

# 阿波生活

◆主办：德岛县国际交流协会

◆二〇一四年十一月

## 第五届德岛县中文演讲比赛获得圆满成功



朗读部分



演讲部分

2014年10月19日，由德岛县日中友好协会主办的第五届德岛县中文演讲比赛在德岛县国际交流协会（TOPIA）举行。比赛分为朗读和演讲两个部分，共有27名选手参赛，年龄最小的为11岁，年龄最大的为65岁。

参赛选手们在亲人、朋友、以及在日华侨华人们的助威下，充分展示出自身水平。在演讲环节上选手们讲述了为什么学习中文、学习中文的经历、对中国的印象等。经过激烈的角逐，四国大学的大三学生森本爱凭借准确的中文发音和出色的表达能力荣获最优秀奖。

森本爱的演讲题目为《对中国的印象》，她通过自身的体验讲述了对中国印象的变化，她希望更多的日本人亲自去中国，了解中国文化和中国人，而不是仅仅停留在新闻里所看到的印象。也希望通过继续学习中文，与更多的中国人交流，改变对彼此的印象，促进相互理解，加深友谊。

最后，评委代表发言，对本次比赛给予高度评价，赞扬选手们学习中文的热情和勇气。比赛不是目的，通过比赛使更多的日本人了解中国，并

将中国文化介绍给日本和全世界。希望选手们再接再厉继续学好中文，为中日两国友谊尽一份力量。

### 第五届德岛县中文演讲比赛获奖者名单

最优秀奖	森本 爱
日中友好协会会长奖	山田 英岳
优秀奖	镰田 惠子 古川 启子
特别奖	千田 丰 广濑 稔行
努力奖	藤本 凌太

### 对中国的印象

我去年8月份去中国留学了一年。刚去时，我一点汉语也不会说，等我会说中文以后，慢慢地交到了一些朋友，也去了一些地方旅行。在这里，我想讲的是在中国旅行期间经历的一件事情。

回日本之前，我一个人去了一次云南。我在云南遇到一个中国人，她是一位宾馆的服务员。她的亲切热情给我留下了深刻的印象。我在她工作的宾馆住了两天。这期间，她知道了我是日本人以后，不但对我的态度没有改变，还亲自给我做了饭，然后一起吃。吃饭的时候，她跟我谈起了她自己，

她是四川人，喜欢吃辣，有两个女儿，等等。恰好那时候，我的身边没有认识的人，她的亲切健谈让我印象深刻，并且感到特别温暖。除了聊家常之外，她还跟我聊了日本人和中国人的关系。她说其实有些老人不喜欢日本，是因为以前发生的战争，还有日中两国关系也不怎么好。但是我们老百姓之间还是要友好地来往。她说的话让我很高兴。即使是离开云南之后，她讲的话也一直留在我的心里。

从中国回来的时候，很多人问我，在中国有没有遇到危险的事情，中国人对你好吗，你一个人去不害怕吗？如果是我的话，绝对不去等等。我知道每个人都有自己的想法，不过我想告诉他们，在中国有很多人喜欢日本的文化，比如说动漫，电视剧，和音乐等等。想来日本的人也很多，而且朋友们总是对我说：“欢迎来中国。”“你一定要再回来看看。”

听了这个故事以后，你去中国时，还会有顾虑吗，还会担心中国人和日本人之间的关系吗？其实去中国之前，我也想过这样那样的问题，有各种各样的顾虑，不过现在我对中国的印象改变了。我希望有更多的日

本人能有机会亲自去中国，了解这个国家的文化和那里的人们，而不是仅仅停留在新闻里看到的印象。

回日本以后，我也在继续学习中文，希望跟更多的中国人交流，也希望通过更多的交流，加深两国人民之间的理解，改变对彼此的印象。我的演讲到此结束了。谢谢大家。

森本 爱



### 在日中国留学生着朝圣服装体验日本巡礼文化

四国灵场是位于日本德岛县、高知县、爱媛县、香川县的 88 处与日本弘扬佛法的先驱者——弘法大师有渊源的寺院，也简称八十八个所。巡拜四国八十八个所则称为四国巡礼。近日，日本德岛县的中国留学生亲自体验了日本的巡礼文化。

