron/ 袖	ཕྱེད་ཀ། /syɛka/ 半分
ཕུག། /p <sup>h</sup> ək/ 洞窟, 穴	ཕྲ་བོ། /tr <sup>h</sup> awo/ 細い
ཕུག་རོན། /p <sup>h</sup> əkron/ 鳩	ཕྲག་བ། /tr <sup>h</sup> akkwa/ 肩
ཕུང་བོ། /hoŋwo/ 身体	
ཕུན། /p <sup>h</sup> ən/ (ジャガイモ, 緑豆を原料とした) 平たいひも状のはるさめ	

ཕྱིས། /tr<sup>h</sup>i/ 1. 尋ねる (命令形), 2. 書く (命令形)

ཕུ་གུ་དམར་འབྲུ། /tr<sup>h</sup>əgə hmarndyar/ 赤ん坊

ཕུད། /tr<sup>h</sup>ət/ ひっぱる, 引きずる (命令形)

ཕུགས། /tr<sup>h</sup>ək/ 掻く (完了形, 命令形)

ཕྱེང་ངེ། /tr<sup>h</sup>ən̄gə/ 数珠

ཕྱོས། /tr<sup>h</sup>i/ 逃げる (命令形)

ཕྱོགས། /tr<sup>h</sup>ok/ 1. 刈る, 剃る (命令形), 2. 奪う (完了形, 命令形)

འཕར་བ། /np<sup>h</sup>ara/ ヤマイヌ, ドール

འཕངས། /np<sup>h</sup>ən̄/ 投げる, 射る (完了形)

འཕུར། /np<sup>h</sup>ər/ 1. こする, もむ (未完了形), 2. 飛ぶ (未完了形, 完了形,

命令形)

འཕེན། /np<sup>h</sup>en/ 投げる, 射る (未完了形)

འཕེལ། /np<sup>h</sup>et/ 発展する

འཕོག། /np<sup>h</sup>ok/ 当たる, 命中する (未完了形)

འཕོངས། /np<sup>h</sup>on̄/ 投げる, 射る (命令形)

འཕུག /nty<sup>h</sup>ək/ 1. 間違い, 2. 間違う

འཕུར། /nty<sup>h</sup>ər/ (水が) あふれる, こぼれる, 噴き出す

འཕུག /ntr<sup>h</sup>ək/ 掻く (未完了形)

འཕུལ་འཕོར། /ntr<sup>h</sup>ən̄k<sup>h</sup>or/ 機械

འཕྲེད། /ntr<sup>h</sup>et/ 斜め

འཕྲོག་ཅེས་བྱེད། /ntr<sup>h</sup>okre yet/ 奪い合う (未完了形)



བ། /wa/ ~できる, もちこたえる, ~するのに耐える

བ་གྲང། /wahlan̄/ 牛 (総称)

བ་ཕུགས། /wasyək/ 牛, ヤク

བ་མོ། /wamo/ 雌牛

བ་མོ། /was<sup>h</sup>o/ 象牙

བག་ཐུ། /wakty<sup>h</sup>ə/ 糊

བད། /wat/ 霜

བབ་གི། /wap=kə/ 全然 (~ない)

བར། /war/ 間

བར་ཐག /wart<sup>h</sup>ak/ 距離

བལ། /wa/ 1. 抜く (完了形), 2. 羊毛

བབས། /wap/ 降る, 降りる (完了形)

བུ། /wə/ 息子, 男の子

བུ་མོ། /wəmo/ 娘, 女の子, 女性

བུད། /wət/ 出る, 出て行く (完了形, 命令形)

བུད་བྱེད། /wənyet/ 女性, 妻

བུམ་པ། /wəmba/ 瓶, 壺, 宝壺  
 བེའུ། /wi/ 子ヤク  
 བོའུ། /wu/ 1. 銃, 2. 抜く (命令形)  
 བོའུ་རྒྱལ། /wu rgyak/ 銃を撃つ (未完  
 了形)  
 བོའུ་ཙི། /wudzə/ 銃弾  
 བོང་བྲ། /woŋwə/ ロバ  
 བོང་ལྷ། /woŋlə/ ロバ  
 བོད། /wot/ チベット, チベット人  
 བོད་སྐད། /wohkat/ チベット口語  
 བོད་ཡིག། /woyək/ チベット文字  
 བོད་རིགས། /worək/ チベット族  
 བོད་ལོ། /wolo/ 農曆 12 月  
 བོད་ལྷ། /wola/ チベット服  
 བོན་བོ། /wonbo/ ポン教, ポン教徒  
 བོར། /wor/ 失う, なくす (完了形)  
 བོས། /wi/ 呼ぶ (完了形, 命令形)  
 བྱ། /ʧsyɑ/ 鶏, 鳥  
 བྱ་སྐྱལ། /ʧsyahkyak/ 鳥の糞  
 བྱ་ཚོད། /ʧsyargot/ ハゲタカ  
 བྱ་རྩལ། /ʧsyahkək/ 鳥の糞  
 བྱ་ལྗོངས། /ʧsyadoŋhko/ キツツキ  
 བྱ་ལྷ། /ʧsyatr<sup>h</sup>ək/ ひよこ  
 བྱ་བ། /syawa/ (公務員の) 仕事, 用事  
 བྱ་མོ། /syamo/ 雌鶏  
 བྱང་། /syaŋ/ 北  
 བྱས། /yi/ する (完了形)  
 བྱི་བ། /syəwa/ マーモット  
 བྱི་མོ། /syəmo/ 娘, 女の子, 女性

བྱི་ལྷ། /syələ/ 息子, 男の子, 男性  
 བྱི་བ། /syən/ 与える (完了形, 命令形)  
 བྱུ་རུ། /syərə/ サンゴ  
 བྱུང་། /syoŋ/ 現れる, 出現する, 起  
 くる  
 བྱེ་བ། /syɛwa/ 百万  
 བྱེ་མ། /syɛma/ 砂  
 བྱེད། /yɛt/ する (未完了形)  
 བྱོས། /hyi/ する (命令形)  
 བྱག། /trak/ 岩  
 བྱག་ལྷུག། /trakp<sup>h</sup>ək/ 洞窟  
 བྱང་ལ། /traŋk<sup>h</sup>a/ 胸  
 བྱས། /bri/ 隠す (完了形)  
 བྱིས། /tri/ 書く (完了形)  
 བྱོ། /trɛ/ 斗  
 བྱེད། /brɛt/ 隠す (未完了形, 命令形)  
 བྱོ། /tro/ 踊り, ダンス  
 བྱོ་ལ། /trok<sup>h</sup>a/ 旅行に携帯する食べ物  
 བྱོ་བ་ལྷ། /trowa hta/ 味見する (未完  
 了形)  
 བྱོས། /trwi/ 逃げる (完了形)  
 ལྷ་བྱང་། /blabran/ ラブラン・タシキル  
 寺, ラブラン (甘肅省, 甘南チベッ  
 ト族自治州)  
 ལྷ་མ། /blama/ 高僧, 師, ラマ  
 ལྷ་མ་མ་ནི། /blamamanə/ トンボ  
 ལྷ་ཤིང་། /blahyaŋ/ 生命樹  
 ལྷངས། /blaŋ/ 取る, 演奏する, 歌う  
 (完了形)

