

阿波生活

2026.1

德岛县国际交流协会

祥吉年马

骏马迎新春



金蛇辞旧岁

这副对联与其横批，均遵循传统从右往左诵读。

新年寄语

新年焕新，好运连连，2025年已经过去了，我们迎来了崭新的2026年。

《阿波生活》在各位读者的关爱和支持下又成长了一岁。新年新气象，我们将继续把更多更丰富的内容和资讯及时传递分享给大家。希望各位读者继续关注《阿波生活》，欢迎与我们共同分享您在日本和德岛的趣闻轶事和生活感悟。

我们的邮箱是：circhi@topia.ne.jp，期待您的投稿来信！

最后，衷心祝愿大家马年大吉，喜乐常伴！

新年问候

公益财团法人德岛县国际交流协会 三好诚治 理事长

大家新年好。

谨向各位致以最诚挚的问候，祝大家在新的一年里身体健康，诸事顺遂。

回顾过去的一年，乌克兰危机与加沙地区的冲突仍未平息；与此同时，四月的“大阪·关西世博会”盛大开幕，迎来了来自世界各地超过二千八百万名来访者。本协会也组织了由县内外国居民等组成的“Arasowa 连”，参加了 5 月 3 日“大阪·关西世博会·德岛县活动（阿波舞）”，在现场以阿波舞表演与来宾深入交流，收获颇丰。



此外，在七月的参议院选举中，外国人政策成为重要焦点议题。选举结束后，于青森市举行的全国知事会议上，47 名都道府县知

事共同提出《有关外国人接纳与多文化共生社会实现的建议》，明确否定排他主义与排外主义，并敦促国家制定作为多文化共生施策根本的基本法，设立统筹机构等。



在此背景下，截至去年六月末，本县在住的外国人数达到 9190 人，创历史新高。按国籍划分，越南（2332 人）居首位，其次是中国（1617 人）、印度尼西亚（1220 人）、菲律宾（997 人）及缅甸（576 人）；按在留资格划分，

依次为技能实习（2997 人）、永住者（1484 人）及特定技能（1468 人）。

在因人口减少与老龄化加剧而导致劳动力不足的背景下，这一外国人口增长趋势预计在今年仍将持续。为使外国居民能够安心生活，本协会持续开展多项举措，包括：提供多语言生活咨询、开办“日语教室”，作为日语学习支援与交流平台、举办“防灾上门讲座”，提升防灾意识、派遣“国际理解支援讲师”，增进县民国际理解、为留学生组织“寄宿家庭·家庭访问”活动，以及通过“外国人日语演讲大会”，促进跨文化理解等。



今年，我们亦将继续努力，于陷入孤立，让外国居民能够全体职员将更加团结，提升本府及各民间团体紧密协作，为



使外国居民不至作为社区平等的一员融入地方社会。协会协会的存在意义，并与县政府、市町村政构建多元且包容的社会而不懈奋斗。

德岛世博会成果感谢展隆重展出

摘自 阿波导航（阿波ナビ）

于10月闭幕的2025年大阪关西世博会上，德岛县在关西馆的展出取得了丰硕成果。为向公众汇报这些成就，并活用从关西馆德岛县区域移设的展品及世博期间国际交流的成果等，“德岛世博会成果感谢展”正在隆重举行。

此外，本次展览还特别展出了由德国馆实际展示和使用过的沙发，该沙发已获赠并设置于县民大厅中央等位置。展出时间为2025年12月1日（星期一）至2026年3月31日（星期二），地点为德岛县厅1楼“县民大厅”及“玄关大厅”，展示内容有德岛县区域展品、德国馆沙发、用于世博国际交流的蓝染作品等。

关于大阪关西世博会“德国馆”沙发的设置：

德国与德岛县的交流源远流长，始于第一次世界大战期间的“板东俘虏收容所”，当时德国士兵与当地居民跨越立场建立了友好关系。此后，1974年，德国下萨克森州吕讷堡市与鸣门市缔结了友好关系；2007年，下萨克森州与德岛县签署了《交流宣言》。至今，持续深化彼此的“羁绊”。



