

阿波生活

△主办：德岛县国际交流协会

△二〇一三年十月



(德岛县立防灾中心合影留念)

德岛县立防灾中心 参观学习之旅

文:Johnny、图:木村纯子

第一次真正体验到地震带来的摇晃，还是08年5月12日我在长沙念研究生的时候。发生在四川的汶川大地震，让远在湖南的我也有了较强烈的震感。那次地震带来的经济损失自不再说，它还狠心的夺走了近8万人鲜活的生命，让十多万人体受到伤害。自那时起，我第一次真正意识到防灾避难的重要性。

9月8号这一天，由中国、美国、越南、印尼等多个国家的40多位朋友组成的国际大部队驱车赶到了德岛县立防灾中心，开始了德岛县国际交流协会(TOPIA)组织的为期半天的参观学习之旅。

众所周知，日本是一个火山、地震、台风等自然灾害多发的国家。而正是这样的一个地理环境，使日本人平日里就进行定期的防灾避难演练，从不懈怠，

整个社会也都养成了极高的危机意识。虽然已经过去2年多了，但那场里氏9级的3.11大地震以及其所引发的海啸给日本带来巨大灾难还历历在目。最近这些年地球活动极不安分，频发的地震使很多人亲离子散、背井离乡。地震是自然现象，它的发生无法避免。但是我们人类有能力做到尽量减少人身财产的损失。当然这个就需要我们提高防灾避难意识，并为之采取有效措施。日本在这方面有很多值得我们学习的地方。

在这天的参观行程中，首先我们观看了有关3.11大地震海啸来袭的真实记录，以及未来随时都有可能发生的南海海沟大地震的CG模拟仿真视频。对于没有经历过大地震的我们来讲，看到汹涌而来的海水越过堤坝将房屋、车辆等瞬间吞噬的场景，无不感到震撼、痛心

与无力。即使人有无穷的求生欲望，但面对大自然我们终究是极其渺小的。很明显硬碰硬只能白白送命，但我们可以选择逃。看了这个视频后，也让我第一次真正开始考虑，我应该如何从随时都有可能发生的南海海沟大地震中避难逃生。

之后，我们在地震体验屋参与体验了一场震度为7级的模拟地震。即使用力扶着桌沿，房间的剧烈摇晃还是让我们的身体东倒西歪、前倾后仰。这是在有心理准备的状态下进行的体验，而如果是真的地震来袭，我们能否做到不慌不忙并做好自救与互帮互助呢？这里顺便也介绍下地震发生时（如果人在室内）我们该采取的正确自救措施。

收到地震警报（电视、手机、收音机）或者感觉到摇晃后，不假思索马上躲到桌子等较结实的遮盖物下方。待摇晃完全停止了，关掉房间火源（没有用



（大家使用灭火器做灭火演练）

火则把煤气栓关上避免火灾发生），把门打开确保逃生出口。如果发出了海啸警报，则赶紧出门往附近地势较高地方逃生（记得穿好衣服鞋子等）。下楼时不要乘坐电梯，避难时也尽量不要开车。因为电梯随时有可能因为停电被困在里面，开车出行也可能因为道路破损导致无法顺利通行。

在接下来的时间里，我们体验了在火灾时如何使用灭火器灭火，如何从浓烟滚滚的房间中逃生，以及紧急救灾食品的试吃等。

经过这次参观学习，我们应该建立起这样的意识。地震离我们其实不远，地震随时都有可能发生，我们在平时就应该做好相应的防范与应对。防灾避难，这不是他人的问题，而是我们每一个人都有可能直面的问题。