བློག /blək/ つぐ, 注ぐ (未完了形)  
 བློ /blo/ 精神, 機転, 智慧  
 བློ་འཛིན། /blo ndzən/ 暗記する, 覚  
 える (未完了形)  
 བབང། /bæŋ/ 権力  
 བབུམ། /bwi/ ウー (中央チベットの  
 地域名)  
 བབུགས། /wək/ 息  
 བབུར་ལ། /h.yark<sup>h</sup>a/ 夏  
 བབུར་ཉི་ལྗོངས། /h.yarnyærdok/ 夏至  
 བབུར་རྩ་དགུན་འབྲུ། /h.yarhtsa gənbə/  
 冬虫夏草  
 བབུག། /h.yək/ 捨てる (未完了形)  
 བབུགས། /h.yək/ 捨てる (完了形, 命  
 令形)  
 བབག /nbak/ お面  
 བབག། /nbap/ 降る, 降りる (未完  
 了形)  
 བབའ། /nba/ (羊が) メーメーなく  
 བབར། /nbar/ 燃える, 火がつく  
 བབར་ཞིན། /nbarsyən/ マッチ  
 བབར་རི་འབྲུར་རེ། /nbarə nbərə/ でこぼ  
 こした  
 བབལ། /nba/ 抜く (未完了形)  
 བབི་ལི། /nbələ/ 男性器  
 བབུ། /nbə/ 虫  
 བབུ་རྒྱ་མ། /nbərgyama/ トンボ  
 བབུ་ནག། /nbənək/ 蠅  
 བབུ་ཨ་ར་ར། /nbə arara/ カタツムリ

འབུག /nbək/ 錐  
 འབུད། /nbət/ 出る, 出て行く (未完  
 了形)  
 འབུམ། /nbəm/ 十万  
 འབུར་འབུར། /nbərnbər/ ぼこぼこした  
 འབུལ། /nbət/ 差し上げる, 献上する  
 (謙譲語)  
 འབེན། /nbən/ 的  
 འབོད། /nbot/ 呼ぶ (未完了形)  
 འབོར། /nbor/ 失う, なくす (未完  
 了形)  
 འབྲུར་དོ། /ndyarto/ べたべたした, く  
 っつく  
 འབྲུར་མོ། /ndyarmo/ べたべたした,  
 くっつく  
 འབྲུམ། /mdre/ 米  
 འབྲུམ་ཐུག། /mdret<sup>h</sup>ək/ おかゆ  
 འབྲི། /ndrə/ 1. 雌ヤク, 2. 書く (未完  
 了形)  
 འབྲི་རྒྱ། /ndrəty<sup>h</sup>ə/ 長江  
 འབྲི་དེབ། /ndrətəp/ ノート  
 འབྲིང་དོ། /ndraŋŋo/ 中くらいの  
 འབྲུ་དོག། /ndrərdok/ 穀類の粒  
 འབྲུ་རིགས། /ndrərək/ 穀類, 穀物  
 འབྲུག། /ndrək/ 1. 龍, 2. 雷  
 འབྲུག་རྒྱག། /ndrək rgyak/ 雷が鳴る (未  
 完了形)  
 འབྲེག། /ndrak/ 刈る, 剃る (未完了形)  
 འབྲེང་ང། /ndraŋŋa/ 牛皮の紐



འབྲེགས། /ndrak/ 刈る, 剃る (完了形)	形, 完了形)
འབྲོ། /ndro/ 逃げる (未完了形)	ཐུད། /dyar/ くつつける (未完了形, 完了形)
འབྲོག་པ། /ndrokkwa/ 牧民	ཐུན་བདག། /dyənbdak/ 施主
འབྲོག་ས། /ndroks <sup>h</sup> a/ 牧地	ཐུན་པ། /dyənba/ 布施
འབྲོང་། /ndron/ 野生ヤク	ཐོང་། /dyon/ 勉強する, 学ぶ (未完了形)
བཀྲའ་པ། /bahlap/ 波	ཐོད། /dyor/ くつつける (命令形)
ཐང་། /ban/ 浸す (未完了形)	ཐོངས། /dyon/ 勉強する, 学ぶ (命令形)
ཐང་མ། /banma/ 酒粕	བླ། /bra/ ヤクの毛で作った黒いテント
ཐལ་བ། /bawa/ カエル	ཐང་མ། /banma/ 蜂
ཐངས། /ban/ 浸す (完了形)	ཐུལ། /ru/ 蛇
ཐུབ་ཆལ། /bəpty <sup>h</sup> a/ シンバル	
ཐོང་། /bon/ 浸す (未完了形)	
ཐོངས། /bon/ 浸す (命令形)	
ཐོང་། /dyan/ 勉強する, 学ぶ (未完了	



མ། /ma/ 1. 母, 2. 否定辞 (動詞の完了形の前につける。否定命令の場合のみは未完了形の前につける)	མགཡར། /mah.yar/ 継母
མ་ནི། /manə/ マントラ, (六字) 真言	མ་སྲོ། /ma sro/ 休む, 退職する (未完了形)
མ་འེ། /mane/ あご	མ་སྲོས། /ma sre/ 休む, 退職する (完了形, 命令形)
མ་མོ། /mamo/ 雌羊	མ་ཏེ། /mahε/ 水牛
མ་མོག། /mamok/ 綿花	མག་པ། /hmokkwa/ 婿, 娘の夫
མ་ཚེས་ལོ་ཏྲོག། /marmilotok/ とうもろこし	མང་། /maj/ 多い
མ་ཚ། /mahtsa/ 資本	མངང་། /majga/ 多い
མ་འོངས་པ། /maonba/ 未来	མང་ཇ། /majdya/ お茶や食事の布施
	མང་བོ། /majwo/ 多い

མང་ཚོགས། /maŋts<sup>h</sup>ok/ 人民，民衆，  
 大衆  
 མན་ཚད། /manty<sup>h</sup>at/ 以下  
 མར། /mar/ バター  
 མར་ར། /mara/ 下に  
 མི། /mə/ 否定辞（動詞の未完了形の  
 前につける）  
 མི་དམངས། /məhman/ 人民，民衆，大衆  
 མི་ཚད། /məts<sup>h</sup>at/ ～だけでなく  
 མིན་འདི། /mənndə/ ～だけ  
 མུ་ག། /məge/ 飢饉  
 མུ་ཉིག། /mətək/ 真珠  
 མུ་ཟི། /məzə/ 硫黄，マツチ  
 མུན་ནག། /mənnak/ 真っ暗，暗闇  
 མེ་འཁོར། /mənk<sup>h</sup>or/ 汽車  
 མེ་ཉོག། /mətok/ 花  
 མེད། /mɛ, mɛt/ ない，いない  
 མེད་པོ། /mɛpo/ 貧乏人  
 མོ། /mo/ 1. 女性，2. ～毛（中華人民  
 共和国の貨幣単位 10 毛 = 1 元）  
 མོ་བ། /mowa/ 占い師  
 མོ་བྱ། /mopsya/ 雌鶏  
 མོ་མཚན། /momts<sup>h</sup>an/ 女性器  
 མོ་ཟོག། /mozok/ 母牛  
 མོ་གསར། /mohsar/ 若い女性  
 མྱ། /mnyə/ 人，人間  
 མྱ་རྒྱུ་རྒྱ། /mnyəhkyaŋ/ 独身者  
 མྱ་གཞན་བ། /mnyə zyanba/ 他人  
 མྱིག། /nyək/ 目

