

阿波生活

◆主办：德岛县国际交流协会

◆二〇一五年五月

新任职员介绍



【左：宫本奈绪子 中：福见尚美 右：刘点】

研修员 宫本奈绪子

大家好，我叫宫本奈緒子，今年4月份开始作为长期研修员来到德岛县国际交流协会工作。我希望能够为国际理解教育的推广以及学校和地方的发展作出贡献。我将珍惜与在这里工作时与每个人的相遇，充实度过这一年的时光。请大家多多关照。

德岛县国际交流员 刘点

大家好，我是来自中国湖南省湘潭市的国际交流员刘点。4月起将在德岛县厅和国际交流协会（TOPIA）工作，对此我感到十分荣幸。大学时期我曾在静冈县留学过两年时间。那时候待我亲切的日本朋友以及在学校和打工处所学到的一切，直到现在都深深地刻在我的脑海里，于我而言是一笔宝贵的财富。抱着还想要更多地了解日本，更多地接触日本社会和日本文化的想法，我参加了这次的JET项目，来到了自然环境优美的德岛市。

由于是第一次来到德岛，我非常期待在这里的工作和生活。我将用心体会以热情洋溢的阿波舞为代表的德岛的独特文化，通过国际交流活动的开展，与县民多多交流，彼此成为朋友。在向湖南介绍德岛风光的同时，将湖南的魅力之处宣传至德岛。我相信，和不同文化的相遇，一定能让彼此的文化愈发大放异彩。我将尽自己最大的努力为湖南省与德岛县乃至中日两国间的友好贡献一份力量。请多多关照，谢谢！

多语言咨询员 福见尚美

大家好！我是新来的多语言咨询员福见尚美。

我曾经在中国的上海、北京、南通、齐齐哈尔待过一段时间。当时我在生活方面碰到了种种困难感到十分为难，但身边总有很热情的中国人照顾我并帮我解决了问题。很感谢他们，让我在中国度过了非常愉快，非常宝贵的时光。

正因如此，现在我也希望帮助大家在德岛过得更愉快、更充实。日语也好，汉语也好，英语也好（但是非常抱歉的是，我的英语很糟糕），总之，如有需要的时候请随时与我联系！

德岛县美马市国际交流员



大家好，我叫李月婷。是美马市与大理市缔结友好城市之后，来到美马的第 10 任国际交流员。

这是我第 3 次来日本。第一次是留学，第二次是旅游。因为非常喜欢日本，才从主任那里听到有机会可以到美马市工作的时候，我毫不犹豫报了名。我虽然出生、成长都在云南省昆明市，但因为受武侠小说里大理国（大理国的行政中心在今天大理古城，是由白族建立的有 300 年左右历史的国家）的影响，非常喜欢大理，放长假的时候，一般都会去大理打发时间。在大理，不仅可以看到白族独特的建筑风格，还可以感受往昔大理国的风貌，是一个让人想去很多次的地方。4 月 10 号，在美马市政府工作人员的带领下，我来到了美马。初见美马，感觉到这是一个幽静、漂亮，在某些方面和大理市还有相似的地方。我很荣幸自己能到这样美丽的地方工作。

我在美马的生活，10 号正式开始了。因为周围有美马市民的热心帮助，我顺利地办完了各种手续也买好了今后生活需要的各种用品，一切都非常顺利。在上班第一天，打开酸奶盒，看到上面印着的“今天大吉”几个字的时候，我更加觉得在美马的一切都这么美好，今后的一年会非常顺利。

因为到美马时间不长，所以对它还只是停留在风景很美，人很好这样粗略的印象。我想随着时间的推移，美马一定会向我展现它独特的魅力。

国际交流员的工作和自己一直从事的工作可能会有不同，但只要我尽力，相信可以为美马和大理的友好交往贡献自己的一份力。

摘 草 莓

草莓红啦，德岛县的草莓红啦！在草莓园里，既可以尽情享受和家人朋友相处的欢乐时光，还可以将眼下所见新鲜甜美的草莓通通吃掉！不仅富含大量的维生素，更可以让你找到甜过初恋的感觉喔。快行动起来吧！

