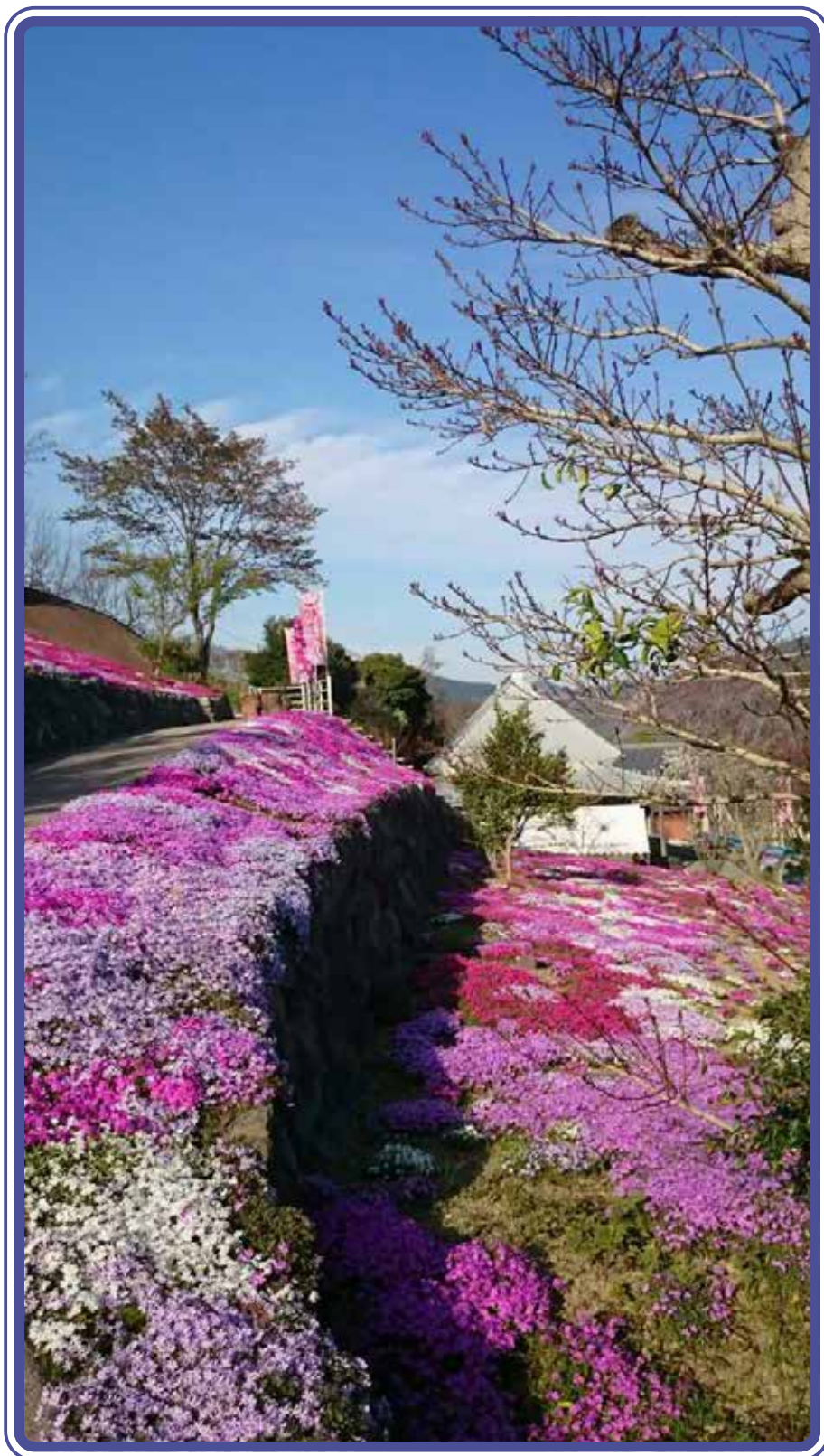


第 三 〇 八 期

阿波生活

2022.04
德岛县国际交流协会





临别赠言

理事长 黑石 康夫

在5年前，我时隔约30年重新开始了国际交流的工作。今天在这里我想回顾一下这5年的工作。

我就任不久，就开始自学英语。我申请了在线英语学习，用Skype向菲律宾人的讲师学习英语。既是为了方便日常交流，也是因为受到熊本地震和大阪的地震的震撼。

为了应对未来可能发生的南海海槽巨大地震，我们在TOPIA开始了外国人的防灾训练。在平时的工作中，我几乎用不着英语，但一旦发生灾害，需要打电话确认平安与否，需要帮助在避难所的外国人等，如果会说英语的话，我想会不会更有利于开展工作呢？幸运的是，这5年间德岛没有发生大的灾害。在两年半的时间里，我一周学习三次英语会话，但是没有达到让自己满意的水平。