保护生命，从我做起！

（完）



（TOPJA和防灾中心宣传小册子<多语言>）

アフリカ音楽を楽しもう！

本物のアフリカ音楽に親しみながら人権についてのトークやダンスを楽しんでみませんか。

日時：平成25年12月1日（日）

体験 教室：10:30~12:00 先着20名

コンサート：14:00~15:30

場所：吉野川市アメニティセンター1Fホール、吉野川市山川町翁喜台95-1

主催：アフリカ音楽に親しむ会

後援：吉野川市・吉野川市教育委員会・NHK徳島放送局・四国放送・徳島新聞社

問い合わせ・申込：北岡（090-3180-9356）

※駐車台数に限りがありますので、乗り合わせ又は公共交通機関をご利用ください。

入 場 料
無 料

蓝莓&灵山寺

文/图：林琳

8月4日中国留学生学友会在鸣门市的蓝莓农场进行了蓝莓采摘活动。

出发前一天，和农场最后联系确认，JR票，路线信息等准备工作已经全部就绪，但当天早晨突然下起雨来，给大家制造了小小的恐慌。我与会长商量了一下，考虑到雨下的不大，也不像前几天那样热，加上采摘活动一定会很有趣，决定还是按计划进行。

所有人员骑着自行车到德岛车站集合。虽然之前担心大家冒着大雨很不容易，但却一个人都没迟到和缺席，这让我非常感动。到了板东车站后，雨停了，步行20分钟到农场的时候已经是彻底放晴。在农场经营者的夫妻二人耐心的为大家讲解采摘方法后，我们开始了初次体验的蓝莓采摘。大家一边欢欣雀跃的品尝着蓝莓一边游览了农场。一直担心还会下雨的我，也放下心来，采摘起了蓝莓。有的人摘了好多，在树荫下一边品尝一边聊天。有的人沉醉于采集不同品种的蓝莓，有的人饶有兴趣的了解着蓝莓的培育方法，还有的人聚集到自己中意品种的树下一边采摘一边相互进行着自我介绍。

在农场享受一番后，我们向灵山寺出发。留学生们听到四国八十八个的传说后，带着对寺庙的各种想象奔向了灵山寺。一进入寺庙，我们马上被映入眼帘的鲤鱼池所吸引住，池中超大的彩色鲤鱼在悠闲的游来游去。周围都是相机的快门声和“太美了”的感叹声。之后大家自由活动，有的祭拜主佛，有的抽签，有的挑选着礼物。抽签的人大多数都中了大吉或吉。不愧是四国八十八个的第一名刹，我也像大家那样虔诚的合掌祭拜，希望大家从这里都出发有个美好的开始。有人突然想到说“啊！空海法师也来过西安呀！”。虽然在中国停留的时间很短，空海法师也是在日中交流史上无法被忽视的人物。正如中国的鉴真和尚受到日本人的尊敬那样，空海法师也受到中国人的敬仰。想到为日中友好关系做出贡献的二位佛教界的前辈，我们也应该将日中友好精神传承下去吧。

看到日本学生与中国学生之间可以进行充分的交流，更看到品尝了美味的蓝莓，欣赏了满目的田园风景的大家的面容，让我感到了一丝欣慰。内心更加坚定了今后还要继续举办日中交流活动的决心。

感谢前来参与本次活动的各位同学！

感谢一直陪伴到最后的陈会长！

最后感谢在组织日中交流活动中给予我支持和帮助的达令，谢谢你！（完）



（灵山寺前合影留念）

藍住町国際交流協会・NPO法人美馬の里

日本語指導ボランティア養成講座 受講者募集！

●●● 外国の方への実践的な日本語の教え方を勉強しませんか ●●●
—文化庁の事業— 協力:(公財)徳島県国際交流協会・徳島県

藍住会場

土曜日 10:00~15:00 (お昼休憩12:00~13:00) 4時間/1日

前期:① 11/9 ② 11/16 ③ 11/23 ④ 12/7 ⑤ 12/14 ⑥ 12/21
後期:① 1/18 ② 1/25 ③ 2/1 ④ 2/8 ⑤ 2/15 ⑥ 2/22

★場所:藍住町福祉センター2F (088-692-9951)

