

# 阿波生活

2021.2  
德岛县国际交流协会



2021年法国邮政在发行辛丑年生肖邮票的同时，发行了中国文化名人名家主题邮票。

其中的画家陈俊峰先生，师承国画大师李苦禅先生，他的画法继承了苦禅大师笔墨厚重、气势雄阔的笔锋，尤以画鹰见长。

陈俊峰先生的雄鹰邮票给全世界各族人民带来新年祝福，恭祝大家披荆斩棘，自由翱翔。

# 社会保障制度讲座

作者 刘青

12月18日 我参加了由德岛县主办，由德岛中央ロータリークラブ赞助的，日本社会保障制度的讲座。

德岛县劳动者福祉协议会得到德岛中央ロータリークラブ的支持，从2012年开始，每年开办学习日本制度和文化的讲座。这次邀请到了社劳士 岡宏美女士，讲解「知道了更安心的日本社会保障制度」。

非短期生活在日本的人都有必要加入年金。

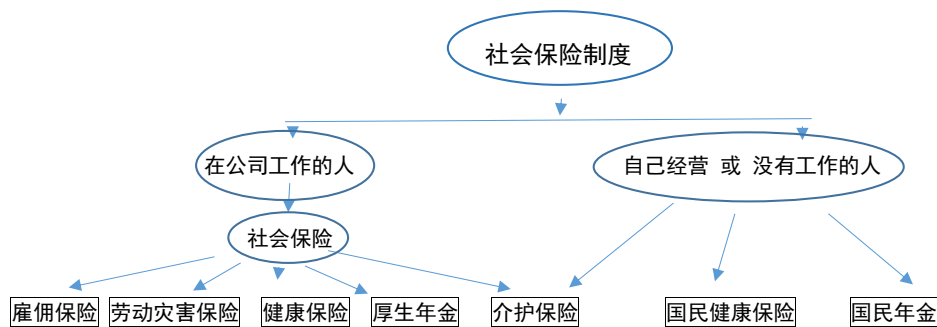
对于学生（包括留学生），有「学生纳付特别制度」，向日本年金机构申请，办理手续后有望免除保险费或可以优惠。但是必须去日本年金事务所申请。

加入年金6个月以上的外国人，回国时根据缴费情况，可以退还一部分费用，日语叫做「脱退一時金」，回国前最好提前做好申请，因为到钱退下还需要一定的时间。

国民年金保险支付10年以上，满足给付条件者，65岁后可以拿到老年基础年金。加入厚生年金者，满足给付条件者也可以拿到年金，年金的金额是根据个人的情况。

外国人也有义务加入医疗保险（健康保险或国民健康保险）。加入医疗保险后，医疗费自己负担30%（70岁前）。如果满足条件还可能成为健康保险的被抚养者。

如果生大病，预计费用会很高，可以事前申请高额疗养费。高额疗养的金额根据个人的年收入和年龄而不同。但是支付费用有上限，会很优惠。



这次的讲座是为了提高在住外国人对日本法律的了解。负责筹划的是劳动者福祉协议会的兼松常务，她从2009年起就开始从事帮助外国人的工作，多年以来帮助外国人学习日语，掌握技能取得资格。根据德岛外国人的实际需求还开设了，葬礼的礼仪讲座，帮助取得驾照的讲座，如何写履



历的讲座。就劳动合同说明会等，为了听讲方便有些课程还安排在了晚上。

这次讲座之后，我们找到了忙碌的兼松常务，请她谈谈她的想法。

兼松常务说德岛的将来已经离不开外国人，她希望在德岛的外国人可以更容易地生活。虽然现在看上去离开目标还很遥远，但是只要有想做的事，通过日复一日，一点一滴地工作积累，总有一天目标可以达成，希望让德岛更加充满活力。