我在TOPIA工作的第二年参加了“日语教育能力检定考试”。那时我已经好久没有参加过什么考试了，而且考场在大阪。我很努力地学习，但是考试结束的时候我还是以为自己会落榜，如果落榜我也不想再参加第二次考试了，太辛苦了。幸好我顺利地合格了。之后，我开始在TOPIA日语教室帮助指导外国人学习日语。

另外，就任之初，还开始了“Arasowa连”阿波舞队的再建。当时没有连长，运营方式也发生了变化，我是德岛县人，但是没有正式练习过阿波舞。但是因为我是TOPIA的理事长，我义不容辞地担任了连长。因此，我从5月开始每周都会参加“Nonki连”的Marinpia夜的练习。第一年上场，就站在连队的最前面跳舞，第二年冬天脚脖子受了重伤，不能跳舞了。3年前，出入国管理法进行了很大的修改。决定大幅度接受外国劳动者。与此同时，国家在各县设置了一站式咨询服务中心，德岛县的一站式咨询服务中心指定在TOPIA。新设了接待的地方、桌子、椅子，还加入了多种语言翻译，工作人员也很充实，大家都很努力。2年前新型冠状病毒感染症开始传染，几乎所有的活动都中止了。外国游客不能来日本，与海外的交流也中断了，护照的发行数量锐减。TOPIA的工作在工作人员的努力下也采取了相对应的措施，会议室和日语教室的使用，日语辩论大会的召开等都限制了参加的人数。另外，上月末开始俄罗斯入侵乌克兰，现在全世界陷入混乱的境地。这个状况会朝着和平的方向，还是更加恶化，现在还不可预见，但是我祈祷着世界的和平能够早日恢复。

这5年间，虽然想过要做各种各样的事情，但是不能说是都实现了。尽管如此，如果说是完成了一些工作，那也是多亏了TOPIA的工作人员、众多志愿者以及居住在这里的外国人的理解，我从心底里表示感谢。我从4月开始将从事新的工作。我会运用在TOPIA的各种经验，面向未来，做好的工作。

衷心祝愿大家身体健康，更加活跃。真的非常感谢。



临别赠言

地区外国人协调员 小林 功

时间过得真快，自从在Topia工作以来，已经过了一年了。回顾这一年，这是受到新型冠状病毒影响很大的一年。

技能实习生和留学生等的入境受到限制，与外国的往来减少，Topia方面，以阿波舞交流和日语教室为首，很多活动不得不减少参加的人数，来访的外国人和外国人综合咨询窗口的咨询数量也减少了。

不过，从3月开始预防新型冠状病毒传染的入境政策会缓和。另外，关于留学生的入境问题，政府正在研究如何扩大接纳来日本留学的学生的学生的问题。

期待今后与海外交流的活跃化，以及各位建设多文化共生社会的工作更加顺利。

最后，在这一年里，承蒙从事外国人支援工作的相关机构、团体的各位以及Topia的各位的关照。衷心感谢。

临别赠言

多言语相谈员 宫地 美乐



说“再见”这个词总是不容易，但是我还是会离开。为了追求我的目标，我将在2022年3月底之前离开德岛县国际交流协会（TOPIA）的工作！

在日本工作的外国人，无论签证身份如何，都需要适应日本独特的文化，克服很多困难。从日常生活习惯的差异开始到法律制度的差异。

在大多数情况下，日本人出于礼貌不会清晰地说出自己的想法，但这可能会让外国人感到困惑。有趣的是，有一次我给我的日本朋友端上咖啡，他说“結構です”。我很尴尬，因为我不知道他的“結構です”是指他喜欢咖啡，还是他不需要咖啡。另一方面，如果我们说话太公开、太直率，可能会伤害日本人的感情。所有这些对外国人来说都很难，但对我们来说也很有意思。

