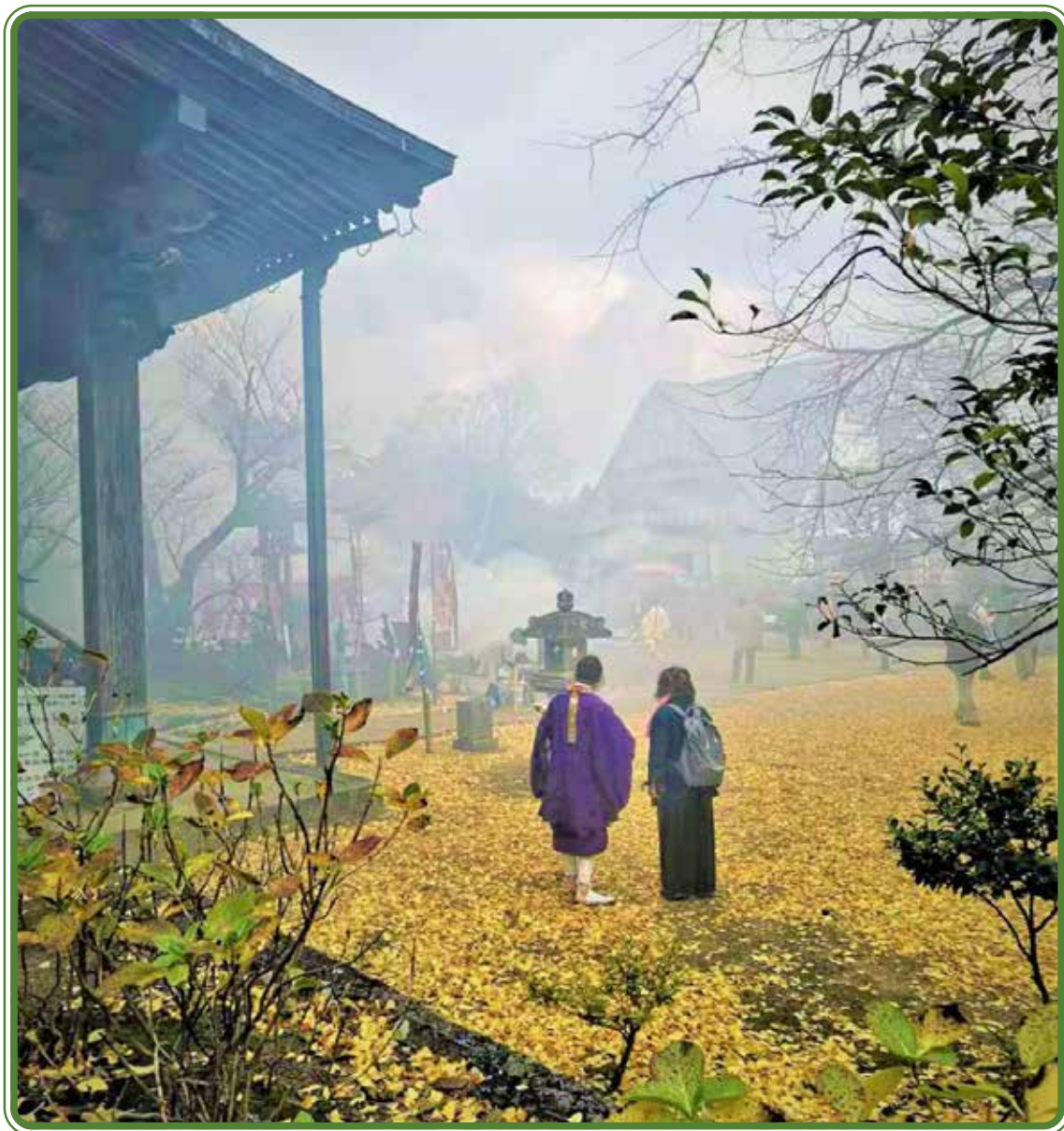


# 阿波生活

2021.12

德岛县国际交流协会



## 小至

「唐代」杜甫

天  
时  
人  
事  
日  
相  
催  
。  
冬  
至  
阳  
生  
春  
又  
来  
。  
刺  
绣  
五  
纹  
添  
弱  
线  
。  
吹  
葭  
六  
琯  
动  
浮  
灰  
。  
岸  
容  
待  
腊  
将  
舒  
柳  
。  
山  
意  
冲  
寒  
欲  
放  
梅  
。  
云  
物  
不  
殊  
乡  
国  
异  
。  
教  
儿  
且  
覆  
掌  
中  
杯  
。