县内各地区草莓园的详细情况请参见德岛县观光旅游网“阿波ナビ”。

→ <http://www.awanavi.jp/strawberry.html>



图片来自 木村纯子（左） 野水祥子（右）

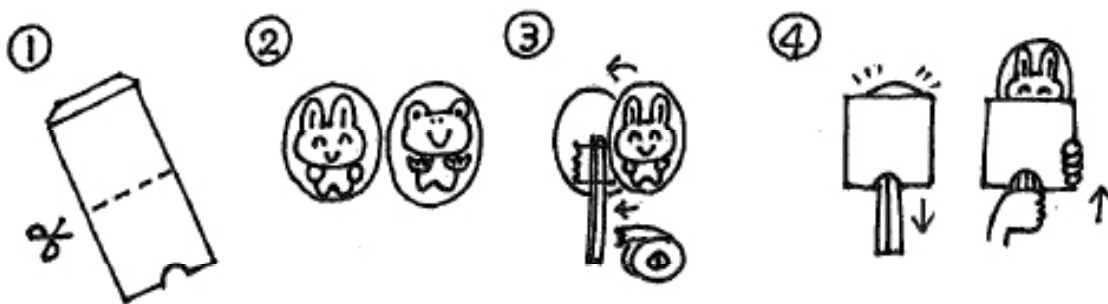
又到了满目新绿的季节。身处环山绕水的德岛，所到之处都满溢着自然的气息。在这宜人的季节里，请带上全家外出寻找一个自己最中意的地方吧。

今天向大家介绍的是可以让孩子在身边玩耍的“积木游戏”。

★不同年龄段积木的玩法

- ① 婴儿时期（能够坐立时）…刚开始的时候基本是通过抓握，啃咬等动作感受积木，慢慢地可以将积木摆放在地上或者滚动着玩。
- ② 1岁半左右…手指变得灵活起来，可以用大拇指，食指和中指三根手指把积木捏起来，将2～3个堆叠起来。（也正是从这时候起小朋友会开始注意保护堆积起来的积木，不让其倒下去）
- ③ 2岁左右…开始喜欢一边发挥自己的想象一边玩积木，把积木当作电话，汽车等等。
- ④ 3岁以后…和其他小伙伴一起玩耍的时间开始增多，渐渐可以和他们一起协作，把各种各样零散的小积木堆积拼凑成一个更大的了。

* “积木游戏”可以培养小朋友的自主性，丰富他们的想象力和创造力。另外，通过和其他小伙伴一起玩耍，也会锻炼他们与人接触以及与人合作的能力。请家长们一定让小朋友们自己体验一下哦。



本月动手游戏〈动物捉迷藏〉

- ① 将信封从中间部分剪开，在底部预留一个可以插入一次性筷子大小的孔。
 - ② 准备两张可以放入信封内大小的厚纸片，在上面画上两种动物。
 - ③ 用胶带将筷子固定在其中一张的背面，再将两张厚纸片贴合起来。
 - ④ 把筷子插入信封上预留的孔里，用信封把画盖起来就完成了。
- 玩法…将被信封挡住的动物不断重复地露出来再收回去，或者也可以配合猜谜一起玩。

* 从今年4月份起，助任保育园开始兼备幼儿园与保育园两种功能，被认定为了“认定幼儿园”，因此本园的名称也已变更为“助任友好认定幼儿园”。

本园将一如既往地致力于为大家提供一个良好的育儿环境，请大家多多关照。

助任友好认定幼儿园 井上和惠老师

2015 年度德岛县外国人日语演讲比赛

一、比赛宗旨

在推进地区国际化的进程中尤为重要，通过体验接触外国生活与文化，培养国际化意识，提高人文素养，增进与外国人之间的相互理解。同时作为地球居民的成员之一，我们有义务和责任参与构筑一个和谐共生、互帮协作的社会。在本次日语演讲比赛中，我们将侧耳聆听居住在县内的外国朋友们的意见和心声，让大赛成为意见交流之地，让异文化理解及多文化共生得到更广泛的认知。

二、时间地点

2015 年 7 月 20 日（周一・公休日）13:30~16:30

あわぎんホール(德岛县乡土文化会馆) 5F 小厅

三、报名资格

母语为非日语的居住在德岛县内的外国人

(注：在日本接受过 3 年以上义务教育的人、或在过去比赛中获得过“最优秀奖”、“德岛县议会国际交流议员联盟会长奖”的人无资格参加本次比赛。敬请知悉!)