★講師:(公財)徳島県国際交流協会日本語教室講師 青木洋子先生

★問い合わせ:藍住町国際交流協会事務局 (担当)松田

〒771-1203 藍住町奥野字矢上前32-1 藍住町社会福祉協議会内

TEL 088-692-9951 FAX 088-692-1626

メール:aizumi_kokusai@garnet.nmt.ne.jp



美馬会場

日曜日 13:00~16:00 3時間/1日

前期:①10/20 ② 10/27 ③ 11/3 ④ 11/10 ⑤ 11/24
⑥⑦ 12/1 ⑧ 12/8

ただし12月1日(日)のみ午前の部 9:30~12:30,午後の部13:30~16:30

後期:①12/15 ② 12/22日 ③ 1/12 ④ 1/19 ⑤ 1/26 ⑥ 2/2

⑦ 2/9 ⑧ 2/15(土)

ただし2月15日(土)のみ午前9:30~12:30

★場所:美馬文化会館(美馬市美馬町養泉11 0883-63-4646)

★講師:(公財)徳島県国際交流協会日本語教室講師 山田多佳子先生

★問い合わせ:NPO法人美馬の里 事務局

林:090-4507-1055 丸山:090-5148-4533

FAX:0883-52-3991 メール:frontier_sh@yahoo.co.jp

○受講料:無料

○テキスト:前期:「みんなの日本語初級Ⅰ(第2版)」

後期:「みんなの日本語初級Ⅰ(第2版)」

(スリーエーネットワーク2,625円)をご購入ください。

(初版をお持ちの方はそれを使っていただいても結構です)

文化庁「生活者としての外国人のための日本語教材例集」も随時活用します。

(講師より配布)

○定員:20名程度 ○申込み:はがき、FAX、メールのいずれかで

①名前②郵便番号③住所④電話(携帯もあれば) & Fax & メールアドレス

⑤性別⑥年代⑦日本語教授法学習経験の有無および年数など⑧理解できる外国語

⑨テキスト購入希望の有無 を明記の上、各事務局まで。

★この講座では、徳島県立総合高等学校「まなびーあ徳島」の生活環境学部の単位が取得可能です。

(前期・後期 各12単位)

★詳細はTOPIAホームページ(<http://www.topia.ne.jp/>)でもご確認いただけます！



剑山红叶节 /剣山もみじ祭り/

10/1

剑山红叶节从昭和58年(1983年)开始举办,是剑山地区最大最隆重的活动。从10月上旬到中旬,剑山的红叶从山顶依次绽露到山麓。和人造的庭园不同,剑山艳丽的红叶呈现出大自然内在的美丽。由黄到红的颜色渐变,湖畔倒影出来的美景,您可以在晨间、午后、傍晚分别感受到不一样的剑山红叶。

时间: 2013/10/1(周二)~31(周四)

地点: 三好市东祖谷

剑山山顶至见之越周边

咨询: 剑山观光推进协议会

电话: 0883-67-5277

交通方式: ·乘坐JR德岛线在“贞光站”下车后,开车70分钟即到

·乘坐JR土讃线在“阿波池田站”下车后,开车150分钟即到

大步危River Festival 2013 /大步危リバーフェスティバル2013/

这是一项精彩纷呈的世界级比赛。参赛选手包括世界冠军等专业选手。当然除了专业选手,我们还为一般民众准备了体验型的小艇漂流。另外还有妖怪游行、产地直销市场等,等着你来哦!