## 德岛十年来的感悟

作者 林琳

在德岛生活着不少的中国人，一年将要过去，大家生活的可好，近日，我们有机会采访了在德岛生活的林琳小姐。

1，请做简单的自我介绍（包括简单介绍自己的家乡，为何来日本）。

我家离松花江不远，从小还在松花江里抓过鱼，游过泳。东北的冬天非常寒冷，江水的水雾会直接结晶附着在江畔的树木上，这就是中国四大奇观之一的吉林雾凇。（吉林雾凇是由雾、水蒸气遇冷冻结并凝聚在物体迎风面上的疏松的呈针状和粒状的乳白色微小冰晶或冰粒，远远看去，就像一层霜，薄薄地涂



在枝条上)。

我是在吉林上的大学，主修日语教育。来德岛之前，我做过赴日研修生的日语培训老师，也曾作为研修生管理人去富山县工作过1年多。后来遇见我现在的先生，萌生了继续学习日语的念头，于是我辞职进入山口大学读硕士研究生，2011年我考入德岛大学大学院研究社会学，并在求学期间完成了结婚、生娃、就职，这几件人生大事。

2，对日本的第一印象和对德岛的第一印象。

和很多中国人一样，我对日本的第一印象也是干净，整洁，有秩序。街道几乎一尘不染，没有随处堆放的垃圾，墙上看不到涂鸦和粘贴小广告，环境好到令人惊讶。走在路上还能感受到一种亲切感，就是随处可见的汉字，我想即使完全不会说日语的中国人，也很难在日本迷路吧。

德岛的第一印象嘛，感受不到城市的喧嚣，取而代之的是幽静，绿意盎然，充满着田园气息。

3，在日本的大学学习与在中国学习有什么不同？

我在日本上的是修士和博士课程，我觉得最大的不同就是入学难度，日本大学越往上竞争者越少，而且考试科目也不多。而在中国，和研究题目无关的政治和英语是必考科目，而且考生数太多，还会有多次考试，可想而知难度非常大。日本的大学需要自己主动学习，尤其是大学院，修满学分以后课程没



有那么多，导师稍微指导一下你的研究方向和方法，其余全靠自己做研究写论文。写好论文以后就是等待毕业典礼，这就多出很多时间打工，或者参加就职活动。而在中国学习，课程作业繁重，几乎没有去打工的时间，有时还不得不帮助导师进行一些研究工作，自己的论文执笔一拖再拖，论文审查也越来越严格，很多人都不能按时毕业。

4，在日本工作的情况如何，有什么文化差异上的困难吗？

因为在中国有过工作的经历，所以我经常会对两个国家的职场进行对比。十年前我在中国上班的时候已经形成了无纸化网络办公模式，只要能在线上联系解决的问题，就不会要求线下见面，文档和记录都通过电子文件的方式互相传送即可。但是日本职场办公仍然特别重视书面文档、面对面交流，上门拜访也须提前使用正式的邮件进行沟通，冒然打电话或发短信会显得很失礼。

在中国的职场，见面打招呼一般是“你好”，更多的时候是行注目礼。而日本职场非常重视见面时的礼仪，上下级关系分明，不仅对上级和前辈要使用敬语，在正式场合说话也有一套敬语系统。在中国，普通朋友之间的对话和工作岗位上的对话基本没有差别，像是随便就说“您辛苦了”“给您添麻烦了”这样的话，会让人觉得过于礼貌和客气而感到尴尬，在日本，一般还会有后续回答“不辛苦”“感谢您的关心”。在日本工作时，“请多关照”“给您添麻烦了”“您辛苦了”等等都是必不可少的对话，甚至可以说，一个员工不能很好地打招呼和说客套话是不会被认可的。另外，日本职场的沟通要诀是“凡事汇报，有事联络，遇事商谈”这也是对“社会人”最基本的要求。我初入职场时，只在工作结束时汇报，并没有随时汇报中途的进展以及预期的状态，往往等上司问，我才被动地回答，看到上司不太高兴，我才开始反省，原来及时汇报也是一种能力高低的重要表现。



