

자주 vs 가끔 vs 종종

よく・しょっちゅう・時々・たまに・しばしば・ちょくちょく

3つとも頻度を表しますが、程度が違います。자주는「よく」、가끔は「時々・たまに」、종종はその間の「しばしば」で、やや硬い語です。

■ひと目で比較

単語	中心の意味	ニュアンス・使い方	よく使う形
자주	よく、しょっちゅう	頻度が最も高い。얼마나と一緒に使えるのはこれだけ。아주・너무で強調できる。	자주 가다/만나다 얼마나 자주
가끔	時々、たまに	頻度が低い。가끔씩、가끔은、아주 가끔(ごくたまに)の形でもよく使う。	가끔(가끔씩, 가끔은) 아주 가끔
종종	しばしば、ちょくちょく	2つの中間。やや書き言葉的で、ニュースでもよく使う。普通は強調しない。	종종 있다 종종 -곤 하다

■違いのポイント

- 頻度の順番。자주(よく) > 종종(しばしば) > 가끔(時々)の順です。週4回行くなら 자주、年に1、2回なら 가끔 です。
- 「どのくらいよく」は 자주 だけ。얼마나 자주 와요? (どのくらいの頻度で来ますか) ○ / 얼마나 가끔 와요? ×。아주 자주 (とてもよく)、아주 가끔 (ごくたまに) は自然ですが、아주 종종 は不自然です。
- 「よく」= 자주 と 잘 の区別。日本語の「よく」は頻度にも上手さにも使いますが、韓国語では分かります。「よく行きます」は 자주 가요、「よくできました」は 잘했어요 です。
- 「あまり～ない」は 자주 안。 「お酒はあまり飲みません」は 술은 자주 안 마셔요 です。가끔 안 마셔요 は「時々飲まない日がある」という別の意味になります。

■もう一步

「毎週末」のような規則的な繰り返しは **마다** を使って **주말마다 운동해요** と言います。가끔 は 가끔씩 とも言い、가끔은 は「たまには」の意味です。가끔은 쉬어야 해요 (たまには休まないといけません)。

■練習問題

- 얼마나 ____ 한국 음식을 먹어요?
 - 요리는 잘 안 해요. 아주 ____ 해요.
 - 고향에는 1년에 한두 번, ____ 가요.
 - 일주일에 다섯 번이나 가니까 정말 ____ 가는 편이에요.
 - 겨울철에는 이런 사고가 ____ 발생한다. (뉴스 문체, ‘자주’와 ‘가끔’의 중간)
- 答え: 1 자주 · 2 가끔 · 3 가끔 · 4 자주 · 5 종종

■例文

- 저는 주말에 친구들과 자주 만나요.
私は週末によく友達と会います。
- 이 카페에 자주 와요?
このカフェにはよく来ますか?
- 가끔 혼자 영화를 봐요.
時々一人で映画を見ます。
- 요즘도 가끔 그 사람 생각이 나요.
今でもたまにあの人のことを思い出します。
- 비가 오면 버스가 종종 늦게 와요.
雨が降ると、バスがちょくちょく遅れて来ます。
- 할머니 댁에 종종 놀러 가요.
祖母の家にちょくちょく遊びに行きます。

■どれが入る？

文	자주	가끔	종종
얼마나 ____ 운동해요?	◎	×	×
1년에 한두 번, 아주 ____ 고향에 가요.	×	◎	×
이런 실수는 초보자에게서 ____ 볼 수 있다.	◎	○	◎
시험에 ____ 나오는 단어부터 외우세요.	◎	○	○
자주는 아니지만 ____ 연락해요.	×	◎	○

◎ 自然 ○ 可能 △ 不自然 × 誤り

■まちがえやすい点

- × 얼마나 가끔 운동해요?
○ 얼마나 자주 운동해요?
「どのくらいの頻度」は必ず 얼마나 자주 です。가끔 や 종종 は 얼마나 と組み合わせられません。
- × 술을 좋아하지 않아서 가끔 안 마셔요.
○ 술을 좋아하지 않아서 자주 안 마셔요.
「あまり飲まない」は 자주 안 마셔요 です。가끔 안 마셔요 は「時々飲まない」になり、理由と合いません。
- × 한국어를 자주 하시네요! 발음이 정말 좋아요.
○ 한국어를 잘하시네요! 발음이 정말 좋아요.
「韓国語がよくできますね」の「よく」は上手さなので 잘 です。자주는頻度だけを表します。