时间:

2013/10/5(周六)・6(周日)

地点:

德岛县三好市山城町西字1468-1

River Station West-West

咨询:

大步危River Festival事務局

电话: 0883-76-0745

交通方式: ·从JR小步危站往高知方向步行约20分钟即到

·从关西、关东过来的游客可从德岛自动车道“井川池田IC”往高知方向开车约30分钟即到

10/15

动漫★嘉年华vol.11 /マチ★アソビ vol.11/

动漫★嘉年华作为德岛市中心街区周游型动漫主题活动,自09年秋天首次举办以来,吸引了来自全国各地的动漫迷们。

今年的活动包括更伊老师和锅岛老师的签售会、Cosplay、痛车展示、kalafina等歌姬参加的演唱会、德岛美食猎人等,还有机会和著名声优鸟海浩辅亲密接触哦!更多

详细信息,大家可以查看「マチ★アソビ」活动主页。

www.machiasobi.com

时间:

2013/10/12(周六)~14(周一・假日)

地点: 德岛市中心街区等

咨询: 动画电影祭实行委员会

电话: 088-621-2146

10/31

祖谷平家祭 /祖谷平家まつり/

每年10月份为三好市“祖谷平家祭月”。期间会举办各式各样的活动。期待大家光临!

·第8届祖谷撒粉节日本第一大会
10/5(周六)~6(周日)

·爵士音乐节in祖谷 10/5(周六)

·西祖谷文化祭 10/13(周日)

·祖谷祓活动偶人-晚间公演
10/5、12、19、26(周六)

·第7届祖谷文化传承祭
10/20(周日)

·平家传说与乡土艺能
10/27(周日)

时间: 2013/10/5(周六)~10/27(周日)

咨询: 三好市观光课

电话: 0883-72-7620

关于「せる」和「させる」

文/题: Junko Nagamachi

这一期的日语教室，我们一起来学习「せる」和「させる」这两个表达。



有位妈妈，她见女儿一点儿也不收拾屋子，就跟女儿说「掃除して」。

女儿没办法，只好照做。这种情况我们就可以说：

「母は娘に部屋を掃除させました。」

像这样，我们在表述主格（强制）让某人做某事的时候，就会使用动词的「～せる」或「～させる」的形式。而一般我们把「母は娘に部屋を掃除させました」这样的句子称为使役句。

但其实是除了表示“强制”以外，这种使役表达还可以用在其他地方。比如有一天，儿子说他想学钢琴。听到这句话的母亲有点担心，她怕儿子学钢琴会两天打渔三天晒网，坚持不了几天。但还是对儿子说了句「習ってもいい」。这种情况我们就可以说：

「母は息子にピアノを習わせました。」

而这句话就是一种表示许可的表达。

另外，在下面的情况下也可以使用「せる」「させる」。



比如，见到女儿一副愁眉苦脸的样子，爸爸就想安慰下女儿。这种情况我们就可以说：

「父は娘を笑わせました。」

那这就是一种表示“情感诱发”的表达。在表示“强制”“许可”的时候，一般是上级/长

辈对下级/晚辈使用的，反过来是不成立的。而在表示“情感诱发”的时候，是可以用于下级/晚辈对上级/长辈的。比如下面这句话：

例：「(息子は)テストで100点を取って、母をびっくりさせた。」

同时，我们还要注意“使役：的使用方法及造句方法。例如：

「母は息子をピアノを習わせました」

这句话中「を」使用了两次，是错误的。正确的应该是：

「母は息子にピアノを習わせました。」

在动词使役态变形时一般是按照以下规则。

- 1类动词「せる」
行く→行かせる、話す→話させる
- 2类动词「させる」
食べる→食べさせる、見る→見させる
- 3类动词「させる」
する→させる、来る→来させる

【Exercise】

- 1) 请在下面括号中填入适当的平假名。
 1 先生は、生徒()レポート()書かせた。
 2 ダイアナさんが、ともだち()怒らせた。
 3 忙しいので、子ども()家の仕事()手伝わせます。
- 2) 请仿照例文改变句子。
 例: 中村さんは資料をコピーしました。→ 課長は中村さんに資料をコピーさせました。
 1 息子は旅行に行きました。
 → 母は、
 2 弟は泣きました。
 → 兄は、
 3 子どもたちは、自由に絵を描きます。
 → 先生は、