会上，在德国和德岛县长年累积的交流基础上，德国馆与馆视察、阿波舞表演、蓝系列交流互动，进一步加为见证这段虽短促却深厚的国馆决定将这款沙发无偿

此次在2025年大阪关西世博会自治体展了展流等一的理解。果，德县。



会上，在德国和德岛县长年累积的交流基础上，德国馆与馆视察、阿波舞表演、蓝系列交流互动，进一步加为见证这段虽短促却深厚的国馆决定将这款沙发无偿



会上，在德国和德岛县长年累积的交流基础上，德国馆与馆视察、阿波舞表演、蓝系列交流互动，进一步加为见证这段虽短促却深厚的国馆决定将这款沙发无偿

该沙发是德国馆以“循环经济（Circular Economy）”为主题的展示品之一，蕴含着“从一次性资源消耗型社会，转向资源循环利用、传承给下一代”这一未来愿景。它不仅是德国馆理念的体现，更是与德岛县共同分享这一愿景的“交流之证”和“友好象征”。

德岛县希望通过这款沙发，让县民及来自县内外的人士在来访时，能够近距离、广泛地了解德岛与德国所建立的深厚友好关系。该沙发将被放置于县民大厅及县厅交流中心等处供大家使用，我们诚挚希望您能借此感受到在大阪关西世博会上深化友谊的德国与德岛县之间的友好关系，以及其与世界的紧密联结。

2025年大阪世博之旅

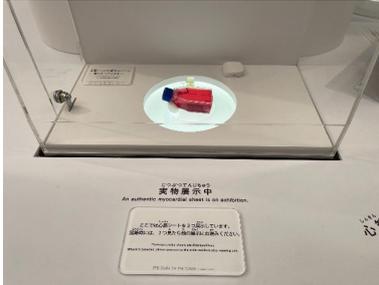
作者 TOPIA 中文咨询员 陈芳瑜

2025年大阪世博会以“设计未来社会的生命辉煌”为主题，在大阪梦洲岛盛大举行。这一届世博会聚焦“健康”“科技”“可持续”三大核心议题，展望人与自然、社会与科技共生的未来。我有幸亲身体验这场汇聚全球智慧与创意的盛会，而且一共去了两次。

第一次参观时，我参观了法国馆、中国馆、美国馆和日本馆等多个国家展馆。第二次出发正值最后一个三连体的周六10月11日，早上八点半到达东门时，入口处早已人山人海。排了一小

时后终于顺利入场。我记得攻略里提到，东门附近有一座极具人气的展馆叫大阪健康馆，不用预约直接就可以入馆。踏入大阪健康馆的瞬间，最先映入眼帘的展品是心肌贴片。它由 2012 年诺贝尔奖得主山中伸弥教授团队利用 iPS 细胞制成。将 iPS 细胞培养并增殖，使其发育成心肌细胞。再用数亿个心肌细胞，通过细胞片技术，制作出直径数厘米、厚度仅 0.1 毫米的心肌贴片。将三片心肌贴片贴到衰弱的心脏上，就能帮助衰弱的心脏重新恢复跳动。

除了心肌贴片，馆内还展出了许多先进的未来技术。例如能自动清洗全身的未来型人体洗澡机，让保持清洁与健康变得轻松自然；又如能在大地震发生生命迹象的救援设备，展现了科技守护生命的力量。



心肌贴片



未来型人体洗澡机

又后迅速探测废墟下备，展现了科技守制造业自动化为核会的多种构想；并

大阪健康馆以心，提出了未来社以大阪为起点，

推动“食物革命”，向“零饥饿”的目标迈进。整个展馆让人近距离体验医疗、福祉与灾害应对的未来技术，充分体现了科技与人文融合的温度与力量。

离开大阪健康馆后，又参观了由饭田集团与大阪公立大学联合打造的现代城市展馆。离开展馆后，我乘坐扶手电梯登上世博会的登顶的一刻，整个会场的壮阔景象尽收眼底。脚下是色彩缤纷的屋顶花园，远处是来自世界各国的展馆、海边高高喷起的喷泉在阳光下闪耀，水花映衬着人群与建筑的色彩，仿佛置身未来都市之中。