据日本《读卖新闻》消息，为加深外国人对巡礼文化理解，提高四国灵场登录世界遗产的机会，10月19日，日本 NPO 法人“德岛共生塾一步会”以在县内居住的外国人为对象，举办了行走巡礼体验讲座。

来自中国、美国等 8 个国家的 16 名留学生参加。中国留学生和其他外国留学生头戴草帽，身着白衣，手持金刚杖等身着朝圣服装，步行约 8 公里从大日寺前往井户寺。

在大日寺的寺院内，中国留学生等参加者按照担任向导的先导修行者指导的洗手顺序和供香方法，参拜。在正殿前，留学生们合掌大声念“南无大师遍照金刚”。

中国留学生表示，通过参加此次体验活动，对日本的巡礼文化有了进一步理解。今后也想到更多的寺院巡礼。

摘自日本新华侨报网

### 第四届四国地区中国留学生运动会

10月19日上午，高知县野市综合体育馆内奏响了庄严的中华人民共和国国歌，由四国华侨华人联合会主办的一年一度的四国地区第四届中国留学生运动会隆重开幕。中国驻大阪总领馆于淑媛副总领事、南国市国际交流协会、高松市日中友好协会代表等来宾出席并讲话。

来自高知、爱媛、香川、德岛四县的中国留学生代表队分别进行了篮球、排球、丢沙包、跳绳、拔河等项目的比赛，赛场气氛热烈，选手们竞争激烈，场上场下拉拉拉队“加油”助威的声音此起彼伏，连成一片。最终爱媛代表队获得团体总分第一名，香川、高知代表队分获第二和第三名，德岛代表队赢得团体精神文明奖。比赛结束后，举行了单项及团体颁奖仪式。于副总在致辞中寄语广大留学生，希望大家始终把祖国和人民放在心里，刻苦学习，留学报国，把自己的梦想融入中国梦，把自己的名字写在中华民族伟大复兴的光辉史册之上。祖国永远是海外学子的精神家园和坚强后盾。

运动会后，在野市综合体育馆举行了留学生联欢会及“四国华侨华人联合会中国自费留学生奖学金”颁发仪式。同学们还表演了自编自导的精彩文艺节目。最后的抽奖活动将现场气氛推向高潮，留学生大联欢活动在欢歌笑语中圆满落幕。大家相约明年香川再相聚。

摘自中国驻大阪总领事馆

在徳島生活的时候是否会有听不懂看不懂的单词呢？而经过查找才知道，其实它们是我们再也熟悉不过的单词。对的，这就是徳島方言。本期继续让我们一起来学习有趣的徳島方言吧！

方言	例文	日文意思	中文意思
あるでないで	そこに、ペン <b>あるでないで</b> 。	あるでしょ	在吧
いける	<b>いける</b> ？	<small>だいじょうぶ</small> 大丈夫	没问题
いぬ	<small>いま</small> 今から <b>いぬ</b> けん	<small>かえ</small> 帰る	回去、回来
うちんく	<small>く</small> <b>うちんく</b> 来る？	<small>わたし いえ じょせい つか</small> 私 の家(女性が使う)	我家 (女性用語)
ええ	<small>そうじ</small> もう、掃除 <b>せんでええ</b> よ	<small>よ じゅうぶん</small> 良い、十分	很好、充分
(おなかが)おきる	<small>うご</small> おなかが <b>おきて</b> 、もう動けんわ。	<small>いっぱい</small> (おなかが)一杯にな る	肚子饱饱的
おつきよい	<small>きょう さかな</small> 今日、 <b>おつきよい</b> 魚つかまえた。	<small>おお</small> 大きい	大的
がい(い)	おまはん、 <b>がい(い)</b> なわ。	<small>き つよ</small> 気が強い	倔强
き来しな	<small>き</small> <b>来しな</b> によってよ。	<small>く く とちゅう</small> 来るとき、来る途中	来的时候、 来的路上
げっちょうび	<small>きょう なんようび</small> 今日、何曜日？→ <b>げっちょうび</b>	<small>げつようび</small> 月曜日	星期一
こっしゃえ	<small>ばん はん</small> もう晩ご飯の <b>こっしゃえ</b> できた？	<small>ようい じゅんび</small> 用意、準備	准备
～じよ、～じゃ	<small>あした かぞく うみ い</small> 明日、家族で海に行く <b>んじよ</b> 。	～です、～ます	是
しわしわ	<b>しわしわ</b> 行くわ。	ゆっくり	慢慢的
～せーへん	あいつ、いっことも掃除 <b>せーへん</b> 。	～しない	不做、不～
たつ	その <b>と</b> 戸 <b>たつ</b> といて	<small>し</small> 閉める	关
つまえる	おもちゃ、 <b>つまえ</b> なさい！	<small>かたづ</small> 片付ける	整理
どちらいか	「ありがとう。」→「 <b>どちら</b> いか。」	どういたしまして	不客气
はよ、はよう	<b>はよう</b> 行こう。	<small>はや</small> 早く	早点儿
へらこい	あいつは、 <b>へらこい</b> な一。	ずるい	狡猾

