

阿波生活

2015.08
德岛县国际交流协会



赛后选手与评委合影留念

(图：中西 宏嘉)

德岛县外国人日语演讲比赛获得圆满成功

7月20日，由公益财团法人德岛县国际交流协会（TOPIA）主办，德岛地区留学生交流推进协议会协办，德岛县议会国际交流议员联盟，阿波银行、德岛银行、德岛市国际交流协会赞助的2015年度德岛县外国人日语演讲比赛在德岛县乡土文化会馆隆重举行。14名参赛选手用流利的日语为大家奉上了一场精彩纷呈的大赛。

德岛县约有200名观众到场观看了本次比赛，其中包括许多专程赶来为自己外国朋友加油助威的日本人。14名参赛选手中，在日时间最短的仅4个月，最长的7年3个月。大家纷纷围绕自己在日本所见所闻所感、对国际交流的理解、自己的梦想、来日后所感恩的事情等等主题，或感人肺腑，或风趣幽默，或热情洋溢，或镇定自若地讲述着自己的故事，发表着自己的看法。每位选手独具的个人特色和魅力都在演讲的6分钟内得到了充分的发挥与展示。全场的观众们也深受感染，或与选手们产生着共鸣，或被他们的趣事逗得大笑，又或因他们提出的问题陷入深深的思考。

获得本次大赛最优秀奖的是来自德岛县敬老院健祥会 MORUDAU 的 Sarigumba Mary Ann Banzali（菲律宾）。演讲的题目是《来自一声“谢谢”的鼓励》。她讲述自己在敬老院的工作经历，刚来的时候由于完全听不懂老人们说的阿波方言，甚至一度怀疑这里是不是日本，之后也曾因为方言的误会在敬老院里闹出过不少笑话。然而随着和老人们交流的增加，自己渐渐能听懂也能说一些阿波方言了。在敬老院的日常工作中，老人们常常将“谢谢”挂在嘴边，每每听到这句话，都让自己倍受鼓舞，也愈加认识到护理工作的意义。

获得德岛县议会国际交流议员联盟会长奖的是来自德岛大学的彭悦（中国）。演讲的题目是《德岛的财富！永远的》，她从丰富的自然、安静的街道和温暖的人情三个方面向大家娓娓道来自己心目中属于德岛的珍贵财富。

获得优秀奖的是来自三好市教育委员会的 Robert Edison（美国）带来的《我没尝过的味道·日本》，和来自鸣门教育大学的穆鸽（中国）带来的《你我之

间的距离》。Robert 讲述了自己来到日本 5 年间的寻味之旅。穆鸽则深情并茂用自己的亲身经历诉说了中国人和日本人之间的距离。

获得特别奖的是来自鸣门教育大学的张佳楠（中国）带来的《日本人的服装》，和同样来自鸣门教育大学的 Dragana Jukić（克罗地亚）带来的《日本的生活》，以及由来自德岛北高级中学的 Susan Choi（加拿大）带来的《国际化人才》。

大赛的最后，评委们纷纷发言，对本次比赛给予了高度评价，同时称赞选手们日语水平高，演讲内容真切且具有思想启发性，鼓励他们今后继续为国际交流

做出积极贡献，并祝愿大家接下来在德岛的学习、工作和生活一切顺利。

赛后，所有选手、评委以及到场的观众一同参加了友好交流会。交流会上，来自中国的选手穆鸽和张佳楠带来的一曲邓丽君经典曲目《我只在乎你》的中日文男女生合唱将现场气氛推至高潮。最后，交流会会在和睦、友好、轻松的氛围中结束。通过交流会的举办，一方面创造了选手之间相互认识的机会，另一方面也给了到场观众与选手之间进行更深入交流的机会，促进了德岛县外国人与德岛县民之间的友好国际交流。

文章：德岛县国际交流员

最优秀奖文章欣赏

「ありがとう」を励みに

Sarigumba Mary Ann Banzali(フィリピン)

私は小さい頃から、大好きなりんごと富士山がある日本に憧れていました。だから大学では日本語の勉強をしました。ところが大学を卒業しても日本どころか、フィリピンでの仕事さえ見つけることが出来ませんでした。やっと見つけた仕事は日本ではなくタイの英語教師でした。タイで2年が過ぎたころ「アン、日本に行けるチャンスがあるよ。早く帰っておいで。」と友人から連絡がありました。私はすぐに帰って日本に行く方法を調べました。調べてわかったことは、フィリピンと日本の政府の間で、EPAと言われる経済連携協定が結ばれ、介護福祉士候補者を募集しているということでした。