མྱིག་ལྗེ། /nyəkty<sup>h</sup>ə/ 涙  
 མྱིག་སྐྱ། /nyəkhpə/ まつ毛  
 མྱིག་ར། /nyəkra/ 眼鏡  
 མྱིང། /nyan/ 名前  
 མྱིད། /nyət/ のみこむ  
 མྱིད་ཐག། /nyətt<sup>h</sup>ak/ 喉  
 མུ་ག། /nyəgə/ 芽  
 མྱེ། /mnye/ 火  
 མྱེ་ཆ། /mnyety<sup>h</sup>a/ 石炭用のシャベル  
 མྱེ་དོ། /mnyerdo/ 火打石  
 མྱེ་ཤོར། /mnye hyor/ 火がつく  
 དམག་མི། /hmakmə/ 兵士  
 དམའ་མོ། /hmamo/ 低い  
 དམར་ཤོ། /hmaro/ 赤い  
 དམོད། /hmot/ のろう  
 དམུལ་བ། /hnyawa/ 地獄  
 མ། /rma/ 怪我，傷  
 མ་ཁ། /rmak<sup>h</sup>a/ 傷口  
 མ་ལྗེ། /rmaty<sup>h</sup>ə/ 黄河  
 མ་བྱ། /rmapsya/ クジャク  
 མ་འབྲུད། /rma nbət/ 吹き出物，にき  
 びができる（未完了形）  
 མ་བྱལ། /rmahyət/ 傷跡  
 མས། /rme/ 怪我する  
 མྱི། /rnyə/ （夢を）みる（未完了形）  
 མྱི་ལམ། /rnyəlam/ 夢  
 མྱིག་ལྗེགས། /rnyəkhtyak/ 馬蹄，蹄鉄  
 མྱིག་བ། /rnyəkkwa/ ひずめ  
 མྱིས། /rnyi/ （夢を）みる（完了形）

ལྷོད། /rnyet/ しりがい  
 མྱད། /mat/ 下面  
 མྱད་གཡོགས། /məh.yok/ 僧衣の下に着  
 るスカート状の衣類  
 མྱན། /man/ 葉  
 མྱན་པ། /manba/ 医者  
 མྱིན། /mən/ 熟す, 熟れる  
 མྱལ་པ། /mækkwa/ 霧  
 མྱ། /mɛ/ ほくろ, あざ  
 མྱོན་ལམ་འདེབས། /monlam ndɛp/ 祈る

(未完了形)

མྱུ་གུ། /nyəgə/ ペン, 筆  
 མྱུག་མ། /nyəkma/ 竹  
 མྱུང་གནས་སྤྱང་། /nyoŋhne sroŋ/ 断食  
 する  
 མྱོ། /nyo/ 狂う (未完了形)  
 མྱོན་པ། /nyonba/ 気のふれた人, 精神  
 異常者  
 མྱོས། /nyi/ 狂う (完了形)



ཅན་དན། /tsandan/ 白檀  
 ཅོང་། /tson/ ネギ  
 ཅམ་ཅོང་། /htsaŋ/ ツァン (中央チベットの  
 の地域名)  
 ཅམ་ཅོང་མ། /htsaŋma/ 清潔な  
 ཅམ་ཅོ། /htsap/ 切る, 刻む (未完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /htsa/ 錆  
 ཅམ་ཅོ་ཅན། /htsa ty<sup>h</sup>ak/ 錆びる  
 ཅམ་ཅོ། /htsap/ 切る, 刻む (完了形)  
 ཅམ་ཅོ་མ། /htsoma/ 麻  
 ཅམ་ཅོ། /htsop/ 切る, 刻む (命令形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsak/ (油を) しぼる, 漉す  
 (未完了形)  
 ཅམ་ཅོ་པོ། /ptsanbo/ ヒステリックな,  
 気性の荒い

ཅམ་ཅོ་པོ་ཅེད། /ptsanbo yet/ 乱暴する,  
 無理強いする, レイプする (未完  
 了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsə/ 探す (未完了形, 完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsak/ (油を) しぼる, 漉  
 す (完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsər/ 絞る (未完了形, 完  
 了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsək/ 挿す, 植える (完  
 了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsəm/ 閉じる  
 ཅམ་ཅོ། /ptsem/ 縫う (未完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsem/ 縫う (完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptso/ 煮る (未完了形)  
 ཅམ་ཅོ། /ptsokkwa/ 汚い, 醜い

བཙོང་། /ptsonj/ 売る (未完了形)  
 བཙོན་ཁང་། /ptsonk<sup>h</sup>an/ 監獄, 牢獄  
 བཙོས། /ptsi/ 煮る (未完了形)  
 བཙོངས། /ptsonj/ 売る (完了形)  
 ཕ། /htsa/ 1. 脈, 2. 根, 3. ふもと  
 ཕ་བ། /htsawa/ 根  
 ཕམ་བ། /htsamba/ ツァンパ, 麦こ  
 がし  
 ཕྱ། /htsə/ 1. 数える, 計算する (未完  
 了形), 2. ペンキ, 塗装  
 ཕྱེ། /htsək/ (れんがなどを) 積む (未  
 完了形)  
 ཕྱེག་ག། /htsəgə/ 肋骨  
 ཕྱེབ་མ། /htsəpma/ 肋骨  
 ཕྱེས། /htsi/ 数える, 計算する (命  
 令形)  
 ཕྱེགས། /htsək/ (れんがなどを) 積む  
 (命令形)

ཕྱེབ། /htsəp/ 近く, 近所  
 ཕྱེ། /htse/ 頂点, 先端  
 ཕྱེག། /htsak/ 折る, 重ねる (未完了形)  
 ཕྱེད་མོ་ཕྱེ། /htsəmo htse/ 遊ぶ (未完  
 了形)  
 ཕྱེད་མོ་ཕྱེས། /htsəmo htsi/ 遊ぶ (完了  
 形, 命令形)  
 ཕྱེགས། /htsak/ 折る, 重ねる (命令形)  
 ཕྱོག། /htsok/ 座る  
 ཕྱོན་བོ། /htsonbo/ 粗い  
 ཕྱ། /htsa/ 草  
 ཕྱ་གདན། /htsadan/ ごぎ  
 བཙོས། /ptsi/ 数える, 計算する (完  
 了形)  
 བཙོགས། /pt्सək/ (れんがなどを) 積  
 む (完了形)  
 བཙོགས། /pt्सak/ 折る, 重ねる (完  
 了形)



ཚ། /ts<sup>h</sup>a/ 1. (刺すように) 痛む, 2. 熱  
 い, 3. 辛い, 4. 熱  
 ཚ་རྒྱག། /ts<sup>h</sup>a rgyak/ 熱が出る (未完  
 了形)  
 ཚ་དམ། /ts<sup>h</sup>dəm/ 魔法瓶  
 ཚ་འདེ། /ts<sup>h</sup>ande/ 1. 熱い, 2. 熱湯  
 ཚ་བོ། /ts<sup>h</sup>u/ 1. 甥, 2. 男の孫

ཚ་མོ། /ts<sup>h</sup>amo/ 1. 姪, 2. 孫娘  
 ཚ་ལ་བྱེད། /ts<sup>h</sup>ala yet/ 溶接する (未完  
 了形)  
 ཚ་ལུ་མ། /ts<sup>h</sup>aləma/ ミカン  
 ཚང་། /ts<sup>h</sup>an/ 鳥の巣  
 ཚང་མ། /ts<sup>h</sup>anma/ みな, 全て  
 ཚད། /ts<sup>h</sup>at/ 計る, 量る (未完了形,