注: イラストは「絵で導入・絵で練習」(凡人社)より転写

母は娘を笑わせました。
 父は娘を泣かせました。
 母は息子にピアノを習わせました。
 息子は母をびっくりさせた。

1) 1に、を
 2) 2を
 3) 3に、を

[Answer]

双 语 阅 读 沙 龙

谢谢你，让我把你生下来！ 感恩之心

我的学生说：日本人的想法很有意思。

“教我知识谢谢你”“送我回家谢谢你”“把我养大谢谢你”听到这些还是易于理解的，如果说“谢谢你吃我做的饭”，还是觉得有些奇怪。

根据学生们的逻辑，自己做的饭，理所当然对方感谢自己，应该听到的是“谢谢你给我做饭”。当然，这是毫无疑问的。

“谢谢你吃我做的饭”对于不会做饭的我来说，是从没体会过这种心情的。但是潜意识中还是可以理解说这种话时女性的心情。当然，也有可能只是嘴上说“谢谢你”，但实际上心里在想“你们还真啊，傻瓜！”不管怎么说，日本女性一直以来都拥有一颗感恩的心。

刚才写道，多少能够理解“谢谢你吃我做的饭”这种心情，是因为最近在日本年轻人当中经常会听到“谢谢让我遇见你”；在年轻父母中，也会有人望着自己的小婴儿很自然的说“谢谢你让我把你生下”。

如果在去年之前听到这句话肯定会想“说反了吧”。但是闭上眼睛假象一下：自己就是父母，看着自己孩子熟睡的小脸，真的会由衷而发“让我把你生下来，真好，谢谢你！”感恩之情油然而生。所以“谢谢你吃我做的饭”这种心情还是可以理解的。

说到“感恩之心”，首先会想到福山雅治。作为演员和歌手他已经家喻户晓，没有必要再做说明。值得一提的是，他每年在自己的生日都会送给母亲一束花，是为了向母亲感恩“谢谢你把我生下来”，当然，他本人不会亲口说的。

“说出你的感谢”似乎成为最近的关键词，在电视上、杂志上经常会看到类似的话。估计是一直以来日本人都不擅长说“谢谢”吧。

听到对方向自己说感谢不仅会特别高兴，而且自己也会不由自主的想说“谢谢”。当然，如果很不擅长说“谢谢”，就没必要特意说出来，像福山先生那样用行动表达出来也是令人感到温暖的。



(摘自“沪江日语”，感谢！)

産まれて来てくれてありがとう 感謝の気持ち

わたしの教え子がいう。「日本人の発想は面白い！」と。

「教えてくれてありがとう」「家まで送ってくれてありがとう」「育ててくれてありがとう」という表現を聞けばすぐに理解できるが、「食べてくれてありがとう」というのは、なんともオカシな発想だ…。

教え子たちの考えによれば、自分が料理を作ったのなら、当然相手が自分に感謝するべきで、その結果出てくる言葉は「作ってくれてありがとう」になるはず。もちろん、その通りだ。

料理ができない私は「食べてくれてありがとう」という気持ちを味わったことがない。しかし、何となくだが、そのように言う女性の気持ちが理解できる。いや、実は「食べてくれてありがとう」と言うのは口だけで、本音のところは「真に受けるなよ、バカ男ども！」と思っているかもしれない…。まあ、とりあえず、日本人女性は、いつもいつも感謝の気持ちを抱いているやさしい人間なのだと思います。

さきほど、「食べてくれてありがとう」という気持ちが少しだけわかると書いた。実は、それには理由がある。最近、日本の若者の間では、「出会ってくれてありがとう」という言い方を普通に使ったり、若くして親になった人達の間では、赤ちゃんに、平気な顔で「生まれてきてくれてありがとう」という言葉を口にしたりする。

去年までは、「はっ、逆だろ？生まれてきてくれてありがとう？そんな馬鹿な！」と呆れていたが、実際に自分が親になり、目を閉じてスヤスヤ寝ている我が子を見て、心から「生まれてきてくれてありがとう」という気持ちが芽生えてきた。感謝の気持ちというのは自然と湧き出てくるものだ。だから、「食べてくれてありがとう」も何となく理解できる。

