

阿波生活

2021.5

德岛县国际交流协会





离别赠言

德島県国際交流協会 常務理事兼事務局長 阿部 篤

我不久前刚写了就职问候，没想到这么快就要写离别赠言了。虽然只有一年的时间，但是能和有个性的大家一起渡过这一年，工作很愉快。

特别是咨询业务，能具体帮助到德岛在住的外国人，真是太好了。咨询业务并不只是把问题推给其他机构就结束，而是一直尽力关心到问题解决为止。真的有很多外国人抱有各种各样的困难，我觉得还有很多要做的事情，很遗憾。

住在德岛的外国人中，20多岁和30多岁的人占了7成。大多很年轻。另一方面，德岛地区社会的高龄化正在加剧。我觉得年轻的外国人，不仅仅是工作，在地区社会也能起到作用就好了。如果能把现在被帮助的外国人，在不久的将来变成能帮助别人的人，那就太棒了。

我想以建设那样的社会作为毕生的目标，在今后的工作和生活中继续贡献自己的力量。今后如果能和大家在哪里相遇，再一起工作的话我会很开心的。这一年真的非常感谢。

就职问候

德島県国際交流協会 常務理事兼事務局長 原内孝子



你好。我是从4月开始继任阿部常务理事工作的原内孝子。

之前，我在德岛县厅从事保健、福利、教育、地方创生等工作。

对要保护的儿童、需要护理或痴呆症的老人提供帮助、帮助残疾人就业、推进文化、艺术、体育活动、引进网上工作等新的工作方式等。

我接待过来自海外（特别是韩国、中国的政府要人、大型企业的重要人员等），他们中的很多人是来考察德岛县的地方创生和高龄化对策，这让我认识到地方的高龄化、人口过少、地方创生在哪个国家都是一个很大的课题。

另外，距离东京奥运会·残奥会开幕还有100天，为了避免新型冠状病毒感染扩大日本可能会放弃接受海外观众，由于新冠而引起的困难局面仍在持续。但是我希望以共生社会为目标的奥运会和残奥会能够顺利举办，并且通过与来自德国、乔治亚等国参加赛前训练的选手的交流，以及，东道主的圣火活动等，能促进德岛的国际交流。

我虽然力量微薄，但我想和大家齐心协力，为国际交流协会的发展贡献一份力量，请多关照。



就 职 问 候

作者 多种语言咨询员 真子

我是这次接替前任铃江智惠工作，从4月1日开始担任 TOPIA 的多语言窗口咨询员的英语负责人小林真子。多语言咨询员的工作，主要是面向访问德岛的外国游客的观光指南和居住在德岛的外国人的生活工作学习等咨询。我出生在德岛县阿南市，5岁以后在广岛县、兵库县、大阪府生活过。



除了德岛县以外，还有许多日本引以为豪的优秀的都道府县。虽然由于新型冠状病毒感染的扩大而很难去其他县旅行，但还是希望能早日回到能轻松愉快地旅行的日子。到那个时候请大家一定要去日本的中国地区和关西地区看看。

另外，在我所属的 TOPIA 还有日语教室和日语辩论大会等活动。日语教室对应每个人不同的语言水平，介绍相适应的课程，还可以学习到日本季节性的活动和德岛的生活。想学日语的人请一定要利用。

在久违的德岛，我自己也再次发现了德岛的精彩之处，期待着能和前来 TOPIA 的各位共享它的美好之处。

就 职 问 候

地区外国人协调员 小林 功

大家好。我叫小林功。从4月1日开始，作为“地区外国人协调员”在德岛国际交流协会工作。我的主要业务是，应对外国人的咨询，与县内的各市町村和国际交流协会合作等，帮助在住的外国人。

在地方上国际化也在急速发展中，为了让住在德岛县的很多外国人能够安心生活，我们将以多文化共生的社会为目标，致力于业务，希望大家能够齐心协力。



就 职 问 候

作者 社会体验研修生 吉本 娟代 老师

初次见面，我是吉本 娟代。今年春天，我作为长期社会体验研修生开始在德岛县国际交流协会（TOPIA）工作，2019年12月以后 新型冠状病毒在短时间内在全世界蔓延。由于新冠流行我们的一些固定的观念也改变了。以前觉得绝对不可能的事，事实上被证实是可行的。