完了形)

ཚར། /ts<sup>h</sup>ar/ 終わる

ཚལ་བ། /ts<sup>h</sup>awa/ 半分

ཚགས། /ts<sup>h</sup>ak/ 1. ふるい, ざる, 2. 漏斗, 3. 喫煙用パイプの先端

ཚགས་ཡང་། /ts<sup>h</sup>ak yan/ 仕事の速い

ཚོག། /ts<sup>h</sup>ək/ 焦げる, 熱く感じる (完了形)

ཚོལ། /ts<sup>h</sup>ə/ 脂肪

ཚོལ་ལེན། /ts<sup>h</sup>ətlen/ シャツ

ཚོགས། /ts<sup>h</sup>ək/ 関節

ཚུ། /ts<sup>h</sup>ə/ 酢

ཚུན། /ts<sup>h</sup>ən/ ~寸

ཚུར། /ts<sup>h</sup>ər/ 絞る (命令形)

ཚུགས། /ts<sup>h</sup>ək/ 挿す, 植える (命令形)

ཚུགས་ཀ། /ts<sup>h</sup>əkka/ 様子

ཚོ། /ts<sup>h</sup>ɛ/ 命, 寿命, 生涯

ཚོ། /ts<sup>h</sup>e/ 野菜, おかず

ཚོ་བར། /ts<sup>h</sup>ɛt<sup>h</sup>ar/ 放生

ཚོ་བར་གཏོང། /ts<sup>h</sup>ɛt<sup>h</sup>ar htog/ 放生する

ཚོ་ཕྱི་མ། /ts<sup>h</sup>ɛ syəma/ 来世

ཚོར་མ། /ts<sup>h</sup>ɛrma/ 刺

ཚོས། /ts<sup>h</sup>e/ 日にち

ཚོས་ཕྱིག། /ts<sup>h</sup>e syək/ 1 日

ཚོས་བ། /ts<sup>h</sup>ewa/ 日にち

ཚོས། /ts<sup>h</sup>ɛm/ 縫う (命令形)

ཚོང། /ts<sup>h</sup>ong/ 売れる

ཚོང་རྒྱ། /ts<sup>h</sup>ong rgyak/ 商売する (未完了形)

ཚོང་བ། /ts<sup>h</sup>ongwa/ 商人

ཚོང་ར། /ts<sup>h</sup>ongra/ 市場

ཚོད། /ts<sup>h</sup>ot/ 計る, 量る (命令形)

ཚོད་ལྟ་བུའི། /ts<sup>h</sup>olhta yet/ 試す (未完了形)

ཚོད་མ། /ts<sup>h</sup>olma/ 1. 野菜, 2. 小型の肉まん

ཚོན། /ts<sup>h</sup>on/ 染料, 色

ཚོན་པོ། /ts<sup>h</sup>onbo/ 肥満, 太った, 肥えた

ཚོལ། /ts<sup>h</sup>u/ 探す (命令形)

ཚོས། /ts<sup>h</sup>i/ 1. 煮える, 熟す, 2. 煮る (命令形)

ཚོགས། /ts<sup>h</sup>ok/ 集まる (未完了形)

ཚོགས་འདུ། /ts<sup>h</sup>okndə/ 会議

ཚོང་བ། /ts<sup>h</sup>ong/ 売る (命令形)

ཚུ་ལུ། /ts<sup>h</sup>ak<sup>h</sup>ə/ 塩

མཚན་མོ། /mts<sup>h</sup>anmo/ 真夜中

མཚན་མེ་ལང་། /mts<sup>h</sup>amk<sup>h</sup>an/ 瞑想所

མཚན་མེ་མཚན་མེ། /mts<sup>h</sup>am mts<sup>h</sup>am/ 時々

མཚོ་མ། /mts<sup>h</sup>ɛma/ 双子

མཚོར་བ། /mts<sup>h</sup>ɛrwa/ 脾臓

མཚོ། /mts<sup>h</sup>o/ 湖, 海

མཚོན་ཆ། /mts<sup>h</sup>onty<sup>h</sup>a/ 武器

འཚག། /nts<sup>h</sup>ak/ (油を) しぼる, 漉す (未完了形)

འཚོག། /nts<sup>h</sup>ək/ 焦げる, 熱く感じる (未完了形)

འཚོ། /nts<sup>h</sup>ɛ/ 放牧する (命令形)  
 འཚོས། /nts<sup>h</sup>ɛr/ いなくな  
 འཚོ། /nts<sup>h</sup>o/ 放牧する (未完了形)  
 འཚོ་བ། /nts<sup>h</sup>owa/ 生活

འཚོག། /nts<sup>h</sup>ok/ 集まる (未完了形)  
 འཚོས། /nts<sup>h</sup>e/ 放牧する (完了形)  
 འཚོགས། /nts<sup>h</sup>ok/ 集まる (未完了形)



མཚུ་ག། /mdzəgə/ 指  
 མཚུ་བ་དྲུའི་ས། /mdzəkhkyi/ 指輪  
 མཚུ་བ་རྩུང། /mdzəpty<sup>h</sup>oŋ/ 小指  
 མཚོ། /mdzo/ ゾ (雄牛と雌ヤクの混  
 血種)  
 མཚོ་མོ། /mdzomo/ ゾモ (ゾの雌)  
 མཚོ་དུ་ཁང། /mdzolk<sup>h</sup>aŋ/ 蔵  
 འཛམ་གླིང། /ndzamhlaŋ/ 世界  
 འཛིན། /ndzən/ つかむ, 握る (未完  
 了形)  
 འཛུལ། /ndzu/ 入る  
 འཛུགས། /ndzək/ 挿す, 植える (未完  
 了形)  
 འཛེམ། /ndzɛm/ 忌む (未完了形)

འཛེར། /ndzɛr/ (釘, 画鋏, 針を) 刺す  
 འཛེར་མ། /ndzɛrma/ 釘  
 འཛེམས། /ndzɛm/ 忌む (完了形, 命  
 令形)  
 འཛོམ། /ndzom/ 集まる (未完了形)  
 འཛོམས། /ndzom/ 集まる (完了形, 命  
 令形)  
 རྩམ། /rdzama/ 壺, ポット  
 རྩས། /rdze/ 火薬  
 རྩེ། /rdzə/ 遠慮  
 རྩེ་མ། /rdzəma/ 眉毛  
 རྩོང་ལུ། /rdzaŋwə/ 池  
 རྩོན་མ། /rdzənma/ 嘘, 偽物