重新审视垃圾就是重新审视生活

作者 大冢桃奈

去年春天我从东京都内的大学毕业后，马上移居到德岛县，同年5月30日在新开张的环境复合设施“上胜町「零·垃圾中心」”工作。

这里是由原本的地区居民“垃圾站”，加上二手货的“回转商店”，方便人们聚集的“交流大厅”，共享办公空间的“Labourity”，以及住宿体验设施的“HOTEL WHY”构成。

我是“Chief Environmental Office”首席环境干事，我的工作是向町外的人传送上胜町「零·垃圾中心」的消息，并且寻找合作的契机。也就是说，我们要面对实际生活中离我们很近的“垃圾”，把这里变成人们相互学习和相互交流的空间。

「新的工作，新的生活，在一个小镇诞生」。这是上胜町零·垃圾中心的巨大理想。

老实说，作为上胜町零·垃圾中心的“CEO”，我有时会因为目标太高压力太大，而感到焦虑和不安，在理想与现实之间迷茫。但是有一点是我确信的，这就是：在这个不确定的世界里，谁也不知道如何做才是正确的。因此，为了追求现在以及今后的生活能更舒适，人们会来上胜町一起探索。来到上胜町之后，我每天都要面对被称为“垃圾”的东西，并思考与垃圾相关的问题。

上胜町中约8成的垃圾，居民会将其带到这里的“垃圾站”，避免使用能源或钱的燃烧方法，也避免将垃圾埋入地下，将垃圾分为45种以上的类别，再次作为资源利用。这里没有播放着音乐的垃圾回收车和覆盖着网罩的垃圾回收点，每个人都必须自己对“垃圾”负责。

上胜町唯一的“垃圾站”上，写明了这些“垃圾”要去哪里，以及要怎么处理和会再生成什么？都一一写明。我从小就搬过好几次家，但是在扔垃圾的时候，就会告诉我垃圾的去向的地方，这还是第一个。到现在为止的生活是，把垃圾放入垃圾箱后，就再无关联了。在规定的一周几次的收集日，把垃圾放进垃圾袋里，谁把垃圾带到了哪里，都是不清楚的，所以之前我对于一直支持着自己生活的各种各样的东西，变成“垃圾”丢出去一事，会略感不安。现在我看到上胜町，把扔掉的“垃圾”回收，做后续处理，我心里感到很安心。

通过上胜町的“零·垃圾中心”，我们知道了“垃圾”毫无疑问是“资源”，“垃圾站”的“垃圾箱”就是“资源箱”，回收垃圾如同接力赛中的接力一样。意识到，至今为止自己的生活环境是由“某个地方”和“某个人”的工作而带来的。

在以“消费”为前提的社会中，只要有钱，就可以很简单地得到丰富的物质和很多的服务。但在“零垃圾中心”，让我重新思考支撑人们生活的物品、人和事之间的关联。



以前，有机会与挑战过“脱塑料”生活的人聊过天，听他说，如果消费者不下功夫，塑料垃圾就无法减少。他向家附近的工厂询问，是否可以分装味噌，蘑菇是否可以原木开始培育等，尽量避开使用塑料的方法。

为了不产生垃圾，实际上每天都需要创意，这些努力也让人们更了解自己生活的地区。

“我们自己倒的垃圾，我们自己想办法处理。”

因为上胜町的这个想法很强烈，所以对垃圾进行细分，再资源化的工作持续了17年以上，经营着上胜町咖啡馆·保罗斯特的特尔米先生说：“为什么要做这么麻烦的事情”。



“我们自己倒的垃圾，我们自己想办法处理。”就是我最简单的回答。

当然，并不是所有住在上胜町的人都理解并赞成，建立“零垃圾中心”的。

垃圾分类越多，确实会给在这里生活的人带来越大的负担。也有人因为年纪大和体力上的原因，无法来垃圾站扔垃圾。对于这样的居民，政府机关每两个月设置一次收集日，连续几天在町内5个村落里收集垃圾。我也在今年1月来上胜后，第二次参加帮忙，这主要是负责垃圾站工作的清原先生，和负责收集工作的中野先生两人的工作。

一方面进行垃圾收集，另一方面这也是与上胜町的居民见面交流的机会。说“好冷啊”，人们会回答道“好冷啊”，或是拿下挂在晾衣竿上的手制柿饼来送给我们吃，这对双方来说都是很随意的日常，但对于零星散布在山间的小村落，每一户人家都处于容易被孤立的环境中，我觉得面对面的交流，起着非常重要的作用。另一方面，对于眼睛不好，腰腿也不好，或者开始患有痴呆症的老年人来说，45种分类是有压力的劳动和工作。包装熟食的塑料袋和已经脏了的塑料包装，为何不能直接烧掉而要回收，现实中，要说服大家回收垃圾的辛苦并不为人所知。