摘自徳島县国际交流协会发行的《ええじょ！とくしま》

山田多佳子 老师

外国で、病気になったりけがをして病院に行くとき、とても不安ですね。

今日は、病気の症状の説明や、薬の飲み方など、病院や薬局での会話を練習しましょう。

在国外，生病或受伤去医院是件令人很不安的事。

本月让我们一起来学习说明疾病症状和药物服用方法等，在医院或药店常用的表达方式吧。

会話1

\*診察室で

医師： どうしましたか。

マリア： 昨日から①頭が痛いです。それから②熱があるんです。

\*診察の後で

医師： ③かぜですね。5日分の薬を出しておきます。

マリア： あのう、④お風呂に入ってもいいですか。

医師： 今日は ⑤お風呂に入らないでください。



上の会話の①②③④⑤に下の表の言葉を入れて練習してみましょう。

④⑤の動詞は形を変えて入れましょう。(④て形、⑤ない形) (请把上述会话中的①②③④⑤替换成如下表格中的单词进行练习。④⑤动词需进行活用变化。(④て形、⑤ない形))

	①症状	②症状	③病気の名前	④⑤してもいいか、聞く
練習1	お腹が痛い 肚子痛	吐き気がする 觉得恶心	胃炎 胃炎	辛い物を食べる 吃辛辣的东西
練習2	喉が痛い 喉咙痛	咳が出る 咳嗽	風邪 感冒	シャワーを浴びる 淋浴
練習3	目がかゆい 眼睛痒	目やにが出る 眼睛有分泌物	結膜炎 结膜炎	プールに入る 游泳

会話2 次は薬についてです。診療所では、診察後受付で薬を出してくれるところもありますが、大きい病院では、処方箋をもらって、薬局で薬をもらいます。(关于药物，有的诊所看完病后会给患者开药，但是在在大医院看病，患者应拿到处方后，需到药店买药。)

\*薬局で

薬剤師：高橋マリアさんですね。

マリア：はい

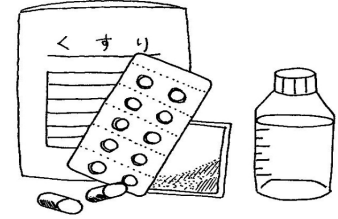
薬剤師：①飲み薬が ②14日分 出しています。

③1日3回 ④食後に、⑤2錠ずつ ⑥のんでください。

①～⑥を入れ替えて練習してみましょう。(请替换①～⑥的单词，进行练习。)

①薬の種類と⑥動詞

飲み薬 (錠剤、カプセル、粉薬、シロップ)	を	飲みます
塗り薬	を	塗ります
貼り薬	を	貼ります
目薬	を	入れます



②何日分：3日分、5日分、1週間分

③1日に何回？：1回、2回、3回、4回

④いつ？ 食前 (ごはんを 食べる 前)

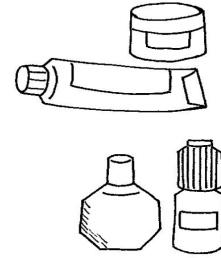
食中 (ごはんを 食べている とき、ごはんと 一緒に)

食後 (ごはんを 食べた 後)

食間 (ごはん と ごはんの 間)

いたい時、かゆい時、

⑤1回に、どのくらい？ 1錠ずつ、3錠ずつ、1枚ずつ、1滴ずつ



## 歩行者須知

### 1、歩行者通行須知

- (1) 在有人行道或路侧带的道路上，必须走人行道或路侧带。
- (2) 在无人行道或路侧带的道路上，必须走道路的右端。
- (3) 禁止步行者在高速公路、汽车专用道、根据道路标识禁止步行者通行的道路上通行。