མ། /ba/ キツネ

མ་ཚོ། /wadzə/ 靴下



འ་ཉེ། /syanye/ 鉛	གཟུ། /zyə/ 弓
འ་རྩོ། /syardo/ 石炭	གཟུག། /zyək/ 後
འ་བྱིས། /syazye/ 子供	གཟུག་གི་ལོ། /zyək=kə lo/ 来年
འག་མ། /syakma/ ～晩	གཟུག་མ། /zyək ma/ 次
འར་བ། /syara/ 目の不自由な人	གཞེས་ཉིན། /zyinyən/ しあさって
འབས། /syap/ 1.底, 下, 2.足, 脚 (敬語)	གཞེས་ཚིང་། /zyənəŋ/ おととし
འེག། /syək/ 入れる, ～させる (命令形)	གཞོལ། /zyu/ 剃る (命令形)
འེང་ཀ། /syaŋka/ 畑	གཞོང་བ། /zyoŋwa/ 木盆
འེབ། /syəp/ 細かい	གཞོན་ལུ། /zyonnə/ 若者, 青年
འེབ་མོ། /syəpmo/ 細かい	བཞར། /bzyar/ 剃る (完了形)
འེམ་པོ། /syəmbə/ おいしい, 匂いがよい	བཞི། /bzyə/ 四
འེབ་བྱེད། /syəwa yet/ お願いする, 頼む (未完了形)	བཞི་བཅུ། /bzyəptyə/ 四十
འེགས། /syək/ 参加する	བཟུ། /bzyə/ 消化する, 溶ける (未完了形)
འེག་ལ། /syegə/ とても, 非常に	བཟུག། /bzyək/ 入れる, ～させる (完了形)
འེང་ཆེ་བ། /syaŋ ty <sup>h</sup> ewa/ 広い	བཟུར། /bzyər/ (涙を) 流す
འོ། /syo/ 1. ヨーグルト, 2. 角・毛 (1元=10角)	བཟུས། /bzyi/ 消化する, 溶ける (完了形)
འོན། /syon/ (またがって) のる, またがる	བཞེས། /bzye/ 召し上がる, お取りになる (敬語)
འེ་ཤོ། /syat <sup>h</sup> o, syato/ 帽子	བཞོ། /bzyo/ (乳などを) しぼる (未完了形)
གཞན་བ། /zyanba/ 他, 他の	བཞོན་མ། /bzyonma/ 乳牛
གཞར། /zyar/ 剃る (未完了形)	བཞོས། /bzyi/ (乳などを) しぼる (命令形)



ཟ། /sa/ 1. 食べる (未完了形), 2. かゆい	ལྷ་བ། /dawa/ 1. 月 (moon, month), 2. ダワ (人名)
བ་ས། /sama/ 食事, 食べ物	ལྷ་བ་དྲོང་པོ། /dawa tonwo/ 一月
བབ་མོ། /sapmo/ 深い	ལྷ་འཛིན། /dandzən/ 月食
བས་བ། /samba/ 橋	ལྷ་ཉམ། /rdzalhak/ 閏月
བངས། /saŋ/ 銅	ལྷོགས། /rdzok/ 倒す
བངས་ང། /saŋŋa/ 鍋	གཟན། /zan/ 僧衣
བི་ལི་ང། /səlaŋ/ 西寧 (青海省省都)	གཟབ་མིག་དམར། /za məkhmar/ 火曜日
བིལ་བ། /siwa/ しずく, 露	གཟབ་ལྷ་བ། /za dawa/ 月曜日
བུས། /səm/ 閉じる	གཟར་མོ། /zarmo/ 険しい
བུར། /sər/ 隅, 角	གཟི། /zə/ 天珠石
བོ། /so/ 食べる (命令形)	གཟིག། /zək/ 豹
བོ། /so/ バケツ, 桶	གཟོང། /zoŋ/ (道具の) のみ
བོག། /sok/ 家畜	བབང། /bzəŋ/ 良い, 良心的な, 仲の良い
བོག་འཚོ། /sok ntsʰo/ 放牧する (未完了形)	བབང་སྦྱིག་བྱེད། /bzadrək yet/ 結婚する (未完了形)
བོག་རྩི། /sokrdzə/ 牛飼い, 羊飼いなどの家畜飼い, 牧童	བབང་བ། /bzawa/ 夫婦
བོག་ར། /sokra/ 家畜小屋	བབང་ཚང། /bzatsʰaŋ/ 家族
བོས། /se/ 食べる (完了形)	བབེ། /bzə/ 酔う
ལྷ་དཀྱིལ། /rdzahkyət/ 中旬	བབུང། /bzong/ つかむ, 握る (完了形, 命令形)
ལྷ་འགོ། /rdzango/ 上旬	བབོ་བ། /bzowa/ 仕立て屋
ལྷ་ཕོགས། /dzapʰok,dzahok/ 月給, 給料	བབོ་གྲ། /bzotra/ 工場





འུ་ཚོ། /əty <sup>h</sup> o/ 私たち, 我々 (包括形)	འོ་ཇ། /odya/ ミルクティー
འུ་ཉི་ཀ། /ənyəka/ 私たち二人 (包括形)	འོ་མ། /oma/ ミルク, 乳
འུ་ག་པ། /əkkwa/ フクロウ	འོ་ག། /ok/ 下
འུ་ར་རྒྱ། /ər rgyak/ わめく (未完了形)	འོ་ད། /ot/ 光
འོ་ལ། /ok <sup>h</sup> a/ 温めた牛乳の上にて できる皮	འོ་ན། /on/ 耳が聞こえなくなる
འོ་ཚོ་ད། /oty <sup>h</sup> ot/ 棒, 杖	འོ་ན་པ། /onba/ 口の不自由な人



ཡ། /ya/ 1. はい (肯定の返事, あい づちに用いる), 2. 片方	ཡི་ན། /yən/ ~だ, ~です (ウチ)
ཡ་ག་ཅི་ག། /ya htyək/ 片方	ཡི་ན་ན་མི་ན་ན། /yən=na mən=na/ 絶 対に
ཡ་མ་ཚ་ན། /yamts <sup>h</sup> an/ 驚くべき, 驚異 的な	ཡུ་བ། /yəwa, yo/ 取っ手, ハンド ル, 柄
ཡག། /yak/ きれいな, 美しい	ཡུ་ག་བ་མ། /yəksama/ 寡婦
ཡང་། /yan/ ~も	ཡུང་མ། /yonɕma/ ジャガイモ
ཡང་མོ། /yanmo/ 軽い	ཡུ་ར། /yər/ (雑草を) 抜く
ཡན་ཚ་ད། /yanty <sup>h</sup> at/ 以上	ཡུ་ར་བ། /yərwa/ 溝, 水路, どぶ
ཡར། /yar/ 上	ཡོ། /yo/ 取っ手, ハンドル, 柄
ཡར་ར། /yara/ 上に	ཡོང་། /yonɕ/ 来る (未完了形, 完了形)
ཡལ། /ya/ 褪せる, 消える	ཡོད། /yot, yo/ いる, ある
ཡི་གེ། /yəge/ 1. 文字, 2. 手紙	ཡོན་ད་ན། /yondan/ 教養
ཡི་ཅི། /yədzə/ 石鱈	ཡོ་བ་ཚེ་ན། /yopty <sup>h</sup> en/ あぶみ
ཡིད་ཚེས། /yət ty <sup>h</sup> e/ 信じる	ཡོ་ལ་བ། /yolwa/ カーテン

གཡག /h.yak/ 1. 雄ヤク, 2. おなら, 屁  
 གཡང་། /h.yaŋ/ 崖  
 གཡར། /h.yar/ (本などを) 貸す, 借  
 りる (未完了形, 完了形)  
 གཡས། /h.ye/ 右  
 གཡོ། /h.yə/ ヤマネコ  
 གཡིང་སང། /hnət s<sup>h</sup>at/ 目覚める  
 གཡིས། /h.yi/ 植物油  
 གཡུ། /h.yə/ トルコ石  
 གཡུག /h.yək/ 投げる, 振る (未完