すぐに申し込みをして試験を受けると、合格の通知が届きました。「やったあ、日本に行ける。」と飛び上がって喜びましたが、その時はまだ家族には何も話していませんでした。心配しながら両親にこの話をすると、やっぱり反対されました。しかし私が一生懸命気持ちを伝え、仕方なくゆるしてくれました。

1年間の日本語の研修が終わり、徳島の特別養護老人ホームにやってきました。私は日本語には少し自信がありましたが、施設に来て挨拶をした時に、返ってきた言葉は、「おまはん、どっからきたんで。名前なんちゅうんで。」さっぱり分かりません。しかしお年寄りは次々と話しかけて来ます。「よろしゅうたのんまんでよ。」「なかようしてつかいな。」「えー、ちょっと待って～ここはどこの国。」「ここは日本じゃないの。」「私が勉強してきた日本語は通じないの。」まるで宇宙人と話をしているように感じま

来自一声“谢谢”的鼓励

Sarigumba Mary Ann Banzali (菲律宾)

从小我就非常向往来到日本，这个拥有我最喜欢的苹果和富士山的国度。因此，读大学时，我学习了日语。可是没想到的是，毕业之后别说是去日本，就连在菲律宾都没能找到工作。好不容易找到的一份工作，是去泰国当英语老师。在泰国生活了2年之后的某一天，我突然接到朋友来的消息说“Ann，现在有去日本的机会了，快点回来！”听到消息后，我立刻赶回去并查找起朋友口中说的去日本的方法，原来，是菲律宾和日本的政府间签订了“EPA”经济合作协定，日方正从菲律宾募集介护福祉士的候补者。

我马上报名参加了考试。在接到了合格通知后，内心无比雀跃，心想“太棒了，终于可以去日本了。”然而，那时我还未向家里人提起过这件事。怀着不安的心情和爸妈提出后，不出意料地遭到了他们的反对。在我晓之以情动之以理的说服下，爸妈终于理解并同意了。

在结束了1年的日语培训后，我来到了德岛县的敬老院。和老人们打完招呼，对自己的日语多少有一些信心的我，却完全没能听懂老人们的话“おまはん、どっからきたんで。名前なんちゅうんで”。而之后他们又继续对我说到“よろしゅうたのんまんでよ。”“なかようしてつかいな。”“噢，等等，这里到底是哪儿？”“这里不是日本吗？”“为什么我学过的日语在这里没法交流呢？”怎么感觉像是在和外星人说话似的，带着脑海里的疑问，我鼓起勇气继续说道“我是从菲律宾来的Ann，今后还请大家多多关照。”然而，得到的回复依然是我一句我没听懂的“はいはい、どちらいかに。”那时我心想，这里果然不是日本，这儿一定不是日本。

した。私は思い切って挨拶をしました。「私はフィリピンから来たアンです。今日から宜しくお願いします。」すると返ってきた言葉は「はいはい、どちらいかに... 「分からない。やっぱりここは日本と違う。日本じゃない。」

1ヶ月ほどたった時、お年寄りが「ねえちゃん、部屋にいぬ。」と言いました。私は急いで部屋をのぞきましたが、犬はどこにもいませんでした。職員さんに「Aさんが部屋に犬がいると言っています。」と報告すると、職員さんは、「えーっ」と言って走りかけ、次に立ち止まって私を見て大笑いをしながら「アン、それは阿波弁。部屋にいぬは部屋に帰るとのことですよ。」と教えてくれました。でも「いぬ」はワンちゃんのことでしょう。

それから3年が過ぎました。阿波弁もこのごろは少し理解できるようになりました。

ところで、私は大変やりがいのある介護の仕事をしています。介護をしていて一番嬉しいことは、本当に少しのことでも、お年寄りは「ありがとう」と言ってくださいます。この「ありがとう」を聞くたびに、介護の仕事をして良かったと感じています。

最近テレビで「あったかーいんだから」をしていると、お年寄りが喜んで見えています。だから私が「あったかーいんだから」の物まねをすると、大きな口を開けて笑ってくださり、「笑わしてくれてありがとう。」と、また「ありがとう」を言ってくださいます。それが嬉しくて、またまた物まねをしてしまいます。