在过去三年「多言语相谈员」的工作中我最忙的部分是帮助在疫情中面临困难的越南技能实习生。有很多技能实习生合同期结束了，但不能返回越南，或者那些被 COVID-19 感染的人，但由于语言障碍无法与保健中心联络。我充当了这些越南人和有关当局之间的桥梁，帮助解决问题。

最后，我要感谢，让我有机会成为 TOPIA 的一份子，感谢在我的工作期间为我提供了良好的工作条件。

我衷心祈祷 TOPIA 的大家健康和 TOPIA 的繁荣昌盛。

助任友好认定儿童园

作者 井上和惠 老师

温暖的春天，外出的话会遇到各种各样的花和小虫…春天的大自然。休息日和父母一起，在大自然中度过如何？户外活动对孩子来说是很重要的！

例如 ①可以通过刺激五感来灵活大脑，培养丰富的感受能力。②户外活动能刺激前额叶，这样会提高注意力。③在户外活动身体，可以增强体力，提高免疫力。④沐浴阳光有利于调节生物钟，睡眠质量会变得更好，能调整好生活节奏。⑤外出也能成为与人交往、学习遵守规则的重要性机会。

当然，不仅仅是孩子，对于大人来说，在外面活动身体的话，身心都会变得清爽。

请和孩子一起高效率地度过愉快的每一天吧。

“おからケーキ” 蛋糕

☆手工制作“おからケーキ”豆腐蛋糕的制作方法（一人份）

おから：做豆腐时，把煮好的大豆榨出水份后，渣滓部分。

- ①将苹果切成小块
- ②将 12g 小麦粉、0.3g 发酵粉、7g 黑砂糖筛一下
- ③将豆腐渣 13g、①的苹果、白芝麻 1.5g、豆浆 18g 放入②中搅拌
- ④将色拉油一点点倒入③中混合
- ⑤放入模具中，在 170 度的烤箱中烤 20 分钟左右



在日本让我感到幸福的时刻

作者 Tinn Putheavy



这是让我感到最幸福的日子。在日本我第一次会每天不间断地记日记。我是来自柬埔寨的汀·普蒂维，参加 2021 年亚洲地区的交换留学“桥”项目来到日本。

在日本的高中生活充满了喜悦，有时让我兴奋到了极点。虽然我有时也会对自己的行为感到疑惑。

在进入城东高中的第一个月里，我非常感谢校长、老师们、同学们对我的热情欢迎。但是，随着时间的推移，我发现和同学的关系变得越来越淡薄。日本学生很害羞，所以不会对我表现出兴趣，也不会表现出对我的好感。因此，作为留学生的我首先敞开自己的心扉，传达自己的文化。就这样留学不到两个月，我和同学们成了很好的朋友。学习，吃饭，玩传统的游戏和运动，几乎所有的事情都在一起做。第一次我有了那么多的外国朋友，真的非常高兴。

日本的教育方法也让我吃惊。我发现学校不仅仅是学习的地方，也是学生和朋友们最开心的地方。和柬埔寨的学校大不相同的是社团活动。在日本的学校，放学后不仅可以回家，还可以参加自己感兴趣的俱乐部。通过活动，可以掌握新的技能，遇到新的朋友，特别是解除学习的压力，可以愉快地度过学习生活。我决定加入茶道部，真是太好了。我不仅学到了很多关于日本文化的知识，还通过茶道部认识了最体贴的朋友。

来到这里，我置身于最亲切的寄宿家庭之中。他们努力让我体验到日本的各种好的方面。多亏了他们，我很快就适应了日本的生活习惯。去泡温泉，吃饭前说“いただきます”，还尝试了很多其他的日本食物和生活习惯。这是我离家后第一次从别的家庭得到如此多的温暖和爱护。

我为了体验非常优雅的文化而来到这里，在日本 5 个月的生活，变成我一直想与别人分享的话题，我遇到了非常和善的人。我有时会笑到连脸都疼，我和朋友、寄宿家庭一起度过了非常美好的时光，每天都有惊喜。我觉得那些时间一直让我难忘。

ゆさんぼこ
遊山箱

作者 野水祥子

遊山箱とは、美しい模様が書かれた小さな三段重ねの弁当箱のことで

す。
昔、徳島では、旧暦のひな祭りである、4月3日になると、近くの山や海、河原などへ遊山箱を持って、家族や友だちと遊びに出かけていました。
遊山箱の中には、巻き寿司やようかんなどの手作りのごちそうがたくさん詰められました。