了形)  
 གཡུགས། /h.yək/ 投げる, 振る (完了  
 形, 命令形)  
 གཡེར་མ། /h.yerma/ 山椒  
 གཡོག་པོ། /h.yokko/ 召使い, 従者  
 གཡོག་མོ། /h.yokmo/ 女召使い, 女従者  
 གཡོན། /h.yon/ 左  
 གཡོར། /h.yor/ (本などを) 貸す, 借  
 りる (命令形)



ར། /ra/ ~と, ~も  
 རག /raga/ 枝  
 རལུག /ralək/ 羊と山羊  
 རང་ག /rang/ 自分  
 རབ། /rap/ 1. 船着き場, 2. 優良な  
 རལ་བ། /rawa/ まげ, おさげ  
 རས། /re/ 布, 綿布  
 རས་གདན། /redan/ 敷布団  
 རས་ལུ། /rela/ 綿布  
 ར། /rə/ 山  
 རི་འགག /rəngak/ 谷  
 རི་དྲགས། /rədak/ 獣  
 རི་དྲགས་བདེ། /rədak bda/ 獣を狩る  
 རི་བོང་། /rəboŋ/ ウサギ  
 རི་མོ། /rəmo/ 絵

རི་ཞིང་། /rəsyang/ 丘陵地, 山地  
 རིག /rək/ 見える, 似ている  
 རིང་། /raŋ/ 長い  
 རིང་བོ། /raŋwo/ 長い  
 རིན་པོ་ཆེ། /rənpoty<sup>h</sup>ε/ 1. 宝石, 2. 高僧  
 (リンポチェ)  
 རིལ་མ། /rima/ 羊の糞  
 རུམ། /rəm/ 1. 懐, 2. 抱く, 3. (卵が) 孵る  
 རུལ། /ru/ 腐る  
 རུས་བ། /ripa/ 骨  
 རུས་སྤལ། /ribat/ 亀  
 རུས་མིང་། /rimaŋ/ 姓  
 རེ་རེ། /rere/ ~毎  
 རེད། /ret, re/ ~だ, ~です (ソト)

རེམ་མ། /rɛmma/ すぐ

རོ། /ro/ 死体

རོང་བ། /roŋwa/ 農民

རོང་མ་འབྲོག། /roŋ-ma-ndrok/ 半農半牧

རོང་ས། /roŋs<sup>h</sup>a/ 農地

རོམ་པོ། /rombo/ 太い

རོགས་པ། /rokkwa/ 連れ, 友達

རོགས་པ་བྱེད། /rokkwa yet/ 手伝う (未完了形)

རོགས་བྱེད། /rok yet/ 手伝う (未完了形)

ར། /ra/ 角

ལྷངས་པ། /lhaŋhpa/ 蒸気

ལྷོག་རིལ། /hləkɾət/ 鞞丸

ལྷོང། /hloŋ/ 風

ལྷོང་རྟ། /hloŋhta/ 1. 運氣, 2. ルンタ  
(「風の馬」という意味。正方形の紙などに印刷される)

ལྷོང་གཡུག། /hloŋ h.yək/ 風が吹く

གྲ་བ། /trawa/ 僧侶

གྲ་ཚང། /trats<sup>h</sup>aŋ/ 学堂

གྲ་ལོག། /tralok/ 還俗した僧侶, 還俗

བརྒ། /bla/ 腿

བརྒག། /blak/ 破損させる, だめにする



ལ། /la/ 1. 峠, 2. 蠟燭

ལ་ཕུག། /lap<sup>h</sup>ək/ 大根

ལ་བུག། /lawək/ 大根

ལ་ཙོ། /ladzə/ トウガラシ

ལ་བཙེས། /laptse/ ラツェ (柱を円錐上に積んだうえにタルチョという旗が連なったものをかけたモニュメント。土地神が宿るとされる)

ལ་གཞས། /lazye/ 歌がき, 情歌

ལག་སྐྱར། /lakhkor/ 石臼

ལག་སྐྱེ། /lakhkye/ プレゼント, 贈り物

ལག་མགོ། /lakmgo/ ブレスレット

ལག་ངར། /lakŋar/ 二の腕

ལག་ཇ། /lakty<sup>h</sup>a/ 道具

ལག་ཇགས། /lak ty<sup>h</sup>ak/ 成長する

ལག་མཐིལ། /lakmt<sup>h</sup>i/ 手のひら

ལག་གདུབ། /lakdəp/ ブレスレット

ལག་པ། /lokkwa/ 手

ལག་འཕྱིད། /laksyi/ タオル

ལག་ཚིགས། /lakts<sup>h</sup>ək/ 手首

ལང། /laŋ/ 立ち上がる, 起きる (未完了形)

ལན། /lan/ 返事, 返答

ལམ། /lam/ 道

ལས། /le/ 縁, 縁分

ལས་ཀ། /lehka/ 仕事, 用事

ལས་ཀ་ལས། /lehka le/ 働く  
 ལས་བྱེད་པ། /lesyɛpa/ 公務員  
 ལངས། /laŋ/ 立ち上がる, 起きる (完了形)  
 ལི། /li/ 梨  
 ལྷ། /lɔ/ 咳をする  
 ལུ་གུ། /lɔgə/ 子羊  
 ལུག། /lək/ つぐ, 注ぐ (命令形)  
 ལུག། /lək/ 羊  
 ལུག་ཚང་། /ləktsʰaŋ/ 羊小屋  
 ལུག་ར། /ləkra/ 羊小屋  
 ལུང་བ། /loŋwa/ 谷  
 ལུད། /lət/ 1. 肥料, 2. 痰  
 ལུད་པ། /ləppa/ 痰  
 ལུས། /li/ 身体, 残る  
 ལེན། /len/ 取る, 演奏する, 歌う (未完了形)  
 ལེབ་ལེབ། /lɛplɛp/ 平たい  
 ལོ། /lo/ 年  
 ལོ་རྒྱུང་། /lo tyʰoŋ/ 若い, 幼い

ལོ་ཏོག། /lotok/ 収穫  
 ལོ་མ། /loma/ 葉  
 ལོ་ཚུ་བ། /lotsawa/ 翻訳, 通訳, 翻訳者, 通訳者  
 ལོ་རུས། /lori/ 干支  
 ལོ་ལོ། /lolo/ 赤ん坊  
 ལོ་ལོན། /lolon/ 年をとった, 高齢の  
 ལོ་མར། /lo sʰar/ 年を越す, 正月  
 ལོ་མར་བྱེད། /losʰar yet/ 年を越す (未完了形)  
 ལོ་བྱ། /lu/ 猫  
 ལོག། /lok/ 倒れる  
 ལོན། /lon/ 達する, 満ちる  
 ལོབ། /lop/ 慣れる (未完了形)  
 ལོས། /li/ もちろん  
 ལོངས། /loŋ/ 1. 取る, 演奏する, 歌う (命令形), 2. 立ち上がる, 起きる (命令形)  
 ལོབས། /lop/ 慣れる (完了形)



་ག /hya/ 肉  
 ་ག་སྐམ་པོ། /hya hkambo/ 肉の瘦せた  
 ་ག་ཁྱི། /hyakyʰə/ 獵犬  
 ་ག་ཚག། /hyatyʰak/ 親戚  
 ་ག་ཉེ། /hyanye/ 親戚