こんなことを毎日している私ですが、今は来年の1月にある介護福祉士国家試験の勉強に取り組んでいます。試験に合格すると、いつまでも日本にいますことができますが、不合格になるとフィリピンに帰らなければなりません。私は徳島が大好きです。もっともっと日本の福祉や先進介護を学び、将来フィリピンで役立つ介護士になりたいという夢があります。大げさにいうならば「介護を通してフィリピンと日本の懸け橋になりたい。」と思っています。そんな私を見て、お年寄りが阿波弁で「がんばりなはいよ。」「せいだして頑張るんでよ。」

この励ましを聞くたびに、今度は私が「ありがとう」の言葉をお返ししています。ご静聴ありがとうございました。

在来徳島一个月左右后，有一天有位老人对我说“ねえちゃん、部屋にいぬ。”我立刻去到他的房间，四下查看后发现并没有狗。于是对同事说“A先生说他的房间里有狗。”同事听后“啊”的大叫一声拔腿就往A房间跑去，跑到一半停了下来开始望着我大笑，随后告诉我说“Ann，这是阿波方言。‘部屋にいぬ’就是‘我回房间去了’的意思。”可是，日语里的“いぬ”不是狗的意思吗？。

在那之后又过去了3年，我慢慢地能够听得懂阿波方言了。

在敬老院里从事的护理工作，在我看来是非常有意义的。而其中最让我感到幸福的，是通过自己所做的每一件小事，换来老人们的一句“谢谢”。每当听到从他们口中说出的“谢谢”，我都为自己选择了这份工作感到庆幸。

最近电视里播出的“あったかーいんだから”（译者注：源自日本艺人组合クマムシ的一个段子），非常受老人们的喜爱。因此只要我一模仿“あったかーいんだから”，他们就会哈哈大笑，并对我说“谢谢你逗我们开心。”就这样，我又一次换来了老人们的“谢谢”。听到他们这么说的我更是受到鼓舞，不断地进行着模仿表演给他们看。

现在的我正在备考明年1月份的介护福祉士的国家考试。如果考试通过，则可以一直留在日本，如果没有通过，就必须回到菲律宾。我非常喜欢徳岛。希望能够多多学习日本的福利事业知识和先进的护理知识，将来成为一名能够造福菲律宾的护理师。要说更大一些的目标，则是希望通过护理学，架起菲律宾与日本之间的友好桥梁。每当这时，徳岛的老人们总是会用阿波方言鼓励我说“がんばりなはいよ。”“せいだして頑張るんでよ。”

现在，轮到我对他们说一声“谢谢”了。谢谢大家的聆听。（图：中西 宏嘉）





盛夏已至，最能代表德岛夏天的，非热情的阿波舞莫属。阿波舞有着 400 多年的历史，是德岛最大的夏季活动。阿波舞以“连”为单位，舞者们随着三味线、钲、大鼓、締鼓等奏出的 2 拍子伴奏，排成一列列在街道上尽情起舞。阿波舞分为男舞和女舞，男舞生气勃勃、滑稽有趣，女舞则端庄优雅、尽显高贵。而也有女士自愿跳男舞的，她们的舞姿也同样非常潇洒。每一个不同的阿波舞连，都有着自己独具特色的跳法。其中有的连因为有名人士的加入，常常会掀起当天的高潮。另外，还有一个叫做“NIWAKA 连”的即兴连，在活动当天，任何人都可以加入一同起舞。阿波舞最有特色的一句描述是，“跳舞的人是傻瓜，看的人也是傻瓜，既然同为傻瓜，不一起跳就太可惜了”。（意思是比起站在一边看别人跳，不如加入大家一起跳起来更有趣。）因此，请大家也和舞者们一同跳起来吧。

从 6 月份起，几乎每天都可以在德岛市内看到阿波舞的排练，伴奏乐器的声响也是此起彼伏。在商场更有整套阿波舞服饰的陈列和出售。整个城市都已准备就绪。“跳舞的傻瓜”和“看舞的傻瓜”是否也已经迫不及待跃跃欲试了呢。

除了规模最大、名气最高的德岛市阿波舞以外，县内的其他几个城市也有阿波舞表演，接下来我们将为大家一一介绍。每个城市的阿波舞都有着各异的性格和魅力，请大家一定前去一睹他们的风采吧！