### 2、横穿马路时应注意事项

#### (1) 横穿马路的地方

- ① 如果附近有斑马线或信号灯的十字路，就必须在此斑马线或十字路口通行。
- ② 如果附近有行人天桥或地下通道，尽量利用此设施。
- ③ 在有“禁止步行者横穿马路”的道路标识的地方，禁止横穿马路。
- ④ 禁止在正要停车的车辆前后横穿马路。

#### (2) 在有信号灯的地方横穿马路时

- ① 横穿马路要遵守交通规则，做到“绿灯行”。
- ② 即使信号变绿灯也要左右确认车辆停止之后再横穿马路。
- ③ 绿灯闪亮和黄色信号灯一样。绿灯闪亮时，禁止开始横穿马路。
- ④ 在有供步行者使用的按钮式信号灯的地方，先按按钮，等待变绿灯后再横穿马路。

#### (3) 在没有信号灯的地方横穿马路时

- ① 附近没有斑马线时，在能够好好瞭望道路情况的地方横穿马路。
- ② 站在道路的尽头，应先好好确认左右，在没有机动车通过时，才能横穿马路。
- ③ 横穿马路时，也要时刻注意周围有无车辆在通行。
- ④ 禁止斜穿马路。

### 3、横穿铁路道口时

- ① 即使警报器没有鸣响或遮断栏杆没有放下来的时候，也应在铁路道口停止脚步，先确认左右安全后，再横穿。
- ② 警报器鸣响或开始放下遮断栏杆时，禁止横穿。

### 4、夜间行走时

- ① 在夜间行走时，要比白天加倍注意，为了让驾驶员看得清楚，穿着较显眼的亮色衣服，以及鞋、衣服、包、拐杖等上面加上反光材料。
- ② 在无信号灯的地方横穿马路时，尽量选择有道路照明等地方横穿。



徳島县警局

井上和惠 老师

秋意浓浓，保育园的树上结了很多橡子，树叶也变成了棕色。这个季节也是利用落叶和果实进行创作的好时节。一边感受秋天大自然的气息和氛围，一边在户外精力充沛地游玩吧。

这个季节，容易流行感冒。为了预防感冒，不仅需要勤洗手、漱口，而且平日里就要注意锻炼身体，不被病魔所击败。据育儿杂志“COOYON”11月份的有篇文章说，体温升高的话，免疫力随之高涨，病魔难以侵入到身体内。人的身体，通过运动增加肌肉量的话，体温会上升。除了运动，也有很多提高免疫力的方法。比如泡澡，泡温泉，吃日本味噌汤或纳豆等发酵食品，使身体变暖。据说使用护腰带暖肚子能加强内脏器官的活动，从而激活淋巴球，避免免疫力的降低。

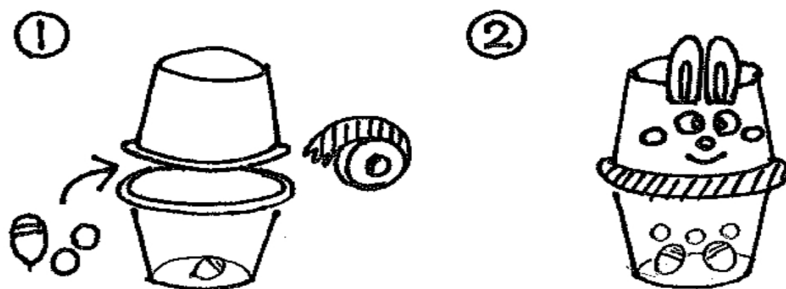
体寒的小朋友，为了健康请多尝试一下。（据说处于健康状态的正常体温为好 36.5 以上。）

< 兔子沙铃 >

① 把 2 个果冻（或者布丁）的空容器，像图一样重叠起来，用塑料胶带结实地贴在一起。（把橡子或果实放入空容器内）

② 在空容器上面用图画纸做成兔子的耳朵、眼睛、鼻子，然后用双面胶粘贴。

\* 请随着音乐的伴奏，摇晃沙铃。通过变换沙铃里面的东西，可以听到不同的音色。（比如红豆或大米等）



## 德岛县赏红叶好去处

时序金秋，正是红叶烂漫时，德岛县的各地也将迎来游客赏红叶高峰期。本期向大家推荐德岛县的赏红叶好去处。详情请登录阿波导航 <http://www.awanavi.jp>

