

第三四二期

# 阿波生活

2025.12

德岛县国际交流协会



剑山的雾凇

## 剑山记雾

作者 德岛游客 刘华江

十月十三日，天还蒙着层薄灰，我和妻子便随德岛市国际交流协会的登山团往剑山去。大巴车在山道里绕了三小时，车轮碾过晨露打湿的柏油路，终于在上午十点停在登山入口。

团里分了两拨人，系红布带的径直往徒步道走，脚步生风；我和妻子揣着绿丝带，先去坐缆车。见之越站到西岛站，十五分钟的路程，缆车慢悠悠往上攀，底下的林木起初还密得能听见鸟叫，爬着爬着就矮下去，成了铺在山谷里的绿绒毯。雾气从谷底漫上来，把山谷裹得半隐半现，倒像水墨画里没晕开的墨，淡得很。

下了缆车才知，这不过是登山的开场白。山里的空气潮得能拧出水，雾浓得伸手能抓着似的，能见度不过几步远，前后的人只剩个模糊影子。剑山标高一千九百五十五米，是四国第二高峰，也是百名山之一，可这会儿哪见得着山的模样？只踩着嶙峋的石块往上挪，泥路滑得很，每一步都得把鞋底扣实了，生怕摔个趔趄。

偶尔能听见前头登山客的笑，脆生生的，可没等听清说什么，就被雾气吞了去，只剩自己的脚步声和喘气声在耳边环绕。快到山顶时，忽然瞅见个鸟居，里头摆着小卖部，玻璃柜里码着小点心、钥匙扣之类的玩意儿，墙角还立着个神龛，木牌上的字被雾蒙得看不清，我们也没多留，接着往上走。

一脚踏上山顶的木道，倒吃了一惊——日本人护山是真上心，整段山脊都铺着规整的木板，人走在上面，连草叶都碰不着。顺着木道往前，忽然一阵风来，满山谷的雾竟散了大半。太阳从云缝里钻出来，光洒在山脊的草地上，远处的山轮廓一下子清晰了，青的、灰的，一层叠一层，连风里都裹着松针的香气。我和妻子站在那儿，连喘气都轻了，生怕惊着这好光景。可没等多瞧，雾又漫回来，眼前又成了白茫茫一片，倒让人想起汪曾祺先生写泰山云雾，“来时无迹去无踪，

去与来时是一同”，剑山的雾，也这般任性。

我们索性坐在木道旁等，盼着雾再散。日头慢慢爬高，雾气竟真的淡了，最后全飘走了。蓝天白云底下，宝藏石神社的巨石透着青，云海山庄的蓝屋顶亮得晃眼，连路边的苔藓都绿得发亮。松林里漏下光斑，红枫叶子像蘸了胭脂，枯木上还挂着晨露，



宝藏石神社



云海山庄的蓝屋

每样东西都看得真切，心里也

到两点，团里人聚齐了下  
不一样。上山时只觉雾浓路滑，  
枝上的松果，连路边枯木上长  
时到西岛站，小腿早开始打颤，  
下山时，回头望剑山，山顶又  
子。

这趟登山，倒不是为了登  
雾——来时遮遮掩掩，去时干  
露了又藏，让人觉得，这山不  
心意的。



挂刀松

敞亮起来。

山。还是来时的路，景致却大  
下山倒看清了石块上的纹路，松  
的小蘑菇都瞧得分明。走了半小  
找了块石头坐下歇脚，再坐缆车  
笼了层薄雾，像给山戴了顶白帽

顶的成就感，反是爱极了剑山的  
干净净，把山的模样藏了又露，  
是死的，是活的，是有脾气、有

### 学校访问初体验

作者 德岛县国际交流员 陈思哲

前些日子，我受邀前往德岛县内的一所小学，作为讲师向孩子们介绍中国文化。这次共有 6 位讲师参加，我们分别来自中国、德国、墨西哥、美国和印度。其中，美国有两位讲师，其他国家各有一位。