四、参赛人员筛选

报名者需提交 800 字左右的演讲摘要。10 多名正式参赛人员将经过这一轮书面筛选而定。

五、演讲内容

符合本次比赛宗旨，有关异文化理解或多文化共生的内容即可。

六、演讲时长 6 分钟以内/人

七、奖项设定

比赛经过评委公正公开公平评审，将评出如下奖项：

最优秀奖——1 名（奖品 5 万日元购物券）

优秀奖——2 名（奖品 3 万日元购物券）

特别奖——若干名（奖品 1 万日元购物券）

努力奖——若干名（奖品 5 千日元购物券）

<当日比赛所有参赛选手都将获得参加奖>

八、报名方式

请在 TOPIA 领取或在 TOPIA 网站下载填写报名表格，邮寄、传真或直接交到下面联系方式。

九、截止时间 2015 年 6 月 1 日（周一）17:00。

十、主办单位

公益财团法人德岛县国际交流协会

十一、协办单位（暂定）

德岛地域留学生交流推进协议会

十二、赞助单位（暂定）

阿波银行、德岛银行、德岛市国际交流协会

十三、后援单位（暂定）

NHK 德岛放送局、エフエム德岛、エフエムびざん、四国放送、德岛新闻社

十四、联系方式

公益財団法人徳島県国際交流協会（トピア/TOPIA）〒：770-0831

徳島市寺島本町西 1-61 クレメント・プラザ 6F

电话：(088) 656-3303 传真：(088) 652-0616

日语中，同一个单词在不同情境下所表达的意思有可能完全不同。比如“いい”，就是一个这样的单词。

(1) 「よい」という意味

A: 友達の結婚式に着る服を探してるんだけど、このワンピースどう？

B: きれいなブルーだね。とてもいいと思うよ。

(1) “非常好”的意思

A: 我正在挑选朋友结婚仪式上穿的衣服，这件连衣裙怎么样？

B: 很漂亮的蓝色哦。我觉得非常好。

(2) 「OK」という意味

A: バイトが終わったら、ご飯食べに行かない？

B: いいよ。ピザが食べたいな。

(2) “好的，可以”的意思

A: 打工结束以后，一起去吃饭吗？

B: 好的。我想吃比萨饼。

(3) 「[いない]」という意味

A: Bさんが探してた本が、駅の本屋にあったよ。

B: ありがとう、でももういいの。きのう、主人が買ってきてくれたから。

(3) “不需要”的意思

A: 你找的那本书，在车站的书店里有哦。

B: 谢谢你，但是我已经不需要了。

昨天我老公已经买了送给我了。

(4) 「うらやましい」という意味

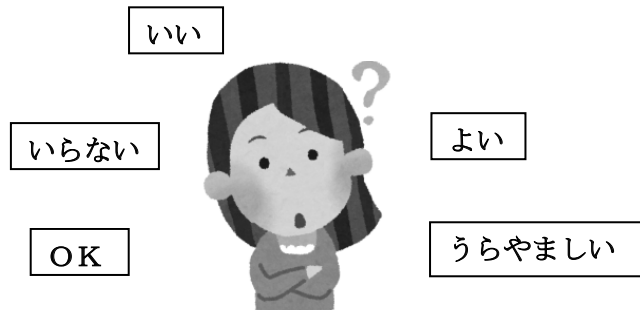
A: 鈴木さん、宝くじが当たったんだって！

B: ほんと、いいなあ。

(4) “羡慕”的意思

A: 听说铃木先生彩票中奖了呢！

B: 真的啊，好羡慕啊。



练习

下列句中的“いい”是什么意思呢？

请从①“よい”②“オーケー”③“いない”④“うらやましい”中选出正确的意思，将数字填入（ ）中。

1. いいですねえ、やさしい息子さんが二人もいらっしゃって。()
2. わざわざ来なくていいよ。一人でもできるから。()
3. 来月の出張ですが、田中さんが忙しいんだらばよくが行ってもいいですよ。()
4. 先生にはお世話になったから、なにかいいものをプレゼントしたいな。()
5. 彼女ができたんだって。いいなあ。()
6. なんでもいいから、食べるものを買ってきてください。()