江戸時代から徳島にあったこの風習は、農業が始まる春に、田んぼの神さまをむかえる祭りだったと考えられています。

しかし、この風習は次第になくなっていきました。最近になり、徳島の伝統文化を復活させようと遊山箱が注目を集めています。
春です。お弁当を持って、出かけたいですね。



単語：

模様： 花

三段重ね： 三层重叠

旧暦： 旧历

河原： 河滩

出かける： 出去

手作り： 手工制作

ごちそう： 佳肴

江戸時代： 江戸时代

風習： 风俗

農業： 农业

田んぼ： 田地

次第に： 逐渐地

復活： 复活

伝統文化： 传统文化

注目を集める： 引人注目

おくぼもの はき
奥歯に物が挟まる

表示很客气，想说的话很委婉不直说。

例

奥歯に物がまるような言い方をしないで、あなたの意見をわかりやすく言ってください。

有趣日语



第一所灵山寺

作者 David Moreton

春天到了，许多来自国内外的游客都来体验著名的四国朝圣之旅。2014年十分具有历史意义，据说1200年前，空海（弘法大师 774-835）到访了岛上所有的圣地，连接这些圣地成就了一条朝圣路线，吸引了越来越多的人来访。时至今日，每年都有许多人来参加朝圣，追随弘法大师的脚步，如今，假设每年巡礼者人数按6万人到8万人来推算，那么全程步行的巡礼者大约会有3000人到8000人。

为了纪念，88所寺庙中的大多数在2013年12月至2015年1月之间举行了特别活动。其中，71所弘谷寺公开展示了弘法大师的雕像，那是320年来首次展出！！弘法大师诞生1250周年纪念将于令和4年6月15日（星期三）～令和6年12月31日（星期二）之间举行。所以，如果你有时间，请参加这次活动。

现在不仅有这么多人朝圣，在媒体在互联网上也有大量相关的报道，海量的信息，所以我会避免重复这些基本信息。如果你想要寻找一个优秀的英语网站，我强烈推荐：www.shikokuhenrotrail.com。

我的目的是向外国人，简要介绍一下这些寺庙的历史和有趣的典故，并介绍以前到访过的外国人写过的文章。现在就让我们从第一所寺庙开始吧。

灵山寺：从JR线板东步行大约15分钟可以到达灵山寺（Ryozen ji），有很多朝圣者都是从这座庙里开始他们的旅程。在寺庙的附近有几家商店，出售所有必要的朝圣者装备，包括日本四国88所遍路指南（Buyodo 出版社） - （英语的地图 / 指南）。

关于这个寺庙的历史，按照圣武天皇（701-756）的旨意，（668-749）年间建造了灵山寺。

815年弘法大师来四国巡礼的时候，在这里修行，并雕刻了释迦如来像，把这里作为巡礼的起点。

在16世纪到19世纪期间，几乎所有原来的建筑物都遭遇过火灾，之后又重新修复。值得注意的是，进入正门后右手边的建筑物。平时总是关着门，以前那里的招牌上写着「纪州招待所」。

“纪州”指的是现在的和歌山县，“招待所”指的是“接待的地方”。（200多年前，每逢3月和4月，都会有两组团队从和歌山来，向巡礼者们发送水果等作为接待。众所周知，第一次世界大战期间，在第一所寺庙和第二所寺庙之间有德国俘虏收容所，当地人和俘虏之间也进行了很多交流。

1918年3月8日至19日，在灵山寺和公会堂（现在是石子停车场）举办了艺术展，德国士兵在此演奏音乐和展示自己制作的东西，贩卖食物。这次集会参加者有4万人以上，盛况空前。

战后，板东收容所的一个德国人留在日本，在大阪工作。



他弟弟阿尔弗雷德·博纳在德国找不到工作，经哥哥介绍，1922年在松山任教。5年后，阿尔弗雷德踏上了四国巡礼之路，留下了珍贵的灵山寺照片。之后，阿尔弗雷德以四国和巡礼为题材写了《两个人的遍路》一书。阿尔弗雷德是第一位以遍路为题材进行创作的西方人。

1927年的正门和现在的相比并没有多少变化，但是现在，正门前的道路车辆繁忙。附近的电线杆上立着去第2所寺庙的路牌，不过，我建议无视那个路牌，如果可以，我建议走古老的路线，可穿过悠闲的街道，向第二所寺庙·极乐寺前行。

遍路文化对于四国，对于德岛都是很重要的，从4月起，阿波生活每月都将连载David Moreton 先生写的介绍四国遍路的文章，敬请期待。

委托 / 请求许可

作者 辻 晓子

想要拜托别人的时候，要如何表达。请看以下的对话，A 的说法错在哪里？

1. (先生に文法を教えてもらいたいとき)

A : 先生、この文法を教えてもいいですか。

先生: ???