さて、「感謝の気持ち」と聞いて、ある人を思い出す。福山雅治さんだ。彼は俳優としても歌手としてもあまりにも有名すぎて、わざわざ説明する必要もないが、彼は毎年自分の誕生日に、母親に花束を送るそうだ。「産んでくれてありがとう」という気持ちを表すためののだが、もちろん本人はそれを言わない。

最近、「感謝の言葉を口にしよう」がキーワードになっているようで、テレビでも雑誌でもよくその言葉を見かける。きっと、昔の日本人も今の日本人も感謝の言葉を口にするのが苦手なのだろう。

相手から感謝の言葉を聞くとものすごくうれしくなるし、自分も感謝の言葉を口にしていこうと思うようになる。ただ、感謝の言葉を口にするのが苦手なら、わざわざそれを口にする必要もないと思う。福山さんのように感謝の気持ちを行動に移すことができるなら…。



好吃中国菜——东坡肉

东坡肉，杭州名菜，用猪肉炖制而成。相传这道菜是由北宋诗人苏轼发明，菜名来自其字号“苏东坡”。

材料：五花肉500g、酱油35g、料酒70g、白砂糖35g、葱适量、姜适量、

- 1、将一整块五花肉绵水定形
- 2、将五花肉切成2.5CM宽窄
- 3、将葱姜铺在沙锅底部
- 4、将肉块皮朝下码在沙锅里
- 5、将白砂糖撒在肉块上
- 6、大火烧开。小火慢炖2个小时
- 7、将肉取出，装有盖子的碗。再入蒸锅蒸25分钟
- 8、美味可口的东坡肉就做好了。



东坡肉<ドンポーロウ>、杭州料理、豚肉を煮込んで調理したものである。北宋の詩人蘇軾が考案したとされ、料理の名前は彼の号である「蘇東坡」に由来する。

材料:皮付きの豚のばら肉500g、醤油35g、みりん70g、粉砂糖35g、ネギ・生姜適量

- 1、皮付きの豚のばら肉をお湯で茹でて、余分な脂を取り、形を固める
- 2、茹でて固めた肉を2.5×2.5CMのサイズに切る
- 3、ネギ・生姜を鍋の中に並べる。
- 4、皮付きのほうを下になるよう、切った肉も鍋の中に並べる。
- 5、粉砂糖を肉の上に撒く
- 6、暫く強火で加熱する。そのあと、弱火で2時間ぐらいじっくり煮込む。
- 7、肉を取り出し、蓋付きのお椀に入れ、鍋で25分間蒸す。
- 8、美味しい东坡肉の出来上がり。

HIROBA 简易日本料理教室

(HIROBA easy Japanese Cooking)

秋高气爽，适合出游！带上自制便当，来一趟秋游，是不是一件很美好的事呢！

怎么样，一起来学习怎么做出美味漂亮日本便当吧~

时间：11月4日（假日）上午10:30~下午1:00

地点：内町Community Center（コミュニティーセンター）2楼

（从德岛市役所步行2分钟）

定员：20人 参加费用：（含材料费）500日元

咨询・报名：HIROBA 山田

电话：090-2787-3597 传真：088-652-4846

邮箱：welcometotokushima@yahoo.co.jp

△ 发行 △

地址：〒770-0831

德岛市寺岛本町西1-61

Clement Plaza 6F

（公財）德岛县国际交流协会

TEL：088-656-3303

FAX：088-652-0616

www.topia.ne.jp

EMAIL：topia@topia.ne.jp



△ 发行 △

地址：〒770-8570

德岛县商工劳动部

国际观光局国际战略课

德岛市万代町1-1

TEL：088-621-2028

FAX：088-621-2851

www.pref.tokushima.jp

编辑：童江宁、藤原唯

人権を守って、輝く明日