“零垃圾’是手段，不是目的。”

零垃圾中心的一位推进员说的话给我留下了深刻的印象。“零污染”，并不只是消除垃圾的意思。通过零垃圾行动，让我们学会接受，错综复杂的地区生活环境的缺点和社会系统中的弱点。

我在高中3年级的时候，通过最喜欢的时尚，注意到“垃圾”问题，当时知道了制作衣服会产生各种废料，我想创造一个环境，让人和动物都长久地安全地生活。我在尊重皱巴巴的“垃圾”的同时，也希望能更好地与这里的居民进行对话。而且希望，上胜町长年建设出来的“零垃圾中心”，今后能更靠近人们的生活（和心灵），成为大家都认可的地方。



## 在非洲加纳生活过的两个人

作者 野水 祥子、森 陽子

现在德岛县国际交流协会有两个人作为 JICA（国际合作机构）的志愿者在非洲加纳共和国工作过，而且，在加纳工作的地方也十分相近，并且，出生地也都是冈山县仓敷市。奇迹（真是不可思议的缘分）。虽然去工作的时间前后相距 30 年之久。

这两个人在 10 月 9 日（周六）阿波市国际交流会上，介绍了加纳的情况，并一起做了加纳料理，

森阳子（2017～2019 年派遣 PC 教练），“我想为发展中的国家的人们做些什么！”

为了实现学生时代的梦想，我是作为 JICA 海外合作队员在加纳的职业训练学校的 ICT 教师在加纳工作。到达后看到的加纳的首都是



比想象中更发达。但是，被派遣的村庄和首都完全不同，是和想象中一样的非洲发展中国家村庄的样子。道路没有铺修，土地裸露出来，基础设施还没有完善，只能利用雨水生活，经常发生停电。度过了这两年回到日本的我，

想让更多的日本人知道加纳的现状。怀着这样的想法，这次在阿波市国际交流协会进行交流，希望以这次的会为契机，能让大家稍微了解一下关于加纳的事情，也能让大家对加纳产生兴趣。我们的生活中有很多和发展中国家联系在一起的东西。如果大家会关注的话，我会很开心的。

野水祥子（1989 年～1991 年派遣女性童装队员）  
“在加纳的经验，我想在日本报恩。”

感受到了和日本完全不同的文化、习惯、价值观、语言（英语和部族语）的隔阂，从加纳回国已经 30 年了。经历了很多事情，让我思考了两年，这真是我人生的宝藏，也是一个很大的转折期。虽然也有很多痛苦的事情，但是我得到大家的帮助，和很多加纳人在一起的经验，是我以后的人生，以及在德岛县国际交流协会，接待来自外国的人们的工作基础。为了让居住在德岛的约 6600 名外国人能够安心地在德岛生活，我希望德岛能够更多样性。令人吃惊的是，在 30 年间加纳的人口增加了约 2 倍，从事可可豆的收割的儿童劳动问题，以及包括日本在内的发达国家运来的电子机器垃圾，将加纳变成世界最大的“垃圾场”，燃烧引起的环境问题和健康问题等。在加纳，可发现世界上存在的问题和 SDGs 的课题。为了今后也能维持安心安全的世界和地球的环境，每个人现在都切实感受到，有责任的行动才是最重要的。



日语教室  
作者 玉置 房 老师

敬語について、まず大きく分けて3つあることを学びました。「丁寧語」「尊敬語」「謙譲語」です。そして、敬語を使うときの大切なルール「ウチ」と「ソト」の関係と「丁寧語」の形も学びました。前は、「尊敬語」について勉強したので、今日は、「謙譲語」について学びましょう。

◆ 3つの敬語

- ① 丁寧語…「～です」「～でございます」「～ます」をつけていう言い方目の前の人に丁寧に話す
- ② 尊敬語…相手(長)を持ち上げる言い方(相手がすることを言う) → 相手(部長)が…**なさいます**
- ③ 謙譲語…自分(わたし)を下げる言い方(わたしがすることを言う) → **わたしが…いたします**