་ག་ནག། /hyanak/ 赤身の肉  
 ་ག་མ། /hyama/ 胎盤  
 ་ག་མོ། /hyamo/ キノコ  
 ་ག་ཚ། /hyatsʰa/ 半分  
 ་གད། /hyat/ (髪を) 梳く (未完了形,

完了形)

འཕར། /hyar/ 1. 東, 2. (太陽が) 昇る,  
3. 思い出す

འཇིག། /hyə/ 死ぬ

འཇིག་མེད། /hyək/ シラミ

འཇིང་། /hyanj/ 木材

འཇིང་འབྲུག། /hyaŋnbək/ (道具の) のみ

འཇིང་འཇོམས། /hyaŋdzet/ くさび

འཇིང་བཟོ་བ། /hyaŋbzowa/ 木匠

འཇུག་པ། /hyəkkwa/ 柳

འཇེད། /hyet/ 力

འཇེལ། /hyet/ ガラス, 水晶

འཇེལ་ཀ་ར། /hyəkara/ 氷砂糖

འཇེས། /hye/ 知る, 分かる

འཇོ། /hyo/ サイコロ

འཇོག། /hyok/ 来る (命令形)

འཇོག་གྲུ། /hyokwə/ 紙

འཇོད། /hyot/ 1. 話す (命令形), 2. (髪  
を) 梳く (命令形), 3. 下方

འཇོད། /hyor/ 失う, なくす, もれる

འཇོལ། /hyu/ そそぐ, 下痢する (命  
令形)

འཇུ། /hya/ 鹿

གའིན་རྗེ། /hsyəndye/ 閻魔

གའེགས། /hsyak/ 入滅

གའེག་པ། /hsyokkwa/ 羽毛

གའེར། /hsyor/ 犁

བའཕད། /ḥsyat/ 話す (未完了形, 完  
了形)

བའཕལ། /ḥsya/ 錫

བའཕལ། /ḥsyat/ そそぐ, 下痢する (未  
完了形, 完了形)

བའཕུ། /ḥsyə/ 剥く, 剥ぐ (未完了形)

བའཕུས། /ḥsyi/ 剥く, 剥ぐ (完了形)



ས། /s<sup>h</sup>a/ 土地, 地面, 土

ས་འགྲུལ་རྒྱུག། /s<sup>h</sup>angu rgyək/ 地震が起  
こる

ས་ཆ། /s<sup>h</sup>aty<sup>h</sup>a/ 土地, 地域

ས་བོན། /s<sup>h</sup>awon/ 種

ས་འབྲུ། /s<sup>h</sup>anbə/ ミミズ

ས་མཚམས། /s<sup>h</sup>amts<sup>h</sup>am/ 境界

ས་ཞིང་། /s<sup>h</sup>asyanj/ 土地, 畑

ས་ཡ། /s<sup>h</sup>aya/ 千万

ས་རུབ། /s<sup>h</sup>a rəp/ 日が暮れる

སངས་རྒྱས། /s<sup>h</sup>anrgye/ 仏

སིལ། /s<sup>h</sup>i/ 果物

སིལ་ཏོག། /s<sup>h</sup>itok/ 果物

སུ། /s<sup>h</sup>ə/ 誰

སུ་སུ། /s<sup>h</sup>ə s<sup>h</sup>ə/ 誰々

སུན། /s<sup>h</sup>ən/ つまらない, 退屈な, 面

倒くさい

སུབ། /s<sup>h</sup>əp/ (文字などを) 消す (命令形)

སུམ་ཅུ། /s<sup>h</sup>əmtɕə/ 三十

སོ་བོ། /s<sup>h</sup>iwo/ 背負い籠

སང་ག། /s<sup>h</sup>angɛ/ ライオン, 獅子

སེམ་མོ། /s<sup>h</sup>ɛnmo/ 爪

སེར་སྒ། /s<sup>h</sup>ɛrɲa/ ケチ

སེར་བ། /s<sup>h</sup>ɛra/ 霰, 雹

སེར་འོ། /s<sup>h</sup>ɛro/ 黄色い

སེམས་ཁུར་བྱེད། /s<sup>h</sup>ɛmk<sup>h</sup>ər yet/ 心配する (未完了形)

སེམས་རྒྱུར་བྱེད། /s<sup>h</sup>ɛmtɕ<sup>h</sup>oŋ yet/ 気をつける (未完了形)

སོ། /s<sup>h</sup>o/ 歯

སོ་རྩྱེལ། /s<sup>h</sup>oɾnyət/ 歯茎

སོ་འདེབས། /s<sup>h</sup>o ndɛp/ 噛む (未完了形)

སོ་མ། /s<sup>h</sup>oma/ 新しい, 新鮮な

སོ་མང་། /s<sup>h</sup>oɲa/ 櫛

སོ་མོ། /s<sup>h</sup>omo/ 櫛

སོ་སྒྲམ། /s<sup>h</sup>oɲan/ 歯磨き粉

སོ་ར། /s<sup>h</sup>ora/ 鎌

སོ་སོ། /s<sup>h</sup>os<sup>h</sup>o/ それぞれ

སོག། /s<sup>h</sup>ok/ 貯める, 貯える (命令形)

སོག་རྩ། /s<sup>h</sup>okrdar/ やすり

སོག་བོ། /s<sup>h</sup>okko/ モンゴル人

སོག་མ། /s<sup>h</sup>okma/ 麦わら

སོག་ལ། /s<sup>h</sup>okle/ のこぎり

སོང་། /s<sup>h</sup>oŋ/ 行く (完了形, 命令形)

སོད། /s<sup>h</sup>ot/ 殺す (命令形)

སོར། /s<sup>h</sup>or/ ~ソル (指一本分の長さ)

སོལ་བ། /s<sup>h</sup>owa/ 炭

སྒ། /sra/ 良い

སྒ་མོ། /sramo/ 丈夫な, 硬い

སྒ་ལ་བྱེད། /srala yet/ がんばる, 努力する

སྒ་ཤིང་། /srahyan/ ポプラ

སྒང་། /sraŋ/ 大通り, 街

སྒང་། /sraŋ/ ~サン (50 グラム)

སྒན། /sran/ 耐える, 我慢する (完了形)

སྒན་ཕྱ། /sransye/ 豆の粉

སྒན་མ། /sranma/ 豆

སྒབ། /srap/ 1. はみ, 2. 薄い

སྒབ་མདའ། /srapmda/ 手綱

སྒབ་བོ། /srapwo/ 薄い, 浅い

སྒམ། /sram/ カワウソ

སྒྱིང་། /sraŋ/ 伸ばす (未完了形)

སྒྱུ་མོ། /srəmo/ 兄嫁

སྒྱུར་། /sroŋ/ 護る, 防衛する (未完了形)

སྒྱུར་ཀ། /srəpka/ 割れ目, 裂け目

སྒྱུར་ས། /sroŋ/ 護る, 防衛する (命令形)

སྒྱེ། /sri/ 混ぜる (未完了形)

སྒྱེ་མོང་། /sremoj/ イタチ

སྒྱེག། /srak/ 焼く, やけどする (未完了形)

སྒྱེས། /sri/ 混ぜる (命令形)