### 东部

《高越溪谷》（吉野川市）10月下旬～11月中旬  
 《丈六寺》（德岛市）11月上旬～11月中旬  
 《瑞严寺》（德岛市）11月上旬～11月中旬  
 《殿川内溪谷》（上胜町）10月下旬～11月上旬  
 《德国村公园》（鸣门市）11月下旬

### 西部

《祖谷溪》（三好市）10月下旬～11月中旬  
 《大步危・小步危》（三好市）11月中旬～11月下旬  
 《奥祖谷二重藤蔓桥》（三好市）10月下旬～11月上旬  
 《祖谷藤蔓桥》（三好市）11月上旬～11月中旬  
 《持性院》（三好市）11月中旬～11月下旬  
 《半田岩》（三好市）11月中旬～11月下旬

《木屋平民俗资料馆》（美马市）11月上旬  
 《箸藏山》（三好市）11月上旬～11月中旬  
 《龙之岳》（三好市）10月下旬～11月中旬

### 南部

《木泽》（那贺町）11月上旬～11月下旬  
 《高之濑峡》（那贺町）10月下旬～11月中旬  
 《轰瀑布》（海阳町）11月中旬  
 《枪户峡》（那贺町）10月下旬～11月中旬



### 大谷烧窑节

每年 11 月的第 2 个星期六、星期日，在“东林院”内举办盛大的陶器市。摆满了从大的睡连钵到小的可爱装饰物等充满“泥土”气息的物品。以比平时优惠的价格进行销售。有很多县外的人也来光顾。节日期间，将表演当地的狮子舞，出售小学生的作品。

举办日期：2014/11/8（周六）・9 日（周日）

9:00 ~ 16:00

咨询：大谷烧陶业协会（事务局：大麻町商工会）

TEL：088-689-0204

举办地点：鸣门市大麻町大谷字山田 59 东林院内

交通：JR 高德线“池谷站”下车→徒步需 10 分钟

### 轟神社 秋季大典

轟神社位于红叶盛开的轟溪谷的中心的中心的位置，自然环境优美。人们抬着神輿从神社跑到瀑布潭，是祈寿全人类的健康・安全・和平的神圣的仪式。

举办日期：2014/11/9（周日）9:30 ~ 14:00

咨询：海陽町观光协会

TEL：0884-76-3050

举办地点：海部郡海陽町平井字王余鱼谷 轟神社

费用：免费

交通：JR 牟岐线“阿波海南站”下车→町营巴士 50 分钟或驾车 40 分钟

### 德岛食材展 2014

在参展期间，出售当地的新鲜的农产品和鱼贝类等水产品。届时有名连、大学连表演阿波舞，还有抽奖等活动，内容丰富多彩。欢迎大家光临！

举办日期：2014/11/22（周六）9:30 ~ 16:00

2014/11/23（周日）9:30 ~ 15:00

咨询：德岛市农林水产课

TEL：088-621-5246

举办地点：德岛市蓝场浜公园

交通：JR「德岛站」下车→步行 5 分钟

### 妖怪节

在妖怪“儿啼爷”的故乡—三好市山城町上名藤川谷附近举行妖怪节。妖怪神轿、妖怪举行有关妖怪的各种活动。还可以购买当地的特产品。

举办日期：2014/11/23（周日）

咨询：藤川谷会

TEL：0883-84-1155

举办地点：三好市山城町上名 藤之里公园

费用：免费

交通：井川池田 IC → 驾车 40 分钟 / JR “大步危站”下车→驾车 10 分钟

### 小松岛美食节

在节日期间，出售小松岛市的当季的水产品和加工品。还有小朋友喜欢的钓鱼池，吃竹轮比赛，室外跳蚤市场，抽奖等活动内容丰富多彩。欢迎大家光临！

举办日期：11 月下旬

咨询：小松岛市产业振兴课

TEL：0885-32-3809

举办地点：小松岛市小松岛町字新港

费用：免费

交通：JR “南小松岛站”下车→步行 10 分钟

### 美乡梅酒节

德岛县吉野川市美乡地区，今年也举办梅酒节。使用标注生产者“放心、安全”的美郷産的梅子，精心酿造出了梅酒。节日期间，能品尝各种梅酒和美食。欢迎大家来到自然资源丰富的美乡！