德岛市阿波舞

德岛县最大规模的阿波舞，每年共计有 135 万以上的观光客从日本各地聚集于此。除了演舞场有来自众多有名连带来的精彩演出之外，整个城市届时都将变成步行者的天堂，舞者们即兴起舞的场景更是随处可见。另外，如果您想亲自体验一把阿波舞，也可以加入专为游客准备的“NIWAKA 连”。

日期：8 月 12 日（周三）～ 15 日（周六）

时间：第一部：18：00～20：00 第二部：20：30～22：30

场所：收费演舞场：市役所前演舞场、蓝场浜演舞场、绀屋町演舞场、南内町演舞场

免费演舞场：两国本町演舞场、新町桥演舞场

入场券：www.awaodori-kaikan.jp/6awaodori/tiket.pdf

咨询：德岛市观光协会 电话：088-622-4010

德岛新闻社地域振兴部 电话：088-655-7331

鸣门市阿波舞

鸣门市将为大家献上县内第一场盛大的阿波舞表演。每天约有 30 个连带来演出，更有有名人士的加入。在这里同样为游客们准备了可以即兴参加的“NIWAKA 连”。

日期：8 月 9 日（周日）～ 11 日（周二）

时间：19：00～22：00

场所：

收费演舞场：BOAT RACE 鸣门东演舞场、
UZUSHIOKUN 西演舞场

免费演舞场：大道银天街舞蹈大道、
本町舞蹈广场、DIREX 舞蹈广场

收费：预售票：600 日元 当日票：800 日元
（小学生以上）

阿波舞和民谣之夜

可以同时感受阿波舞和民谣魅力的活动。活动的最后将邀请游客一起加入，将整场活动推向高潮。

日期：8 月 13 日（周四）

时间：19：30～21：00

场所：旧海部中学运动场

费用：免费

咨询：海阳町观光协会 电话：0884-76-3050

起舞吧故乡阿波舞

邀请大家一同跳阿波舞，并提供“法被”（阿波舞着装的一种）、浴衣的出租。（需要提前预约。请联系“鸺敷连”的岩川先生，联系电话 0884-62-1072）

日期：8 月 16 日（周日）

时间：18：30～19：30（西在・和食街一带）

19：40～21：30（阿井・仁宇街一带）

场所：中央公民馆前出发 那贺郡那贺町西在

费用：免费

咨询：那贺町商工地籍课 电话：0884-62-1198



卯建房屋街道的阿波舞大会

在拥有极具日本传统风情的卯建房屋街道的脇町，不仅可以观赏阿波舞大会，还可以欣赏绚烂的烟花大会。阿波舞的演出将由来自市内外的 7～8 个连带来。

日期：8 月 11 日（周二）

时间：阿波舞：18：00～20：00

烟花：20:20～

场所：阿波舞：道之站蓝 LAND UDATSU

烟花：稻田桥对岸吉野川河岸

收费：免费

咨询：美马市商工会 电话：0883-53-7393

吉野川市阿波舞大会

活动期间，每天有 25 个左右的当地有名连为大家带来极具感染力的阿波舞表演。另外，街道两侧设有免费看台（可容纳约 1000 人），方便游客观赏。

日期：8 月 14 日（周五）～ 16 日（周日）

时间：19：00～22：00

场所：JR 鸭岛站前中央大道

收费：免费

咨询：吉野川商工会 电话：0883-24-2274

IKEDA 阿波舞

约 30 个连的舞者将为大家带来阿波舞表演。收费演舞场共设有 800 个左右的座位，除此之外还有许多免费的演舞场。更有可以让游客即兴参加的连。

期间：8 月 14 日（周五）～ 16 日（周日）

日期：19：00～22：30

场所：收费演舞场：荣町大道演舞场

免费演舞场：站前大道等各商店街演舞场

HESOKKO 公园演舞场等

咨询：三好市观光课 电话：0883-72-7620

贞光夏祭阿波舞大会

两层的卯建房屋街道也成为了阿波舞天堂，整条街道都可以看到舞者们起舞的身影。除了本町和附近的阿波舞连以外，还将有德岛市内的有名连加入，为大家带来最热情的演绎。

日期：8 月 15 日（周六）～ 8 月 16 日（周日）

时间：19：00～22：00

场所：贞光中央商店街

收费：免费

咨询：贞光商工会 电话：0883-62-2222

加村匡子 老师

这个月我们来学习如何使用「～うちに」这一句型，来表达希望在某状态发生变化之前做某事。

ゆうしょく
〈夕食のとき〉

母：スープができたわよ。

子：テレビを見てるから、あとでいいよ。

母：せっかく作ったんだから、熱いうちに飲んで！

子：わかったよ。



妈妈特意为孩子做好了汤。因为汤放久了变凉后就不好喝了，所以她希望孩子能在那之前把它喝掉。妈妈的这种心情是用「熱いうちに」这个表达方式体现出来的。表达了妈妈想让孩子在「热汤」向相反的状态「冷汤」变化之前，完成喝汤这个动作。