རླེགས། /srak/ 焼く, やけどする (命令形)  
 རློ་མང་། /sroman/ シラミの卵  
 རློག། /srok/ 生命, 命  
 རློན། /sron/ 耐える, 我慢する (命令形)  
 རློངས། /sron/ 伸ばす (命令形)  
 རློག་པ། /htsokkwa/ 毛裏の上着  
 རློང་། /htson/ 乞う (未完了形)  
 རློབ། /htsop/ 学ぶ, 教える (未完了形)  
 རློབ་གྲ། /lhoptra/ 学校  
 རློས། /hle/ 編む (命令形)  
 རློངས། /htson/ 乞う (命令形)  
 རློབས། /htsop/ 学ぶ, 教える (命令形)  
 གསང་། /hsan/ 秘密にする (未完了形)  
 གསལ་བོ། /hsawo/ 明るい, はっきりした, 明晰な  
 གསངས། /hsan/ 秘密にする (完了形)  
 གསུམ། /hsəm/ 三  
 གསེ། /hsi/ (薪を) 割る (未完了形)  
 གསེར། /hsər/ 金  
 གསེས། /hsi/ (薪を) 割る (完了形)  
 གསོ། /hso/ 養育する, 飼育する (未完了形)  
 གསོག། /hsok/ 貯める, 貯える (未完了形)  
 གསོད། /hsot/ 殺す (未完了形)  
 གསོན་བོ། /hsonbo/ 生きている  
 གསོམ་པ། /hsomba/ 松の木

གསོར། /hsor/ ドリル, ねじまわし  
 གསོས། /hs<sup>o</sup>i/ 養育する, 飼育する (完了形, 命令形)  
 གསོངས། /hson/ 秘密にする (命令形)  
 བསད། /ḥsat/ 殺す (完了形)  
 བསམ་ཕྱོག། /ḥsamsyok/ 考え  
 བསམ་ཚུལ། /ḥsamts<sup>h</sup>ət/ 考え  
 བསགས། /ḥsak/ 貯める, 貯える (完了形)  
 བསངས། /ḥsan/ サン (香炉などでたく香草)  
 བསེལ་མོ། /ḥsimo/ 涼しい  
 བསུ། /ḥsə/ 迎える, 歓迎する (未完了形)  
 བསུབ། /ḥsəp/ (文字などを) 消す (未完了形, 完了形)  
 བསུས། /ḥsi/ 迎える, 歓迎する (完了形)  
 བསྐྱར། /ḥsran/ 耐える, 我慢する (未完了形)  
 བསྐྱངས། /ḥsran/ 伸ばす (完了形)  
 བསྐྱངས། /ḥsron/ 護る, 防衛する (完了形)  
 བསྐྱེས། /ḥsri/ 混ぜる (完了形)  
 བསྐྱེས། /ḥsrak/ 焼く, やけどする (完了形)  
 བསྐྱ། /hla/ 編む (未完了形)  
 བསྐྱས། /hle/ 編む (完了形)  
 བསྐྱངས། /ḥtsan/ 乞う (未完了形)

བསྐྱབས། /ḥtsap/ 学ぶ, 教える (完了形)



ར་ཀོ། /ha ko/ わかる, 理解する  
 ར་ཅང། /hatyan/ ととも, 非常に  
 ར་ནེ། /hane/ 全て, 全員  
 ར་ཡང། /hayan/ アルミニウム  
 ར་མ། /ham/ 靴  
 ར་མ་བཟོ། /hambzo/ 靴屋  
 རེ། /hɛ/ 靴  
 རེ་གྱི། /hɛgyə/ はさみ  
 རེ་མིག། /hɛmæk/ はさみ  
 རེབ་ལང། /hɛp lan/ うらやむ, ほしがる  
 རེབ་ལངས། /hɛp lan/ うらやむ, ほしがる  
 རོང་ཀྱ། /hongwa/ キュウリ  
 རོན་གྱི། /hon=gə/ ととも, 非常に  
 རུ་སྐྱུ། /xwasrən/ 落花生  
 ར། /sra/ 良い  
 རུ་ཁྱེ། /fugan/ 兄  
 རུ། /fən, pʰən/ (ジャガイモ, 緑豆

を原料とした) 平たいひも状のはる  
 さめ  
 ར། /lha/ 神, 仏  
 ར་ཁང། /lhakʰan/ お堂, 神廟  
 ར་བ། /lhawa/ シャーマン  
 ར་མོ། /lhamo/ 女神  
 ར་བཟོ། /lhabzo/ 仏像, 仏画職人  
 ར་ཡུལ། /lhayət/ 天界  
 ར་ས། /lhasʰa/ ラサ (中央チベットの地名)  
 རག། /lhak/ 余る  
 རན་བ་རྒྱ། /lhanba rgyak/ つぎをあてる (未完了形)  
 རུང། /hon/ 落ちる (未完了形)  
 རུངས། /hon/ 落ちる (完了形)  
 རོ། /lho/ 南  
 རོན་པོ། /lhoppo/ 気楽な, くつろいだ, リラックスした



# ཨ

ཨ་ཕྱུ། /ak <sup>h</sup> ə/ 父方のおじ	に発する感嘆詞)
ཨ་རྒྱ། /argya/ 父	ཨ་མྱེས། /amnye/ 祖先, 祖父
ཨ་ང་ཙི། /aŋatsə/ 蚊	ཨ་མཁའ། /asyaŋ/ 母方のおじ
ཨ་ཚེ། /aty <sup>h</sup> ɛ/ 姉	ཨ་ར། /ara/ ひげ
ཨ་མཚོ་དྲ། /amty <sup>h</sup> ot/ アムチヨル, 民家 を訪れて読経する僧	ཨ་རག། /arak/ 蒸留酒
ཨ་མདོ། /amdo/ アムド	ཨ་ལ་པ་ལ། /alapala/ 適当な, いいか げんな
ཨ་མེ། /ane/ おば	ཨ་ལོང། /along/ イヤリング
ཨ་པ། /apa/ 1. 父, 2. 兄 (ツェンザ地 方の方言)	ཨི། /ə-/ ~か? (疑問を表す接頭辞)
ཨ་པ། /ap <sup>h</sup> a/ 父	ཨུ་ར་ལྷ། /ərhtya/ 投石具
ཨ་པ། /awa/ 父	ཨི། /e-/ ~か? (疑問を表す接頭辞)
ཨ་པོ། /awo/ 兄	ཨོག་གློ། /okgo/ 肛門
ཨ་བ། /abra/ 土ネズミ	ཨོང་བ། /oŋwa/ 乾いた牛糞
ཨ་བུ། /abu/ 祖父	ཨོང་ཤ། /oŋhya/ 尻
ཨ་མ། /ama/ 1. 母, 2. まあ (驚いた時	ཨོལ་མདུད། /umdət/ 喉仏

Amdo Tibetan Glossary  
for ILCAA Intensive Language Course 2010, Textbook 3

アムド・チベット語語彙集  
平成 22 年度言語研修 アムド・チベット語 テキスト 3

平成 22 年 8 月 6日 発行

編者 海老原 志穂

発行 東京外国語大学  
アジア・アフリカ言語文化研究所  
〒183-8534 東京都府中市朝日町 3-11-1  
TEL 042-330-5600

印刷 株式会社インフォテック  
〒206-0033 東京都多摩市落合 2-6-1  
TEL 042-311-3355

© Shiho EBIHARA  
ISBN 978-4-86337-068-5

ISBN 978-4-86337-068-5

