

# ～一方だ (不斷地越來越～・單向變化)

「～一方だ」(不斷地越來越～(單向變化)) — ① 句型と例句

N3・CEFR B1

姓名： 日期：

**STEP 1・先讀懂句型**：先看下面的句型公式與說明，再把例句一句一句唸出聲音。看懂了、唸熟了，再翻到第 2 頁自己動筆寫。



柴犬老師陪你學！

## 動詞辭書形 → 一方だ → 朝一個方向不斷加劇 (停不下來)

「～一方だ」表「某個變化只朝一個方向(單向)持續進行、而且越來越強、看不到停止或反轉的跡象」。中文像「一直越來越～」「不斷地～下去」。

接續：

①動詞辭書形一方だ：「増える\*\*一方だ\*\*」「減る\*\*一方だ\*\*」「悪化する\*\*一方だ\*\*」「上がる\*\*一方だ\*\*」。

※前面要用「會變化的動詞」(増える・減る・上がる・下がる・進む・悪化する・広がる)。

※不接い形容詞・な形容詞、不接名詞、不接ます形。要表名詞的單向增加可用「増える一方だ」這種動詞化說法。

用法重點：

①「單一方向」：只往一邊跑(一直增加、或一直減少)、不會時增時減。

②「持續・停不下來」：強調「沒有要停的意思、沒有反轉」、帶一種趨勢失控、無法阻止的語感。「ストレスは増える\*\*一方だ\*\*」(壓力一直在增加、停不下來)。

③好壞皆可、但負面居多：可以是好方向(人気は高まる一方だ=人氣不斷上升)、也可以是壞方向(成績は下がる一方だ)。實際使用上「往壞的方向」較常見、語感偏「擔憂・無奈」。

最重要對比 — 一方だ vs につれて (57-1)：

・「一方だ」=「\*\*同一件事\*\*自己朝一個方向一直變」、句中只要一個變化主體、不需要另一件事連動。「物価は上がる\*\*一方だ\*\*」(物價自己一直漲)。

・「につれて」=「\*\*A 變、B 也跟著變\*\*」兩件事連動的比列變化、需要兩個主體。「時間が経つ\*\*につれて\*\*、痛みが消えた」。

→ 判別：句子只描述「一件事一直往一邊走」用一方だ；描述「A 連帶 B 一起變」用につれて。

補充對比 — 一方だ vs ばかりだ：

・兩者都表單向持續變化、但「～ばかりだ」只能用於「壞的方向」(悪化するばかりだ)、「～一方だ」好壞皆可。所以「人気は高まる一方だ」可以、但「人気は高まるばかりだ」不自然。

注意：

①不要和 55-3 「～方(で)」(一方面…另一方面…的對比並列) 搞混：那個是「對比」、這個是「單向變化」。形雖像、意思完全不同(一方で=對比/一方だ=越來越)。

②前接動詞要選「有方向性的變化動詞」、靜態動作(食べる・読む)不適合。

③句尾固定「一方だ/一方です/一方だった」。

## 例句 (9 句)

物価は上がる一方だ。(ぶっかはあがる いっぽうだ。) 物價一直在漲，沒有要停的意思。

少子化は進む一方です。(しょうしかはすすむ いっぽうです。) 少子化越來越嚴重。

彼の体調は悪くなる一方だ。(かれのたいちょうはわるくなる いっぽうだ。) 他的身體狀況越來越差。

仕事が増えて、ストレスはたまる一方だ。(しごとがふえて、ストレスはたまる いっぽうだ。) 工作變多，壓力不斷累積。

地球の気温は上がる一方です。(ちぎゅうの きおんは あがる いっぽうです。) 地球的氣溫一直在上升。

練習しないので、技術は落ちる一方だ。(れんしゅう しないので、ぎじゅつは おちる いっぽうだ。) 因為不練習，技術一直在退步。

この町の人口は減る一方だ。(この まちの じんこうは へる いっぽうだ。) 這個城鎮的人口不斷減少。

その歌手の人気は高まる一方だ。(その かしゅの にんきは たかまる いっぽうだ。) 那位歌手的人氣不斷上升。

対策を取らなければ、状況は悪化する一方だ。(たいさくを とらなければ、じょうきょうは あつかする いっぽうだ。) 如果不採取對策，情況只會越來越糟。

# ～一方だ (不断地越来越～・單向變化)

「～一方だ」(不断地越来越～(單向變化)) — ② 練習

N3・CEFR B1

姓名： 日期：

**STEP 2・自己寫寫看：**看左邊的提示詞，在底線上寫出完整的日文句子，記得加上正確的助詞與句尾。寫完再翻到第 3 頁對答案。

動詞辭書形 → ＋一方だ → 朝一個方向不斷加劇 (停不下來)