## 黄河第一湾的金色阳光

作者 刘青

春节到来！希望大家新的一年一切顺利，生活充满阳光！

说起阳光，不觉回想起，在黄河第一湾看到的日出。

车奔驰在一望无际草原上，道路两边人烟罕见，360度都是绿油油的草原，悠哉悠哉的牦牛群，浩浩荡荡的蓝天白云渐渐被晚霞染成七彩的颜色，我们一路惊叹着到达唐克。



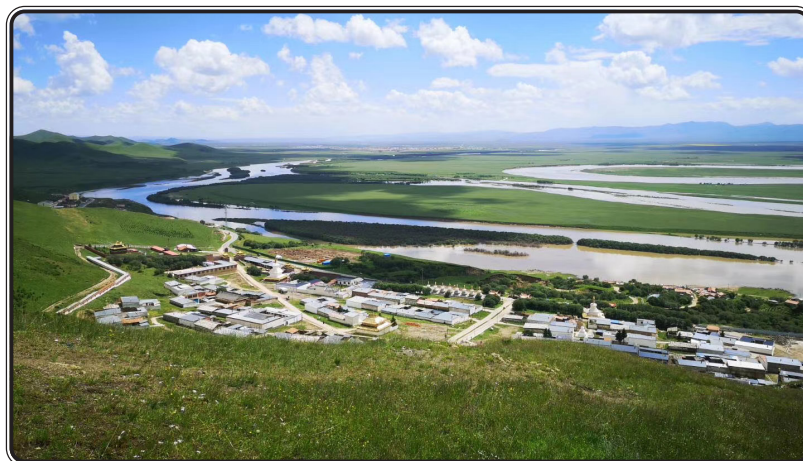
黄河九曲第一湾发源于巴颜喀拉山（海拔4500米）。

黄河，流经四川省境内，在若尔盖县唐克乡，索克藏寺院旁形成了著名的景点。

第二天，披星戴月我就起了床，贴了暖宝宝，穿上最保暖的衣服，再带上氧气瓶出发了，一路上黑漆漆的，只有几只狗在游走。

高原缺氧，爬山变得十分困难，走走停停，比起腰腿酸痛，呼吸是最大的困难。爬到半山时天色已经开始泛白。

登上山顶，太阳从对面的山顶冉冉升起，山与山之间晨雾缭绕，索克藏寺披着金色的光芒庄严静谧，山下的黄河像一幅画卷慢慢展开。



这里没有“黄河之水天上来，奔流到海不复回”的磅礴气势。黄河九曲第一湾，河流清澈，水势平缓，草连水，水连天，苍苍茫茫，以天地合一的态势，静静地流淌，滋润着两岸，几千年来养育了中华民族。令人顿生膜拜之心。

沐浴着金灿灿的阳光，走下山去，遇到了亲切的藏民，听说夏季才是黄金的季节，天地之间，绿草茵茵，繁花似锦，芳香幽幽，牧歌悠扬。黄河九曲第一湾最美的景色是在黄昏时候，当夕阳朝山边落下去时，整个河谷笼罩在了一片金黄之中。

我们相约下一次，在夏日的黄昏，一起喝酒一起舞蹈，沐浴着绚烂辉煌的晚霞漫步在花丛。



# 中国2020年流行语一瞥

人们喜爱使用文字表达自己的喜怒哀乐，倾诉自己对人生的感悟。一个年度的流行语，是一个年度人们生活 and 思想的缩影，年度流行语以字为媒，帮助我们解读了刚刚过去的 2020 年的中国。

## 打工人

打工，本指临时性的工作；打工人，原本多指从事体力劳动的人，通常为外来务工人员。9月22日，一名网友在网上发了一条自拍的短视频，视频中他做出要出门打工的样子，并说：“勤劳的人已经奔上了塔吊，你却在被窝里，你根本没把自己生活当回事儿。早安，打工人！”这个视频引来大量关注，“打工人”随即引爆网络。在流传中，“打工人”适用范围扩大，对象多元化，几乎成了各行各业劳动者的统称。无论是社会精英还是普通职员，无论是脑力劳动者还是体力劳动者，都称“打工人”。



## 神兽

“神兽”成为疫情期间居家上网课的孩子的代名词，并非野兽。2020年上半年，因受新冠疫情影响，全国各地中小学延期开学，孩子们在家上网课。这些孩子活泼好动，许多人智商超群，调皮捣蛋。他们在家，家长不得不与之斗智斗勇，使出浑身解数，犹如跟“神兽”较量。家长们心力交瘁，盼望，学校早日复课，尽快让“神兽归笼”。