6. 请你去买点吃的来吧，什么都行。
5. 听说你交到女朋友啦，真好啊。
4. 因为老师对我非常地关照，所以我想选个好的礼物送给他。
3. 下个月的出差，如果田中先生很忙的话我去也可以。
2. 不用特意过来了。我一个人可以的。
1. 真好啊，有两个这么乖巧的儿子。

料理教室

春意渐浓，让我们学着做一点健康又简单的料理吧。下面我们将用一些不一样的方法将豆腐和小麦粉一起烹饪，让您在享受舌尖美味的同时，又为身体补充了丰富的蛋白质。绝对是一款好吃又实用的料理。

料理：豆腐薄饼
准备时间：45 分钟

配料：

豆腐 — 200 克	食盐 — 1/2 汤勺
孜然粉 — 1/2 汤勺	辣椒粉 — 1/2 汤勺
咖喱粉 — 1/2 汤勺	小麦粉 — 1.5 杯(250 克)
油 — 1 汤勺	黄油

制作方法：

1. 漏去豆腐中的水分，将其盛入盆中
2. 用手将豆腐捣碎成糊状
3. 加入食盐、孜然粉、辣椒粉、油，与豆腐搅拌均匀
4. 一点点地倒入小麦粉，将其和成一个柔软的面团
5. 在面团上滴上几滴油，均匀覆盖整个面团后，将其搁置 30 分钟
6. 将面团分成一个个的小面团，用擀面杖将每个小面团擀成一张小薄饼
7. 把小薄饼放入平底锅中烹饪，每张饼约烹饪 2 分钟
8. 将黄油涂抹在每张饼上

小贴士：

用擀面杖擀饼的时候，撒上一些干的小麦粉，可以防止面团粘在擀面杖上。

入国管理局通知

各位永住者

无论大家现在持有的外国人登录证明书到没到“下次确认（更换）日期”，都必须在下列日期之前更换为居留卡。

○截至 2012 年 7 月 9 日满 16 周岁者

→于 2015 年 7 月 8 日之前

○截至 2012 年 7 月 9 日未满 16 周岁者

・截至 2015 年 7 月 8 日之前满 16 周岁者

→于 16 周岁生日之前

・截至 2015 年 7 月 9 日之后满 16 周岁者

→于 2015 年 7 月 8 日之前

估计接近 2015 年 7 月 8 日的期间，前来办理更换手续的人会很很多，很拥挤。

请现在就开始申请将外国人登录证明书更换为居留卡。

* 截至 2012 年 7 月 9 日未满 16 周岁，16 周岁生日为更换期限者，请于 16 周岁生日前 6 个月至 16 周岁生日之间，办理“申请更新有效期间”的手续。

申请场所为最邻近的地方入国管理局或该支局或该办事处（不包括机场支局和机场（港口）办事处）。

详情请参见入国管理局主页

<http://www.immi-moj.go.jp/keiziban/pdf/kirikaenoosirase.pdf>

HANA HARU FESTA・はなはるフェスタ

今年 4 月 18、19 号两天，在和煦的春日暖阳下，德岛市迎来了一年一度的“HANA HARU FESTA”。在あわぎんホール、藍場浜公園、しんまちボードウォーク等处除了可以欣赏独具德岛魅力的阿波舞表演，日本传统的人偶戏演出外，还可以乘船沿新町川和助任川游览沿岸街景，或是在美食街尽享德岛美食。到了夜晚，还有现代的 DJ 演出、舞蹈表演等等。应接不暇的活动吸引了大量本地市民和外国朋友的参加。明年此时，请加入我们，一起感受这热情洋溢的德岛吧！