1 提示：物價・上がる (ぶっか)

2 提示：少子化・進む (しょうしか)

3 提示：体調・悪い (たいちょう)

4 提示：ストレス・たまる (ストレス)

5 提示：気温・上がる (きおん)

6 提示：技術・落ちる (ぎじゅつ)

7 提示：人口・減る (じんこう)

8 提示：人気・高まる (にんき)

9 提示：状況・悪化 (じょうきょう)

10 提示：(異)「一方だ」vs「につれて」(ちがい)

11 提示：(畏) 「一方だ」 vs 「一方で」 (いっぽうで)

---

12 提示：(畏) 接續變化動詞 (じしょけい)

---

13 提示：(自由) 借金 (しゃっぎん)

---

14 提示：(自由) 需要 (じゅよう)

---

15 提示：(自由) 信頼 (しんらい)

---

16 提示：売上・伸びる (うりあげ)

---

17 提示：渋滞・ひどい (じゅうたい)

---

18 提示：費用・かさむ (ひよう)

---

19 提示：格差・広がる (かくさ)

---

20 提示：観光客・増える (かんこうきゃく)

---

21 提示：森林・減る (しんりん)

---

22 提示：不安・募る (ふあん)

---

# ～一方だ（不断地越來越～・單向變化）

「～一方だ」（不断地越來越～（單向變化）） — ③ 解答

N3・CEFR B1

姓名： 日期：

**STEP 3・對答案：**以下為已驗證的模範解答。標示「參考解答」者為開放式題目的其中一種正解，並非唯一答案。

**1** 提示：物價・上がる（ぶっか）

**物價は上がる一方だ。**（ぶっかは あがる いっぽうだ。）

ぶっかは あがる いっぽうだ。

物價一直漲。

**2** 提示：少子化・進む（しょうしか）

**少子化は進む一方です。**（しょうしかは すすむ いっぽうです。）

しょうしかは すすむ いっぽうです。

少子化越來越嚴重。

**3** 提示：体調・悪い（たいちょう）

**彼の体調は悪くなる一方だ。**（かれの たいちょうは わるく なる いっぽうだ。）

かれの たいちょうは わるく なる いっぽうだ。

他身體越來越差。

**4** 提示：ストレス・たまる（ストレス）

**仕事が増えて、ストレスはたまる一方だ。**（しごとが ふえて、ストレスは たまる いっぽうだ。）

しごとが ふえて、ストレスは たまる いっぽうだ。

壓力不斷累積。

**5** 提示：気温・上がる（きおん）

**地球の気温は上がる一方です。**（ちきゅうの きおんは あがる いっぽうです。）

ちきゅうの きおんは あがる いっぽうです。

気温一直上升。

**6** 提示：技術・落ちる（ぎじゅつ）

**練習しないので、技術は落ちる一方だ。**（れんしゅう しないので、ぎじゅつは おちる いっぽうだ。）

れんしゅう しないので、ぎじゅつは おちる いっぽうだ。

不練技術一直退步。

**7** 提示：人口・減る（じんこう）

**この町の人口は減る一方だ。**（この まちの じんこうは へる いっぽうだ。）

この まちの じんこうは へる いっぽうだ。

人口不斷減少。

8 提示：人気・高まる (にんき)

その歌手の人気は高まる一方だ。(そのかしゆの にんきは たかまる いっぽうだ。)

その かしゆの にんきは たかまる いっぽうだ。  
人気不斷上升。

9 提示：状況・悪化 (じょうきょう)