国际化在不断加速中，我们每个人都要加深对国际社会的理解，接受其多样性，相信全世界共同携手的一天，一定会实现。

这新的一年，对于我自己将是学习提高的机会，希望能把这些经验带到以后的学校教学中。

为此，我要保持健康的身体。我首先决定每天从家里步行6公里上班，这样一年后我是否能瘦身成功？

以上 请大家多多关照。



为了与世界共同进步的德岛

JICA（国际合作机构）德岛国际合作推进员 森 阳子

初次见面。我是 2021 年 2 月开始就任德岛县国际合作推进员的森阳子。

从 2017 年 4 月开始，作为青年海外协力队员被派遣到加纳 2 年。在当地的职业训练学校作为电脑教师进行了计算机基础知识的指导和基本操作的实习。虽然有很多不习惯的事情，但是在加纳生活了 2 年，获得了新的想法和观点，是非常宝贵的时间和经验。

由于这个经历，我想从事国际合作的工作。我出生于冈山县仓敷市。因为新的工作搬家来到德岛。我对德岛的了解，仅限于酸橘、鸣门的漩涡和有名的地方的知识，我还有很多不知道的事情，今后我想通过增加与各种各样的地方和人的接触、来进一步了解德岛县的魅力。我想用自己的眼睛看，用耳朵听，不断地发现德岛县的魅力！

JICA 德岛办公桌作为地区 JICA 窗口，正在开展连接发展中国家和德岛县的工作。最近在推进 SDGs 和促进外国人就业，地区和海外的接触点在不断增加。我想成为能让地区关注到海外的桥梁。

对国际合作、国际交流、JICA 志愿者等感兴趣的朋友，请务必与德岛县 JICA 服务台联系。我随时都希望可以拓展空间，期待着大家！

日本文化 5月の特別な日（語呂合わせ）

作者 野水 祥子

5月の特別な日（語呂合わせ）

みなさん、「語呂合わせ」を知っていますか？「よろしく」を「4649」としたり、「おはよう」を「0840」とするのが有名です。数字や文字にほかの音やほかの意味をかさねて作ります。このように数字の読みかたの「いちにさん・・・」や、「ひいふうみい・・・」、「ワン ツー スリー・・・」を組み合わせて、語呂合わせを作るのです。すこし発音をかえて無理矢理に作ることもあります。毎日の生活の中でも、語呂合わせをして、その日を特別な日にしています。

5月1日恋の日、5月2日交通の日、5月3日（ゴミの日）、5月6日（ゴムの日）、5月10日（コットンの日）、5月18日（ことばの日）、5月22日（ご夫婦の日）、5月3日（ゴミゼロの日）などです。

調べるといろんな特別な日が5月にもありますね。

このほか 歴史の年号や車のナンバープレート、会社や店の電話番号など、いろんなもので語呂合わせをします。皆さんのお国にも語呂合わせはありますか？

単語

語呂合わせ 双关语

発音 发音

無理矢理 强加于

歴史の年号 历史年号

コットン 棉

ナンバープレート 车牌



希望之路

作者 村上 久美子

‘Hope Lights Our Way’ 连接希望之路。相互支持、相互认同、相互提高的心，联系着的圣火之光，将成为新时代的日出，照亮人们希望的道路。”这是 2020 东京奥运会圣火传递的理念。

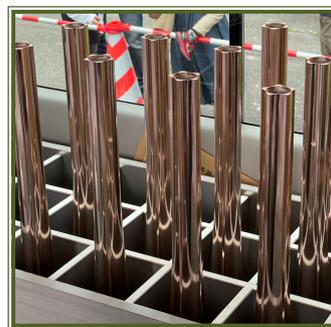
2019 年 7 月～8 月，圣火传递者在招募，奥运会火炬手选定的基本条件中有“以实现共生社会为目标而努力的人”这一条件。



作为小松岛市国际交流协会会员，我从事国际交流已经 30 多年了。最近，我在帮助从外国来的孩子们学习日语。那些孩子有时看不到自己的将来，失去信心和希望。但是，我帮助他们要建立信心，抱有希望。这也是我应聘火炬传递者的动机。