在正式访问之前，  
胜地和文化整理成了  
道小测验题。为了让  
请 TOPIA 的工作人员  
得到了许多指导。根  
对 PPT 和演讲的内容、  
修改。

终于迎来学校访问  
位讲师，以及 TOPIA  
达小学，受到校长和老师的热情接待。随后，我们被分成三组，走进六年级的教室进行演讲。  
我和来自墨西哥的讲师同组，每人有 25 分钟的时间。

其他讲师大多经验丰富，而对我来说，这是第一次。心里既兴奋又紧张，于是我请墨西哥的讲师先开始介绍本国文化。他从美食、传统服饰到语言娓娓道来，尤其在游戏环节更是把孩子们带入了高潮。看着他始终沉着放松的神态，我暗暗下定决心，要向他学习这种从容与自信。

接下来，终于轮到我出场。当我走上讲台的那一刻，心中的不安猛然袭来：会不会冷场？孩子们会不会提不起兴趣？互动能不能顺利展开？然而，当我真正开始介绍中国文化时，那份紧张感



我把祖国的旅游  
PPT，还设计了几  
内容更完善，我  
陪我练习了两次，  
据这些建议，我  
形式都做了细致的

之日。我和其他五  
的工作人员一同抵

却神奇地消失了，甚至忘记自己曾经紧张。我的演讲分为两部分：一是旅游胜地，从“历史遗迹”“自然风光”“现代都市”三个角度展开；二是文化内容，选取了“中日支付方式的差异”“物价差异”“外卖和无人机、机器人配送的便利性”等贴近生活的话题。为了增加互动，我还准备了问答环节，回答的孩子可以得到熊猫贴纸。熊猫的号召力果然惊人，孩子们踊跃举手，有的甚至集齐了好几张，成了“熊猫大富翁”。

在提问环节，孩子们对中国展现出远超我预期的好奇与热情，问题一个接一个，让我几乎回答不过来，与我先前担心的冷场完全相反。他们问道：“老师，你的裙子真漂亮！”“中国有哪些美食？”“国旗的寓意是什么？”“你骑过大象吗？”“除了熊猫，中国还有哪些特别的动物？”“老师你吃过辣条吗？”“你知道拉布布吗？”……问题五花八门，令人忍俊不禁。最后由于时间有限，只能匆匆结束。但在离开时，孩子们依依不舍地用中文对我说“谢谢”，还笑着挥手告别，那一刻，我的心被深深触动。

这是我第一次真切体会到，与日本孩子们分享中国文化竟是如此快乐而奇妙。它为我的日常生活

平添了明亮的色彩。孩子们纯真、好奇的眼神一扫我的紧张，更让我坚定了传播中国文化的信念。那一刻，我不再只是一个演讲者，而仿佛成为了沟通两种文化的桥梁。虽然时间短暂，但孩子们的热情让我对未来充满了期待。或许，将来真的会有孩子因为这次经历而爱上中国，成为中日友好交流的纽带。

今后，如果还有机会，我一定还会走进日本校园，继续介绍中国，分享中国文化。我也衷心希望，这些努力能成为更多人了解中国的契机，让他们喜欢上中国文化。此次演讲不仅是一场文化介绍，更是一段心灵交流，一座文化之间的桥梁。这段经历，也让我更加坚定了前行的方向。

### 宝可梦化石展

作者 Robin Kelly

宝可梦是风靡全球的经典系列作品，我自然也是它的忠实粉丝。所以当得知宝可梦化石展要登陆德岛县立博物馆时，我别提有多兴奋了。这一定是场独特的体验，既能接触到古生物学知识，还能探寻部分宝可梦与地球史前动物的相似之处。说实话，我事先没查到太多关于展览的细节，但丝毫不影响我对亲眼见到展品的期待。

我有位来自美国的朋友也对这场展览很感兴趣，于是我们约好一同前往。那天下午，我们匆匆赶往德岛县立博物馆，路上看到车流密集，还担心现场会人满为患。幸运的是，到了之后根本不用排队，我们在售票机上顺利买好票，就进入了展馆。要是你不懂日语也别担心，馆内配备了