対策を取らなければ、状況は悪化する一方だ。(たいさくをとらなければ、じょうきょうは あつかする いっぽうだ。)

たいさくをとらなければ、じょうきょうは あつかする いっぽうだ。  
不處理只會越來越糟。

10 提示：(異)「一方だ」vs「につれて」(ちがい)

(一件事單向) 物価は上がる\*\*一方だ\*\* / (兩件事連動) 時間が経つ\*\*につれて\*\*痛みが消えた

ちがい  
一件事一直變用一方だ、兩件事連動用につれて。

11 提示：(異)「一方だ」vs「一方で」(いっぽうで)

(單向變化) 忙しくなる\*\*一方だ\*\* / (對比並列) 仕事は忙しい\*\*一方で\*\*、給料はいい

いっぽうで  
一方だ=越來越、一方で=一方面…另一方面 (55-3)。

12 提示：(異) 接續變化動詞 (じしょけい)

増え\*\*一方だ\*\* (×) → 増える\*\*一方だ\*\* (○) / 忙しい\*\*一方だ\*\* (×・形容詞不可) (じしょけい)

じしょけい  
用變化動詞辭書形、不用ます形、不接形容詞名詞。

13 提示：(自由) 借金 (しゃっきん)

参考解答

返済が滞り、借金は膨らむ一方だ。(へんさいが とどこおり、しゃっきんは ふくらむ いっぽうだ。)

へんさいが とどこおり、しゃっきんは ふくらむ いっぽうだ。  
還款停滯，欠債不斷膨脹。

14 提示：(自由) 需要 (じゅよう)

参考解答

高齢化で、介護の需要は増える一方だ。(こうれいかで、かいごの じゅようは ふえる いっぽうだ。)

こうれいかで、かいごの じゅようは ふえる いっぽうだ。  
因高齢化，照護需求不斷增加。

15 提示：(自由) 信頼 (しんらい)

参考解答

約束を破ってばかりで、彼への信頼は下がる一方だ。(やくそくをやぶってばかりで、かれへの しんらいは さがる いっぽうだ。)

やくそくをやぶってばかりで、かれへの しんらいは さがる いっぽうだ。  
老是違背約定，對他的信任不斷下降。

16 提示：売上・伸びる（うりあげ）

**新商品が好評で、売上は伸びる一方だ。**（しんしょうひんが こうひょうで、うりあげは のびる いっぽうだ。）

しんしょうひんが こうひょうで、うりあげは のびる いっぽうだ。  
新品受好評，銷售不斷成長。

17 提示：渋滞・ひどい（じゅうたい）

**車が増えて、渋滞はひどくなる一方だ。**（くるまが ふえて、じゅうたいは ひどく なる いっぽうだ。）

くるまが ふえて、じゅうたいは ひどく なる いっぽうだ。  
車增多塞車越來越糟。

18 提示：費用・かさむ（ひよう）

**工事が長引き、費用はかさむ一方だ。**（こうじが ながびき、ひようは かさむ いっぽうだ。）

こうじが ながびき、ひようは かさむ いっぽうだ。  
工程拖延費用不斷增加。

19 提示：格差・広がる（かくさ）

**社会の格差は広がる一方だ。**（しゃかいの かくさは ひろがる いっぽうだ。）

しゃかいの かくさは ひろがる いっぽうだ。  
社會差距不斷擴大。

20 提示：観光客・増える（かんこうきゃく）

**円安で、外国人観光客は増える一方だ。**（えんやすで、がいこくじん かんこうきゃくは ふえる いっぽうだ。）

えんやすで、がいこくじん かんこうきゃくは ふえる いっぽうだ。  
日圓貶值，外國遊客不斷增加。

21 提示：森林・減る（しんりん）

**開発が進み、森林は減る一方だ。**（かいはつが すすみ、しんりんは へる いっぽうだ。）

かいはつが すすみ、しんりんは へる いっぽうだ。  
開發推進森林不斷減少。

22 提示：不安・募る（ふあん）

**返事が来ず、不安は募る一方だ。**（へんじが こず、ふあんは つのる いっぽうだ。）

へんじが こず、ふあんは つのる いっぽうだ。  
沒收到回覆，不安越來越強。