2019 年 12 月 25 日，东京 2020 年奥运会委员会发布了火炬手评选结果的通知。

我被选为小松岛市的火炬传递者！



这是我最好的圣诞礼物。我和被我帮助的孩子们还一起上了电视节目。但是，因为新冠，奥运延期了一年。很遗憾，我告诉自己“总有一天会跑的！”每天都坚持练习跑步。

2021 年 4 月 16 日，终于到了能跑的日子。但是天气预报说要下雨，前一天孩子们给我做了祈祷晴天的娃娃，绝对不能下雨！我们要一起享受圣火传递！

我准备好了彩虹色的跑鞋鞋带。

当天是阴天，但是没下雨就可以跑了。我的路线是在阿南和小松岛之间跑 200 米。圣火传递很开心，也很紧张，工作人员们的引导做得很好。沿途也很注意预防新冠传染，有很多人前来观看。在众多的声援中，我以幸福的心情跑完了 200 米。大约用了两分钟。我已经跑了 20 次全程马拉松，但是没有比这 200 米跑得更开心的了。通过网络的实况转播，日本全国的人们也都可以看到。

圣火传递结束后，我马上把带回家的火炬带给了学习日语的孩子们和外国妈妈们，大家都笑逐颜开！我几乎把火炬交给了每一个我遇到的人，拿着火炬的人，无论是谁都会露出笑容，我非常开心。

“希望之光将世界连接起来”。火炬传送给了我一生一次的非常宝贵的快乐体验。感谢支持我的大家。我祈祷 2020 东京奥运会的顺利举办。

4 月 15 日、16 日，德岛县 24 个市町村迎来了圣火传递。本协会的日语指导支援志愿者村上老师活跃在 50 名火炬手之中，满怀着祝福，跑了 200 米。写下了宝贵的体验感想。

日语教室

作者 山田 多佳子 老师

这个月和下个月我们学习「～て」「～って」的使用，这些词常用于日常会话，但在初级日语的课本中没有学到过。

1. 「と」→「て」「って」

* 「禁煙」は英語で 何「と」言いますか。

→ 「禁煙」は英語で 何「て」言いますか。

(「何」のあとは、「て」になります)

* “No smoking” 「と」言います。

→ “No smoking” 「って」言います。

* 林さんは、かぜをひいたので今日は休む 「と」言っていました。

→ 林さんは、かぜをひいたので今日は休む 「って」言っていました。

2. 「という」+名詞→「っていう」・「って」+名詞

* 田中さん「という」人から電話がありました。

→ a. 田中さん「っていう」人から電話がありました。

→ b. 田中さん「って」人から電話がありました。

* キムさんが国へ帰る「という」うわさを聞きました。

→ a. キムさんが国へ帰る「っていう」うわさを聞きました。

→ b. キムさんが国へ帰る「って」うわさを聞きました。

练习下面的句子，「て」と「って」的变化使用。

① “Good Bye” は日本語で何と言いますか。

② 「さようなら」と言います。

③ 天気予報で、「明日は雨が降る」と言っていました。

④ 「マハラジャ」というレストランを知っていますか。

⑤ 日本には家の中で靴を履かないという習慣があるのを知っていますか。



- ① “Good Bye” は日本語で何「て」言いますか。
 ② 「さようなら」 「て」言います。
 ③ 天気予報で、「明日は雨が降る」 「て」言っていました。
 ④ 「マハラジャ」 というレストランを知っていますか。
 ⑤ 日本には家の中で靴を履かないという習慣があるのを知っていますか。

答案

春天山菜宣告冬天的结束

作者 Lance Kita

冬天过后，随着天气变暖，从冰冻的大地里钻出了新绿的嫩芽，捕食者从森林向田野寻找新鲜的山菜。今天向大家介绍4种在超市、农产品市场、餐厅也能见到的山菜。（如果您想自己采集，请和有经验的人一起，试试在什么地方可以找到哪一种山菜也是一种乐趣。）

つくしー土筆（笔头草）



笔头草在农耕地、沟渠、草长得茂盛的平地、路边的绿地也能非常好地成长，所以是初学者最容易采摘的山菜之一（但也请听从经验丰富的人的意见）。新芽有细长的茎和椭圆形的头。因为含有苦的成分，所以请先去掉外侧的皮，在茎上加入少许盐和醋后烫过，然后用清水洗几次。笔头草在一杯味噌汤里增添了绝妙的苦味。另外，也可以腌制、或用味噌或甜酱油炒，也可以加鸡蛋炒。