多语言翻译系统，在手机上就能查看展品介绍。

我们看到的第一件展品是宝可梦“菊石兽”，它有着螺旋状的贝壳，通体呈蓝色，模样小巧可爱。而它的原型，正是史前生物“菊石”。如今菊石早已灭绝，但科学家们能通过化石还原它们当年的形态。展览解说里提到，就像宝可梦世界中的科学家一样，现实里我们也能借助化石，去了解那些早已消失在地球上的远古动物。



通过化石的发现地点，能推测它们当年的生活环境；

通过化石埋藏的深度，又能判断它们生存的年代有多久远。

菊石兽和菊石



护城龙

而且，和宝可梦会“进化”一样，现实中的动物也在不断进化，只是这个过程要漫长得多。为了更好地在野外生存，动物们会逐渐变得更强壮，形态也会随之发生改变。展览中就有宝可梦“盾甲龙”的复原展示，它脸部的盔甲格外坚硬，是保护自己的重要“武器”。而它的进化形态“护城龙”，

头骨结构更大更厚重，这或许和“三角龙”进化出巨大骨质



三角龙

头骨的过程有着异曲同工之妙。在所有展品里，我最喜欢的是宝可梦“小暴龙”和“怪颚龙”的化石，它们都与霸王龙颇为相似，庞大的头骨结构更大更厚重，这或许和“三角龙”进化出巨大骨质

体型让人叹为观止。展览中还

我就不在这里过多剧透了，留

些惊喜给大家亲自探索。

总的来说，这是一场规模不大，但展品商店也很有特色。我在那里买了不少毛绒玩具。朋友在总结感想时说：“这真是一场非凡的展览！我很喜欢对比不同宝可梦和它们的史前原型，这非常有意思。”我还推荐他去楼下的常设博物馆，但能学到很多关于自然界的知识。展览将持续到12月28日，现在去还来得及！



挖掘员皮卡丘

却十分可爱的展览，就连纪念品商店也很有特色。我在那里买了不少毛绒玩具。朋友在总结感想时说：“这真是一场非凡的展览！我很喜欢对比不同宝可梦和它们的史前原型，这非常有意思。”我还推荐他去楼下的常设博物馆，但能学到很多关于自然界的知识。展览将持续到12月28日，现在去还来得及，感兴趣的朋友可别错过啦！

# 「～ませんか」「～ましょうか」「～ましょう」

玉置房 老师

「～ませんか」「～ましょうか」「～ましょう」是非常相似的表达方式，我们本月来学习一下这些用法吧！

在公司，与同事的对话

A: 来週の休み、海へいきませんか。



B: いいですね、行きましょう。

A: 私がお弁当を作りましょうか。

B: ありがとうございます。じゃあ、私は飲み物を持っていきますね。

| 句型     | 例句               | 语感                  |
|--------|------------------|---------------------|
| ～ましょう  | ・おいしそうですね、食べましょう | 表达“我们一起来做吧！”的心情。    |
| ～ましょうか | ・大丈夫ですか、手伝いましょうか | 表达“让我来做吧！”这样温柔的提议。  |
| ～ませんか  | ・この映画、一緒に見ませんか   | 表达“要不要一起呢？”这样礼貌的邀请。 |

【练习】请在下面的会话中，从「～ましょう」「～ましょうか」「～ませんか」中选择合适的表达填入括号。

在预约好的餐厅面前

A: このレストラン、とてもきれいですね。

B: ほんとうですね。さあ、中に (1. 入りましょう／入りましょうか)。

A: 何にしますか。

B: このパスタ、この店で人気があるんですよ。注文 (2. しましょうか／しませんか)。

A: ええ、そう (3. しましょう／しましょうか)。サラダはシェアしませんか。

B: ええ、いいですね。飲み物は…、ワインはどうですか。

A: ワイン、大好きです。じゃ、店員さんを (4. 呼びましょう／呼びませんか)。



答案：1. 入りましょう 2. しませんか 3. しませんか 4. 呼びましょう

い や  
祖谷のかずら橋  
ばし

作者 坂东佳子

徳島県西部の三好市にある祖谷のかずら橋は、「国指定重要有形民族文化財」に指定されていて、いつもたくさんの観光客でにぎわっています。この橋は、重さ約6トンのシラクチカズラで作られています。そして、長さは45m、幅は2mで、高さ14mのところにあり、3年ごとに橋の架け替えが行われ