## 后浪

源于“长江后浪催前浪，世上新人换旧人”。2020年五四前夕，短视频《后浪》以不可阻挡之势成为舆论焦点。视频中，演员何冰激情演讲，以“后浪”称呼新一代青年人，表达了对他们的认可与赞美。“后浪”红极一时。当前流行的“后浪”，大致是90后、00后。这一代人多为独生子女，曾让人觉得“不着调”“不可靠”，但面对新冠疫情，他们奋不顾身，冲锋在前，用实际行动证明了自己。“后浪”承担起了历史赋予他们的责任和使命，已成为这个伟大时代的“希望一代”。



## 用御神酒为新年干杯

作者 Lance Kita

新年快乐。

元旦凌晨（半夜刚过的时候），全家人（在我大学时代寄宿的家庭）都会喝特别酿制的药酒，以此来祛除一年的邪气，祈求长寿。自古以来，日本酒就在神社被用于祭祀。



酒的成分非常简单。

只有米、水和菌（促进发酵的菌）。把这三个一起混合，做成被称为“MOROMI”的块状。按照传统，放入袋中，用大木桶发酵。发酵过程结束后，袋子会被压出酒，然后装瓶储藏。

大米的主要成分是淀粉。为了酒的口味能清纯，大米一般都是先脱壳。越是脱壳，越能做出等级高的酒，如本酿造、吟酿、大吟酿。

脱壳次数少的也不一定是低质量的酒。外壳里含有矿物质和脂肪，散发着馥郁的香味。有时，酒里会加酒精。如果您想要自然发酵过程中含有酒精的酒的话，请选择脱壳少的纯米酒。

酒的魅力之一是在各种的温度下享受。冬天喝热酒时，盛在细长瓶（德利）里的热酒会被端过来，把酒倒到小杯子（猪口）里，一点点地喝。此外，喝常温的或喝冷酒，更能享受其芳香和风味，冷酒最适合高级酒。传统放酒杯的木盒叫「枡」，把酒杯放在用喜马拉雅杉或系杉制成的「枡」里。再把酒满满地倒入酒杯。那是一种慷慨、热情的接待。

酒也在料理时使用。酒蒸蛤蜊和甲壳类（就像法国料理的紫色贻贝用葡萄酒蒸一样）。为了提高火锅料理中蔬菜的风味，请在汤汁里加入一勺酒。还有带酒味的蛋糕和酒馒头。酒从袋子里被压出后，最后剩下酒糟，把鲑鱼、鸡肉、香菇、青菜、味增和酒糟各加一半，可做成美味的汤。如果去餐厅吃饭的话，在一定的季节里，可以喝到“粕汁”。

冬天是特别合适喝酒的季节。因为酿造温度需要一直保持稳定，所以寒冷的气候是不可缺少的条件。酿造厂经常把新鲜的杉叶编成球状，吊在门口。叶子变成茶色的时候，就意味着日本酒成熟了。完全变成茶色时，日本酒就可以喝了。

在德岛，日本酒的酿造所聚集在鸣门市和三好市，古老的建筑中有零售酒的柜台。这个冬天去酿造厂看看吧。在冬天将结束和春天将开始的时候，有新鲜品种的生酒，可以试饮也有新酒销售。

