

Noriko's Blog

長距離フライト

皆さんの住んでいる国から日本へ行くのに、何時間かかりますか。もちろんアメリカやヨーロッパなどから日本へ旅行する際には、長時間のフライトに乗らないといけませんね。そして、長距離フライトは疲れやすく、時差ぼけにもなりやすいです。

私が去年日本に帰ったときのロンドンー羽田間のフライトは、約14時間でした。写真にあるように、ルートは、アラスカやグリーンランド、アイスランド上空を通過する北回り。映画を数本見てもまだ時間が余るぐらいの長時間で、本当に退屈になりました。本もたくさん読めたけど、それでもなかなか日本に着かない！14時間は本当に長かったです。

そのフライトは、当時、まだコロナの影響で乗客が少なかったので、私は4席分、自由に使えました。それはラッキーだったけど、行きのフライトでは、全然寝られなかったんです・・・そのせいか、ひどい時差ボケがありました。普通は、数日で治るはずなのに、今回は約1週間ずっと時差ボケの状態でした。

今年は夫の実家があるペルーに帰ろうと思っています。約5年ぶりのペルーになりますが、ペルーへ行くのも長距離フライトです。お金があれば、ビジネスクラスでゆったりと旅行ができるけど、私はいつもエコノミー。皆さんは、長距離フライトを快適に過ごすために、何をしますか。

時差ぼけ (じさぼけ)

Jet lag

上空 (じょうくう)

In the sky

通過 (つうか)

Pass by

北回り (きたまわり)

Northern route

時間が余る (じかんがあまる)

Have spare time

退屈な (たいくつな)

boring

影響 (えいきょう)

impact

乗客 (じょうきゃく)

passenger

席 (せき)

seat

治る (なおる)

heal

快適な (かいてきな)

comfortable

経路 (けいろ)

route

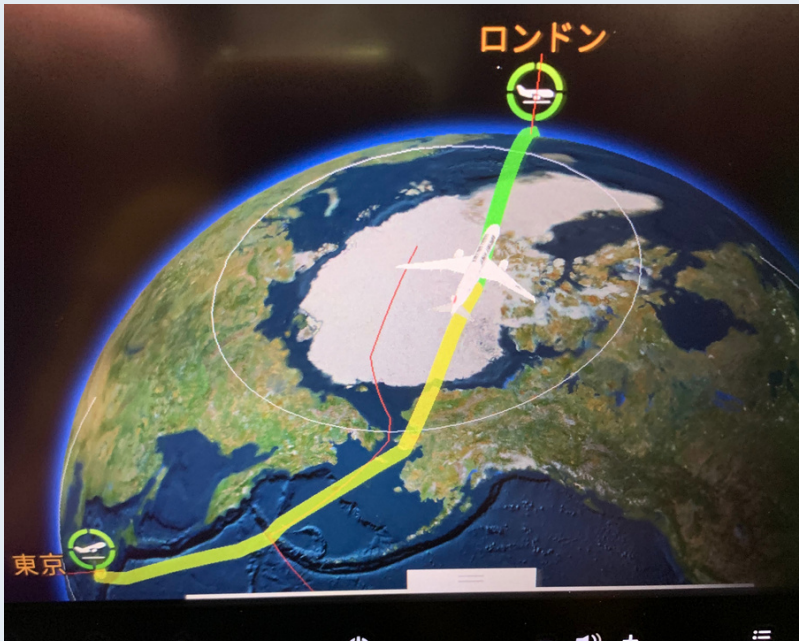
機内 (きない)

in-flight

Noriko's Blog

長距離フライト

単語	ふりがな	英語訳	日本語例文	英語例文
時差ボケ	じさボケ	Jet lag	長いフライトの後、時差ボケになった。	I experienced jet lag after a long flight.
上空	じょうくう	In the sky	飛行機が上空を飛んでいる。	The airplane is flying in the sky.
通過	つうか	Pass by	電車が駅を通過した。	The train passed by the station.
北回り	きたまわり	Northern route	この航空便は北回りで飛んでいる。	This flight is flying on a northern route.
時間が余る	じかんがあまる	Have spare time	旅行先で時間が余ったので、博物館に行った。	I had spare time on my trip, so I went to a museum.
退屈な	たいくつな	boring	この本は全然退屈じゃない。	This book is not boring at all.
影響	えいきょう	impact	彼の言葉は私たちに大きな影響を与えました。	His words had a great impact on us.
乗客	じょうきゃく	passenger	その飛行機にはたくさんの乗客がいました。	There were a lot of passengers on the airplane.
席	せき	seat	あなたの席はどこですか？	Where is your seat?
治る	なおる	heal	彼のけがはすぐに治りました。	His injury healed quickly.
快適な	かいてきな	comfortable	この椅子はとても快適です。	This chair is very comfortable.
経路	けいろ	route	地図を見て、最短経路を調べてください。	Please check the shortest route on the map.
機内	きない	in-flight	機内での携帯電話の使用は禁止されています。	In-flight use of mobile phones is prohibited.



Audio (MP3)



Let's Talk

- 皆さんの住んでいる国から日本へ行く経路を教えてください。何時間かかりますか。
- 長距離フライトを快適に過ごす方法を考えましょう。
- 機内で何をしますか。
- ひどい時差ボケの経験がありますか。

How long does it take to travel from your country to Japan? Of course, when traveling to Japan from countries like the United States or Europe, you have to take a long flight. Long flights are tiring and can easily cause jet lag.

When I went back to Japan last year, my flight from London to Haneda took about 14 hours. As shown in the picture, the route goes north passing over Alaska, Greenland, and Iceland. Even after watching several movies, I still had plenty of time to spare and got really bored. I was able to read a lot of books, but it still took a long time to get to Japan! 14 hours was really long.

At that time, there were few passengers due to the impact of the coronavirus, so I was lucky enough to use four seats freely. However, I couldn't sleep at all on the flight there...maybe that's why I had terrible jet lag. Normally, it should have been cured in a few days, but last time I was in a jet lag state for about a week.

This year, I plan to return to Peru where my husband's family lives. It will be my first time back in Peru in about five years, but traveling to Peru is also a long-distance flight. If I had the money, I could travel comfortably in business class, but I always travel in economy. What do you do to make long-distance flights more comfortable?