2. (机の上にあるペンを使いたいとき)

A : このペンをちょっと使っただけませんか。

B : ???

3. (熱があるのでアルバイトを休みたいとき電話で)

A : 店長、すみません。熱があるので、アルバイトを休んでいただけませんか。

B : ???



1 请求老师指导，“依赖”委托的表达方法如下。

A: 先生、この文法を教えていただけませんか。

2 请求对方允许自己使用这只笔，这是一种请求“允许”。请求允许比较简单的事时，可以这样说。

A: このペンをちょっと使ってもいいですか。

3 请求对方同意自己休息，这也是一种“请求允许”。比较难的事情想得到许可，可以这么说。

A: 店長、熱があるので、アルバイトを休ませていただけませんか。

“委托”对方时的表达方式，与请求对方“请求许可”的表达方式，使用的句型是不同的。

记住正确的句型，就能很好地区分使用。

	依頼	許可を求める ~ (さ) せて=使役
ていねい	~していただけませんか。	~ (さ) せていただけませんか。
↑ Slippet_3183F7FF1.idms	~てもらえませんか。	~ (さ) せてもらえませんか。
	~てくれませんか。	~ (さ) せてくれませんか。
ともだち	~てください。	~ (さ) せてください。
	~てください。	~でもいいですか。
	~てほしいんだけど。	~ (さ) せてほしいんですが。
	~てくれない？	~ (さ) せてくれない？
		~でもいい？

选择正确的答案。

- 私「今日は私に払わせてください。」→お金を払うのはだれですか。(私・相手)
- 私「ごめん、私の分も払っておいてほしいんだけど。」→お金を払うのはだれですか。(私・相手)
- 私「ちょっとこれ、コピーしてきてくれない？」→コピーするのはだれですか。(私・相手)
- 私「ここに荷物を置かせていただけませんか？」→荷物を置くのはだれですか。(私・相手)

答案 1. 私 2. 相手 3. 相手 4. 私



2022 年度德岛县外国人日语演讲比赛

比赛宗旨：在推进地区国际化的进程中尤为重要，当地民众通过对外国生活与文化的接触和体验，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。作为地球居民的成员之一，我们有义务和责任参与构建一个和谐共生、互帮互助的社会。在本次的日语演讲比赛中，我们将倾听居住在县内外国朋友们的意见和心声，让大赛成为意见交流之地，让跨文化理解及多文化共生得到更为广泛的认知。



- 一、时间地点 2022 年 7 月 24 日（周日） 13:30 ~ 16:30
 あわぎんホール（德岛县乡土文化会馆） 5F 小厅
- 二、报名资格 居住在德岛县内且母语非日语的外国人
 （注：在日本接受过 3 年以上义务教育者，以及在过去的比赛中曾获得过“最优秀奖”或“德岛县议会国际交流议员联盟会长奖”者不可参加本次比赛。）
- 三、选拔方式 报名者需提交演讲稿摘要（800 字左右）以供书面审核，书面审核通过者（10 人左右）可入围比赛。
- 四、演讲内容 符合比赛宗旨，有关跨文化理解·多文化共生的内容即可。（关于政治，宗教，对特定人与团体进行批判的内容不可以）
- 五、演讲时长 每人 6 分钟以内
- 六、报名方式 请在 TOPIA 领取或在 TOPIA 官方网站上下载报名表，填好后通过邮寄、传真或直接交付的方式至以下报名处。
- 七、报名截止时间 2022 年 5 月 24 日（周二）17:00 为止
- 八、主办单位 德岛县·公益财团法人德岛县国际交流协会
- 九、咨询·报名处 公益财团法人德島県国際交流協会（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

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）
 越南语服务每周二~三次，具体时间请查看网站信息

■ 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