图文来自 德岛县国际交流员

春天的玫瑰节

玫瑰园里如往年一样盛开着 1000 株以上 270 多种类的玫瑰花。★活动期间有玫瑰花苗出售。

＊ ＊玫瑰种植方法说明会＊ ＊

5/9（周六）・5/16（周六） 10：00 ～（1 小时左右）

日期：2015/5/3（周日・休假日）～ 17（周日）

地点：板野郡蓝住町矢上字原 263-88 蓝住町玫瑰园

费用：全天免费开放

交通：JR 高德线“勝瑞站”→驾车 10 分钟

德岛自动车道“蓝住 IC 收费站”→驾车 5 分钟

停车场：みどりの广场停车场（步行 5 分钟）

咨询：蓝住町经济产业课

TEL：088-637-3120

主页：<http://www.town.aizumi.tokushima.jp/docs/2014031800025/>



剑山大扫除活动

今年的剑山大扫除活动开始啦！去年，剑山迎来了被认定为国家公园的第 50 周年，作为日本百大名山之一，珍奇的高山植物和美丽的景色都为剑山增添了一份魅力。春天的剑山更是美不胜收，所见之处皆是景。剑山的美需要大家的共同守护。快携上家人邀上朋友加入我们吧！

★自备物品★ 中餐，饮品（活动提供手套及垃圾袋）

★参加者特享★

1. 免费搭乘上山索道
2. 由 ブルーヴィラあなぶき・つるぎの湯大桜 提供的免费入浴券（当日券）

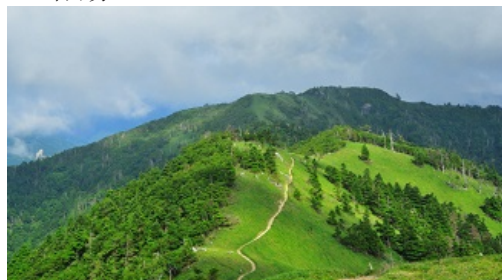
日期：2015/5/17（周日）11：00 ～ ※ 遇恶劣天气则活动中止

集合地点：剑山见ノ越 上山索道停车场

费用：免费，当天报名

咨询：美马市观光协会

TEL：0883-53-8599



神山温泉节

一年一次的温泉节来啦。这里有捣年糕，木偶净琉璃戏，捉鱼（限小学生以下・免费）等各式各样的活动在等着大家。别忘了每月 26 号是温泉日哦。

日期：2015/5/24（周日） 10：00 ～ 16：00

地点：名西郡神山町神领本上角 神山温泉一带

（神山温泉疗养中心・四季の里宾馆）

费用：免费

交通：JR 德岛站→驾车 50 分钟

停车场：第 2 停车场（老人中心），第 3 停车场（神山中学）处，有巴士随时往返

咨询：神山温泉节执行委员会（神山温泉内）

TEL：088-676-1117

主页：<http://kamiyama-spa.com/>



本页图片均来自德岛县观光信息网站主页
<http://www.awanavi.jp/index.html>

鲤鱼旗 游历秘境大步危峡

每年的这个时期，“レストラン大步危まんなか”（大步危峡曼纳卡酒店）都会在吉野川对岸拉起长线，将全国各地送来的鲤鱼旗挂出供人们观赏。敬请带着您的童心前来欣赏这飘扬在水面上的鲤鱼旗吧。另外，若您家中有闲置的鲤鱼旗，何不趁这次机会将其放飞在大步危峡的吉野川之上呢！

日期：2015/3/29（周日）～5月末

※ 依天气情况而定

地点：三好市山城町レストラン大步危まんなか（大步危峡曼纳卡酒店）前的吉野川

交通：JR土讃线“大步危站”→步行20分钟

咨询：レストラン大步危まんなか（大步危峡曼纳卡酒店）

TEL：0883-84-1211

剑山开山啦！

在剑山的見の越，每年都会举行开山仪式以宣告漫长冬季的结束。今年的开山祭神仪式于4月29日举行。这意味着剑山已经迎来了最佳登山季节，随之也将迎来大量观光者的到来。目前，山上的各类基础设施，包括用餐、住宿、缆车等，均已恢复了正常营业。

在这初春之际，山上或许还有残雪，带着丝丝凉意却也沁人心脾，这不正是登山的最佳时机吗？

交通：つるぎ町贞光→驾车90分钟

池田町→驾车120分钟

主页：<http://www.turugisan.com/index.html>



上图来自剑山观光推进协议会网站首页
<http://www.turugisan.com/index.html>

■ 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