最后，让我们为2021年干杯。希望这一年能比2020年更美好，更清晰、更聪明。干杯。

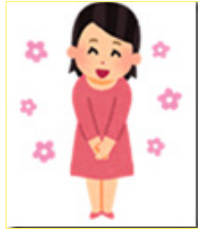


同音不同含义的日语

作者 三好老师

有些日语，读音相同但是含义完全不同、容易引起误解。

①「すみません」对不起了，在不同的场合，有3种不同的含义。



「ありがとうございます」  
道谢



「ごめんなさい」  
道歉



「ちょっと、失礼していいですか」  
稍稍 打扰一下可以吗

②「早く行って！」在以下2种情况下都可能听到这句话。



遅刻しそうなとき「早く行って！」  
要迟到了



なかなか答ええないとき、「早く行って！」  
迟迟回答不出问题

③「いいです」有 YES (是) / NO (不是) 2 种意思

「大丈夫」「結構です」「いいです」は、原来的意思是表示不要紧、可以的好的，但是在婉言拒绝的时候也常使用。

有些时候表达为肯定：「間違いがない」、「確かだ」、「心配がない」、「不都合でない」、「安心」など。



体調が悪そうな人に「大丈夫ですか？」と聞くと、「大丈夫です。」「大丈夫ではありません。」と答えます。

但有些时候表达为否定：「いいえ、大丈夫です。」「(もう)結構です。」「(もう)いいです。」



「問題ありません。」のように、「いりません」「必要ありません」と断るときに使います。

レジ袋が必要ない場合、「袋は、大丈夫です。」「結構です。」「袋は、いいです。」と使います。

明确地说「いりません」「やらないで」给人的感觉比较失礼

常用 そんなに気をつかわなくて結構です/いいです/大丈夫です 这种比较婉转的说法



## 節分

作者 鈴江 智恵

「節分」は、「季節を分ける」という意味があります。季節を分ける日は一年間に4回あり、春夏秋冬で、始まりの日が決まっています。

春は「立春」、夏は「立夏」、秋は「立秋」、冬は「立冬」と呼びます。

この春夏秋冬の始まる日の前日を「節分」と言っていますが、現在では立春の前日の2月3日を節分と言います。ただ今年、124年ぶりに2月2日が節分の日となります。

節分に行く豆まきは、元々は中国から伝わってきた風習で、季節の変わり目になる病気や災害を鬼に例えて、その鬼を追い払う儀式です。「鬼は外、福は内」と言いながら、豆を巻きます。それ以降、節分には厄を払い新年の幸せを願う行事が日本各地で行われ、現在も大切にされています。

最近では「恵方巻き」と言って、その年の方角に向かって食べ終わるまで、黙って巻きずしを食べる習慣もあります。

※今年の方角は、南南東です。

単語:



節分…节分

春夏秋冬…春夏秋冬

鬼…鬼

恵方巻き…恵方巻

豆まき…撒豆驱邪

始まりの日…第一天

追い払う…驱赶

方角…方向

季節を分ける…区分季节

風習…风俗

幸せを願う…祈愿幸福

習慣…习惯

## 芸は身を助ける

技能助人

有一技之长的话，贫困的时候就会有助于生活。

仕事が見つからなくて、ギターの演奏をして生活を支えています。これは芸が人を助けると言う事でしょうか。

## 有趣日语



### 医療通訳研修

今回の研修では、講師の講話やワークショップを通じて、医療通訳の際に多言語で円滑に情報提供できるよう、語学ボランティアの育成・活動促進を図ることを目指します。(語学研修ではありません)

日時：3月6日(土) 13:30～16:30

会場：オンライン会議システム「Zoom」による開催

講師：村松 紀子 氏 医療通訳研究会 (MEDINT) 代表 対象：日本語とその他の言語で日常会話が支障なくでき、Zoomが使用できる方  
お申し込み・お問い合わせ：公益財団法人 徳島県国際交流協会

Tel: (088)656-3303 申込先メールアドレス：[coordinator1@topia.ne.jp](mailto:coordinator1@topia.ne.jp) 详情可以请看 TOPIA 的网站

### 中途採用マッチングフェア

時間：2021年2月8日(月) 14:00~16:00

場所：ろうきんホール

徳島市南末広町 23-64

電話：088-655-2940

E-MAIL：[nw@toku-nw.com](mailto:nw@toku-nw.com)

### 中途採用见面会

时间：2021年2月8日(月) 14:00~16:00

地点：ろうきんホール

徳島市南末広町 23-64

电话：088-655-2940

邮箱：[nw@toku-nw.com](mailto:nw@toku-nw.com)

### 日本語支援ボランティアスキルアップ講座

時間：2月20日(土) 13:00~15:30

場所：リモート(ZOOM)

或 TOPIA 会議室

電話：088-656-3303

申し込み：[coordinator2@topia.ne.jp](mailto:coordinator2@topia.ne.jp)

担当者：(公財)徳島県国際交流協会 野水

\* 詳細はH・Pを見て下さい。

### 日本語学習支援者能力提升講座

时间：2月20日(土) 13:00~15:30

場所：网上(ZOOM)

或 TOPIA 会议室

电话：088-656-3303

申请：[coordinator2@topia.ne.jp](mailto:coordinator2@topia.ne.jp)

担当者：(公財)徳島県国際交流協会 野水

## 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：铃江(Suzue)

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

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](http://www.pref.tokushima.lg.jp)

编辑：刘青