举办日期：2014/11/29（周六）・30（周日）

咨询：美乡梅酒节实行委员会 TEL：0883-43-2216

举办地点：吉野川市美乡

交通：JR 德岛县“阿波山川站”下车→乘坐免费巴士到各梅酒仓库、农家民宿约 25 分钟。

### HIROBA 日本料理教室

学习体验抹茶的沏茶和饮用方法。使用鸣门番薯和板栗制作日本点心。

举办日期：2014/11/30 下午 1:30 ~ 3:30

地方：内町コミュニティセンター（德岛市役所附近）

费用：500 日元（材料费）

招募人数：20 人

咨询・申请：welcometotokushima@yahoo.co.jp

TEL：090-2787-3597（山田）

### 一起来体验遍路吧！

通过徒步巡礼德岛圣地，来一次身心的洗礼。

对象：德岛县内的外国人、留学生

举办日期：2014/12/6

集合地：德岛车站前（便利店前）AM8:00

参加费：免费

巡礼圣地：1 番札所 ~ 5 番札所

TEL：090-2898-4647 090-1575-0268

URL：http://www.topia.ne.jp

### 日语汉字学习讲座

有没有因教材的单词难懂或来自学校的书信通知上不知写了些什么内容而困惑着呢？让我们一起来学习日语汉字吧！

日期：2014年11月6日～2015年1月22日  
 时间：一周2次（周一・周四）13：30～15：00  
 对象：居住在德岛的外国人  
 场所：わーくびあ徳島2階  
 （徳島市昭和町3丁目35-1）

### 介護職員初任者研修

資格をとって即戦力となる介護職員として就職しよう  
 期間：11月4日～2015年1月23日  
 時間：月曜日 9：30～12：30  
 対象：「介護の日本語講座」修了者  
 日本語能力試験N2レベルの人  
 場所：わーくびあ徳島2階  
 （徳島市昭和町3丁目35-1）  
 受講料：無料（テキストも無料）  
 問い合わせ：徳島県労働者福祉協議会  
 TEL：088-625-8387

### 徳島から世界へ、世界から徳島へ

#### ～グローバル化をめざして～

外国人留学生の話聞いて、グローバルな世界へ一歩踏み出そう！お気軽にご参加下さい。すべての講演やディスカッションなどは日本語で行われます！子どものための「手遊びコーナー」もあります。

日時：2014年11月29日（土）10：00～14：00  
 場所：徳島大学国際センター  
 （新蔵町2-24・地域 国際交流プラザ  
 <日亜会館>1・2階）

内容：留学生・日本人学生等による講演会・パネルディスカッション・世界の料理・個別発表（8～10か国）

申込み：徳島大学国際センター  
 （担当：大石／申込：原井）11月26日まで  
 （当日参加も可）

e-mail: kokukikakuc@tokushima-u.ac.jp  
 TEL: 088-656-7491  
 入場：無料

## ～《阿波生活》期待您的来稿～

在日生活、旅游见闻等，您的稿子会给更多的中国人带来温馨感受。

投稿请发送至 [cir3@topia.ne.jp](mailto:cir3@topia.ne.jp)

或邮寄至 徳島市寺島本町西1-61 クレメントプラザ6F

徳島県国際交流協会 崔福実 收

#### ■ 发行 ■

地址：〒770-0831  
 徳島市寺島本町西1-61 Clement Plaza 6F  
 （公財）徳島県国際交流協会  
 TEL 088-656-3303  
 FAX 088-652-0616  
[www.topia.ne.jp](http://www.topia.ne.jp)  
 E-mail: [topia@topia.ne.jp](mailto:topia@topia.ne.jp)



#### ■ 发行 ■

地址：〒770-8570  
 徳島市万代町1-1 徳島県商工劳动部  
 国际观光局 国际战略课  
 TEL 088-621-2028  
 FAX 088-621-2851  
[www.pref.tokushima.jp](http://www.pref.tokushima.jp)  
 编辑：崔福実 藤原 唯