例句：

親が元気なうちに、旅行に連れて行ってあげたいなあ。(身体不好的话，就不能去海外旅行了)
な形容詞 元気だ+な+うちに

朝の涼しいうちに散歩しよう。(变热了就不能散步了)
い形容詞 涼しい+うちに

练习题：

阅读下列对话，使用「～うちに」句型将划线部分补充完整。

A: 暗くなると危ないから、早く帰って来てね。

B: わかった。

→ Bさんは_____家に帰る。

A: 歳を取ったら、海外旅行に行くのは難しいから

これからは毎年、海外旅行に行こうと思ってるんだ。

B: それはいいことですね。

→ Aさんは_____海外旅行をしようと思っている。

A: 子どもたちは大きくなると親とは一緒に出かけたがらないよね。

だから、大きくなる前にいろいろなところへ一緒に行きたいと思っているんだ。

B: それはいいですね。

→ Aさんは子どもたちが_____いろいろなところへ一緒に行きたいと思っている。

答案：1. うちに 2. 若いうちに 3. 元気がなくないうちに

参考资料：日本語文型トレーニング（凡人社）

井上和惠 老师

不论身处哪个年代，不论身处哪个国家，带孩子都不是一件简单的事情。日复一日全身心地投入在孩子身上的妈妈们值得我们尊重。然而，抚养小孩的时光，绝不是无时无刻都充满乐趣的。总有些意外状况的出现，让妈妈们变得烦躁而痛苦。这个月我们将教大家一些带小孩时排解压力的方法，希望对大家有所帮助。

①首先是深呼吸。 哪怕只是给大脑补充一些氧气，也可以让心情得到放松与转变，从而想出更好的问题解决方法。另外，短暂地离开一下那个环境也不失为一个不错的办法。

②结交一些可以与其交流的专业人士或者朋友。 当然，交流的对象也可以是自己的丈夫。

③找到适合自己的解压方法。 比如，购物、美食、运动、唱歌、读书、散步等等。

妈妈们烦躁不安的情绪很容易影响到孩子，让孩子也变得烦躁，或者加重他们原有的烦躁情绪。因此，想要轻轻松松带孩子的话，最大的秘诀在于不要给自己带来精神压力。

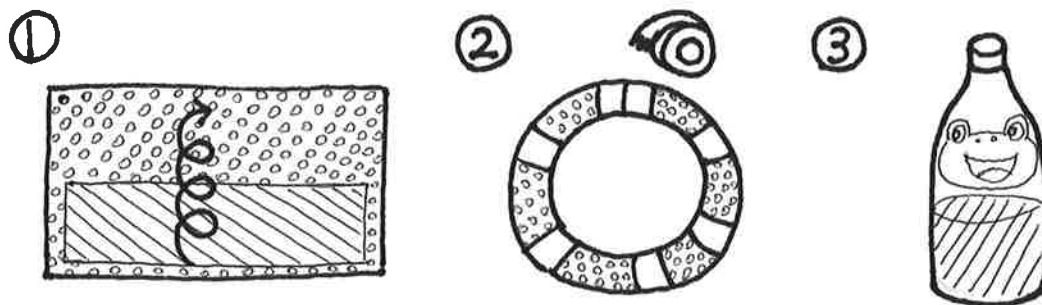
<套圈游戏> 漂浮在游泳池中玩耍

①将彩色的塑料袋铺在塑料膜（包装用缓冲材料）上，将其卷成棒状。

②用透明胶将卷好棒状的两端粘起来，使其变成环状的圈。

③用油性笔在 500ml 的塑料瓶上画一些图案做成套圈的标杆。（往塑料瓶里注入一半左右的水以加重其重量）

※ 玩法：让塑料瓶浮在水面，并设法将做好的环状圈套扔套在瓶子上。



室内五人制足球 参加者募集

ENJOY 国際交流フットサル!