フキノトウー露の臺（蜂斗菜）



这些被嫩绿的叶鞘覆盖的巨大的芽在超市和直营市场，这个时期也很常见。肉质厚、有点苦的新芽大多被做成天妇罗（撒上抹茶盐或紫苏盐也很适合）。还可以切成碎末，和味噌一起炒。味噌蜂斗菜和着刚煮好的米饭一起吃，或者放在正方形的豆腐上，或者作为烤串魔芋的配菜，是很棒的。这个蜂斗菜味噌也同样可以在超市购买到。

ワラビ（蕨菜）



这是食用的线圈状的蕨菜。是蕨菜中最有名的，但是为了洗去苦味，需要事先浸渍和煮沸。最容易的是买事先泡好，装在瓶里的茶色蕨菜茎。把这些柔软的茎切成1cm，用酱油等和胡萝卜、竹笋、油豆腐等其他食材一起煮。这是在韩国料理中也经常出现的山菜。在煮米饭之前可加入米饭中一起煮。

タラの芽（榎木芽）



这是榎木树上新发的叶子。在乡间的正规超市和农产品市场可以找到。有着独特的，好吃的味道，可以炸成天妇罗，撒上盐吃会很棒。用油炒也很好吃。

如果是习惯了蔬菜的苦味的人，做成沙拉也不错。

新鲜的山菜可以享用的季节很短暂。在超市看到的话，请马上下手。苦味通常并不是与美味相关联的味道，但对于日本人来说，从这些季节性很强的食材中可以真切地体会到新的季节已经来到。

有趣日语

みっかぼうず
三日坊主

形容无法坚持，不久就放弃的人。

例句

ダイエットに何度、挑戦しても、失敗してしまう。いつも、三日坊主で長続きしないから……
好几次挑战减肥，但是都失败了。都因为不能坚持。



户外露营，休闲处



岳人森林露营地（四国山岳植物园岳人の森キャンプ場）

是稀少植物盛开的乐园

位于四国山地的东端，是一个视野极佳的山岳地。天晴的话可以眺望大鸣门桥和淡路岛。在修整好的自然林中，同时种植了 1500 多株杜鹃花和许多稀有植物，盛开的“山岳植物园”。通常 5 月上旬会举办“芍药节”，今年是否能举办请查网上发布的消息。

地址：徳島県名西郡神山町上分中津 931



轻井泽休闲乐园（軽井沢レジャーランド）

自然之川，观赏（鱼・小鸟们）享受大自然吧。

沿着鲇喰川的清流，被美丽的溪谷和绿色的山包围着，四季交织的自然景观是观光地神山引以为豪的风景。沿着鲇喰川的轻井泽休闲乐园是融入大自然的休息场所，可以享受到舒适的乐趣。

地址：名西郡神山町阿野字南马喰草 69

去时请注意做好预防新冠传染的措施。

致歉

在上期的阿波生活中误登了 20 年的日语演讲大会募集，特此致歉。21 年的日语演讲大会信息已登在 TOPIA 的网站上，并在这期的阿波生活中会追加附页。

请大家关注并积极报名参加。

TOPIA 咨询窗口

TOPIA 以居住在德岛县的外国人为对象，提供关于生活方面的咨询服务。受理时间为每周一至周五上午 10 点~下午 6 点，可使用中文或英文越南语。

电话：088-656-3303 中文担当：刘青 英文担当：小林（kobayashi）

越南语担当：宫地（Miyachi）周一至周五上午 10 点~下午 2 点

■ 发行 ■

地址：〒770-0831
德岛市寺岛本町西 1-61 Clement Plaza 6F
（公财）德岛县国际交流协会
TEL 088-656-3303
FAX 088-652-0616
www.topia.ne.jp
E-mail: topia@topia.ne.jp



■ 发行 ■

地址：〒770-8570
德岛市万代町 1-1
德岛县未来创生文化部多样性推进课
TEL 088-621-2028
FAX 088-621-2851
www.pref.tokushima.lg.jp
编辑：刘青