◆ 今日のトピック「謙譲語」

部長：あ、もうこんな時間か。  
わたし：部長、よろしければこの資料の整理を①いたしましょうか。  
部長：ありがとう。  
じゃあ、まず、このリストのファイルを書庫から持って来てくれないか。  
わたし：わかりました。  
…リストの資料、②お持ちしました。



リスト： 清單  
ファイル： 文件  
書庫： 书库

◆ 「謙譲語」の2つの10形

【1】 特別な形の「謙譲語」 例①： いたします

	謙譲語		謙譲語		謙譲語
行きます・聞きます	伺います	来ます	参ります	います	おります
食べます・飲みます	いただきます	言います	申します	します	いたします
見ます	拝見します	もらいます	いただきます	知ります	存じます

【2】「お・ご(Vます形) します」 例②： お持ちしました

送ります→お送りします 読みます→お読みします 案内します→ご案内します  
\*特別な形の謙譲語を持つ動詞は、「お(Vます形) します」の形をとりません。



もんだい  
【問題】

次の会話文の下線部①～⑥を特別な形の謙譲語を使って言い換えてください。

< ITの会社の面接で >

会社の人： 次の方、どうぞ。

わたし： はじめまして。 ヤンと①いいです。 2年前に日本へ②来ました。

どうぞ、よろしくお願ひいたします。

会社の人： 今回、どうして当社の面接を受けようと思われたのですか。

わたし： 国の大学を卒業して、今は徳島の大学で IT の勉強をして③います。

こちらのホームページを④見て、ぜひこちらで働きたいと思い、応募⑤しました。

会社の人： ああ、そうなんですか。 当社の仕事についてご存じですか。

わたし： はい、⑥知っています。

IT： IT  
面接： 面試  
どうしゃ： とうしゃ  
当社： 本公司  
おうぼ： おうぼ  
応募： 应聘

とう じ  
冬 至

作者 野水 祥子



冬至は、1年で 昼が 一番 短い日です。寒い冬の この日を 境に 昼の時間が 長くなっていくので この日を 境に 運気が 上がっていくと 言われています。

今年の 冬至は、12月22日 水曜日です。

日本では、昔から この日に 柚子を浮かべた お風呂にはいると、強い香りが「悪い運気を はらう」とか、「1年間 風邪をひかない」と言われています。

このほかに、夏が旬で 冬まで 保存できる 栄養いっぱいの「カボチャ」を 食べると、元気に過ごすことができ、縁起がいい とも言われています。ぜひ 試してみてください。

世界の 多くの国で この 冬至の日には いろいろな 風習が あるようです。みなさんの国では どのようなことをして 過ごしますか？



単語

境：界

運気：运气

柚子：柚子

はらう： 去除

風邪をひく： 感冒

旬： 时节

栄養： 营养

縁起がいい： 吉利

風習 风俗

保存：保存

まくら たか ねむ  
枕を高くして眠る

高枕无忧

在战国时代，为了防备敌人的突然袭击，为了能听到远处的声音，会把耳朵贴在地面上。

没有战斗的时候把枕头放高，可以安心睡觉。

例

就職が内定したので、今日は枕を高くして眠る事ができる。

有趣日语



**動物園のクリスマス**

開催期間

2021年12月25日(土曜日) ※ 予定

9時30分～16時30分(最終入園16時00分)

お問い合わせ

とくしま動物園

Tel : 088-636-3215

URL : とくしま動物園ホームページへ

サンタクロースの姿で来園すると、入園料が無料になります!

先着で子どもたちにプレゼントの配布もあります。

**動物園の圣诞**

开始时间

2021年12月25日(周六)

9点30分～16点30分(最晚入院时间是16点00分)

咨询

德岛动物园

Tel : 088-636-3215

URL : 德岛动物园网站

打扮成圣诞老人的样子来动物园的客人, 这天免费入园。

先到的孩子有礼物拿

目前频频地发生在日本全国用类似的手法将居住日本的中国人作为目标的诈骗电话, 也有留学生或技能实习生受害的实例。

**提防诈骗的注意事项**

- 千万不要告诉对方个人信息(姓名・住址・银行帐户号码・身份证号码等)!
- 千万不要汇钱给对方!
- 要马上挂掉电话, 不要单独烦恼, 向附近的警察署跟家人等咨询!



德岛县警察本部警察安全咨询 #9110



**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 : 小林 (kobayashi)

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

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

编辑 : 刘青