ています。足下をのぞくと、板と板の間から、下に流れる川が見えます。誰かが、大きな歩幅で歩くと、橋が揺れて、足がすくんでしまいます。渡るときは、スマホや財布を落とさないように、気をつけましょう。

今の季節は、かずら橋の周りでは、森林の景色を楽しんだり、名産の祖谷そばを食べたりすることができます。みなさんも、ぜひ行ってみてください。

国指定重要有形民族文化財：国家指定重要有形文化财产

シラクチカズラ：白葛藤

架け替え：翻修，重建

歩幅：步伐

すくんで：畏缩，僵住

紅葉：红枫叶

名産：特产

## 有趣日语



災、を  
転じて  
福となす

わざわてんふく  
災い転じて福となす

さいなんふこうできごとくふうかんがかた  
災難や不幸な出来事も、工夫や考え方  
しだいこうふくよけっか  
次第で、かえって幸福や良い結果につなげ  
ることができる、ということわざ。

指即便遭遇灾难或不幸，只要善于思考、积极应对，也能转化为幸福或取得良好结果的谚语。

例：失敗をきっかけに努力を重ねて成功  
しつぱいどりょくかさせいこう  
したのは、まさに災い転じて福となすとい  
うことだ。

以失败为契机不断努力，最后取得成功，正可谓是“因祸得福”。

## 2025年国际理解支援论坛及国际理解支援讲师技能提升培训

**概要：**我们将邀请三位德岛县在住外籍人士，围绕“日本的育儿以及教育”，“伊斯兰教”，“文化习惯差异”等主题进行演讲。演讲结束后，我们还为大家准备了交流会，届时讲师将与各位参加人员进行轻松随意的互动。本次活动面向对国际关系感兴趣的初高中生、社会人士以及国际理解支援讲师等。活动详情将于日后在 TOPIA 官网公布，欢迎大家踊跃报名参加！

**时间：**2026 年 1 月 25 日（星期天）

14:00 - 17:00

**地点：**德岛县国际交流协会（TOPIA）大小会议室

**咨询：**（公财）德岛县国际交流协会

**TEL：**080-656-3303

**费用：**免费



## 圣诞集市

**概要：**圣诞集市是德国冬季的代表性活动。在德国降临节（圣诞节前的约四个星期）期间，城市广场和街道上会林立着各式摊位，热闹地售卖食品和杂货。而“德国馆圣诞集市”则是在此基础上，融入了德国馆特色的活动。在这里，你能找到德国圣诞节不可或缺的史多伦蛋糕、热红酒，以及各种圣诞杂货和糖果。此外，还有迷你活动，例如现场表演、手工工作坊，以及儿童小火车。不仅如此，更有以县内为主的手工匠人摊位，以及众多餐车齐聚馆前广场。来德国馆，提前感受圣诞氛围吧！

**日期：**12 月 6 日（星期六）- 12 月 7 日（星期天）

**地点：**鸣门市德国馆 1 楼大厅 / 馆前广场

**费用：**免费

**TEL：**鸣门市德国馆 088-689-0009

**网址：**<https://www.awanavi.jp/archives/event/72205>

## TOPIA 咨询窗口

TOPIA 以德岛县的外国人对象，提供生活方面的咨询服务。

受理时间为每天的上午 10 点～下午 6 点

### 年底年初（12 月 29 日至 1 月 3 日）暂停服务

有常驻的中文、英文、越南语咨询员

另外，还提供涵盖 21 种语言的三方通话服务

电话：088-656-3312. 088-656-3313

### ■ 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

德岛县生活环境部多文化共生・人权课

TEL 088-621-2028

FAX 088-621-2851

www. pref. tokushima. lg. jp

编辑：陳思哲；陳芳瑜