毎月一回、下記の日程でフットサルを行います。

日時：

8月9日（日）、9月6日（日）、10月4日（日）

初心者（子供、大人）：13:00～14:00

大人：14:00～17:00

場所：とくぎんトモニプラザ（電話 088-625-3852）

徳島駅から徒歩 10 分

参加費：100 円～ 500 円（参加人数次第）

問い合わせ：088-622-6066

週末は 090-4976-9402（福井 暁）

* 自己責任においてご参加ください。

和国际友人一起享受室内足球的乐趣吧！

毎月一次，周日下午的室内足球，期待您的加入。

日期：

8月9日（周日）、9月6日（周日）、10月4日（周日）

初学者（儿童、成人）：13:00～14:00

成人：14:00～17:00

場所：Tokugin Tomoni Plaza（电话 088-625-3852）

徳岛站出发步行 10 分钟

参加费用：100～500 日元（依参加人数而定）

咨询电话：088-622-6066

周末为 090-4976-9402（福井 暁）

* 一切责任由参加者自负。

吉野川市納涼花火大会

約 1,000 発の打ち上げ花火と仕掛け花火があがります。打ち上げ場所の目の前にあるグラウンドから眺められるので迫力も満点です。当日は夜店も多数立ち並びます。

開催日：8月6日（木）

※ 荒天時は8月29日（土）に延期

時間：20：00～21：00

場所：吉野川市鴨島運動場

アクセス：JR 徳島線「鴨島駅」下車→徒歩約 20 分

お問い合わせ：吉野川商工会議所

TEL：0883-24-2274

吉野川市納涼烟花大会

预计将燃放约 1000 发烟花。因为运动场就在烟花燃放点附近，因此届时可以近距离欣赏到烟花绽放瞬间的绚烂。当天还将提供各色夜市小摊儿，可供游客利用。

日期：8月6日（周四）

※遇恶劣天气则延期至8月29日（周六）

时间：20：00～21：00

地点：吉野川市鴨島运动场

交通：JR 徳岛线“鴨島站”下车→步行约 20 分钟

咨询：吉野川商工会議所

电话：0883-24-2274

鳴門市納涼花火大会

阿波おどりシーズンの開幕を告げる鳴門市納涼花火大会は、撫養川沿いで行われ徳島県下一の規模を誇ります。打ち上げ場所が観覧場所に近いこともあり、間近で見える色とりどりの打ち上げ花火は迫力満点です。今年は約 10,000 発の打ち上げ花火を予定しています！

開催日：8月7日（金）※雨天の場合、8/12・13日にそれぞれ順延

時間：19：45～21：00 予定

場所：鳴門市文化会館・撫養川親水公園周辺

アクセス：

- ・JR 鳴門線「鳴門駅」下車→徒歩で約 15 分
- ・神戸淡路鳴門自動車道「鳴門 IC」→車で 10 分

お問い合わせ：鳴門市うずしお観光協会

TEL：088-684-1731

URL：www.narutocci.or.jp/awaodori/hanabi.html

鳴門市納涼烟花大会

拉开阿波舞季节到来帷幕的鸣門市納涼烟花大会，将在抚养川沿岸举行。这将是徳島县内最大规模的烟花大会。有部分观看地点距离烟花燃放地很近，可以近距离体验五彩斑斓的烟花直冲向天所带来的震撼。今年也预计燃放约 10,000 发烟花。

日期：8月7日（周五）※遇雨天则延期至8/12・13日

时间：19：45～21：00 暂定

地点：鸣門市文化会館・抚养川親水公園附近

交通：

- ・JR 鸣門线“鸣門站”下车→步行 15 分钟
- ・神戸淡路鸣門自動車道“鸣門 IC”→驾车 10 分钟

咨询：鸣門市 UZUSIO 观光协会

电话：088-684-1731

主页：www.narutocci.or.jp/awaodori/hanabi.html

■ 发 行 ■

地址：〒770-0831

徳島市寺島本町西 1-61 Clement Plaza 6F

（公財）徳島县国际交流协会

TEL 088-656-3303

FAX 088-652-0616

www.topia.ne.jp

E-mail: topia@topia.ne.jp



■ 发 行 ■

地址：〒770-8570

徳島市万代町 1-1

徳島县商工劳动观光部国际战略课

TEL 088-621-2028

FAX 088-621-2851

www.pref.tokushima.jp

编辑：刘点 福见尚美