象征性建筑大屋顶“环形走道”。尽收眼底。脚下是色彩缤纷的屋顶花园、海边高高喷起的喷泉在阳光下闪耀，水花映衬着人群与建筑的色彩，仿佛置身未来都市之中。

下降到地面后，我参观了葡萄中国馆以多维度展示了中华文化

果。古代青铜器展区呈现了悠久的文明史；四季变幻与昼夜光影的动态空间，让人感受到自然与时间的流动之美；“中日友好主题长廊”展现了两国人民的深厚情谊。未来城市展区则描绘了智慧科技引领的生活愿景。最令人惊叹的，是馆内陈列的月球正反面采样实着中国在航天探索凡成就。中国馆将科技与国际流巧妙筑了一场多元、开的文化体验。



青铜神树

月壤

中日友好主题长廊

的深厚底蕴与现代科技的飞跃成果。未来城市展区则描绘了智慧科技引领的生活愿景。最令人惊叹的，是馆内陈列的物，象征领域的非融合，构放而生动

虽然这次没有预展馆的入场券，

但参观的内容远超预期。夜幕降临，我欣赏了绚烂的烟花、“水与空气的奇幻盛宴：青和夜之虹的巡游”表演以及壮观的无人机灯光秀。其中，“青和夜之虹的巡游”最令我感动，音乐、激光与喷泉完美融合，光影交织，仿佛置身梦境。那一刻，我深刻体会到大阪世博会主题“生命辉煌”的真义：科技与自然的融合，生命与世界的共生。这次大阪世博之行，不仅让我看到了未来科技的力量，更让我感受到人类对美好生活的共同追求。那份“生命的辉煌”，在灯光与喷泉交织的夜色中，久久回荡。

2025 年 ONE WORLD 儿童支援事业活动报道

作者 坂东佳子

2025 年 11 月 30 日（星期日），“ONE WORLD 儿童支援事业”顺利举办。本项目旨在通过国际交流，为肩负世界未来使命的儿童们培养国际理解与国际合作意识。今年活动沿袭往年做法，与德岛市·名东郡 PTA 联合会主办的职业体验活动同步开展。现场聚集了县内超过 40 家企业与团体，小学生与初中生们在各个展位中体验不同的职业，乐在其中。



在 TOPIA 的展位中，共有 36 名中小學生体验了为德岛外籍居民提供咨询服务的工作。来自美国、中国、肯尼亚、越南及墨西哥的外国讲师们用简易的日语向孩子们提出咨询请求，例如：“可以教我如何写片假名的名字吗？”“德岛有什么推荐的美食？”“我看不懂医院寄来的说明文件，可以帮我解释吗？”尽管有些孩子因为害羞而难以流利表达，但他们都努力通过书写、使用简单的日语等方式认真回答问题。



在场的家长们也纷纷表示：“第一次知道 TOPIA 这个组织。”“我的公司有外国员工，我想推荐他们去 TOPIA 的日语教室。”“没想到在德岛居住的外国人当中，越南人是最多的，今天学到了新知识。”我们衷心希望，这次与外国人面对面交流的经验，能成为孩子们未来追求梦想的重要契机。

★ 讲师（CIR・TOPIA 工作人员）感想节选

■ 感想①：我认为“ONE WORLD 儿童支援事业”对所有参与者来说都是一次非常有意义的活动，通过活动也取得了多项成果。首先，孩子们在与外国人交流的过程中，真切感受到外国人与自己一样，都是在德岛生活的普通人。其次，我们成功传达了简单日语（やさしい日本語）的重要性。特别是四年级以上的参与者，对于日语表达中不够明确或容易引起误解的部分，似乎有了更深的认识，而且他们在使用简单日语进行说明时表现得格外出色。对于低年级的孩子来说，这次体验让他们了解到在德岛生活着各种背景的人们。我期望这段经历能成为所有参与者的美好记忆，并激励他们怀抱好奇心迈向更广阔的世界。此外，在改进方面，由于其他展位多采用直观的体验型展示，如：收银、植物、自行车等。明年若 TOPIA 展位能加入更具视觉吸引力的设计，或许能让更多孩子愿意参与。

■ 感想②：能够参加“One World 儿童支援事业”活动，我感到非常荣幸。本次活动中，五个国家的外国讲师都身着各自的民族服饰。我则以“不熟悉日语的外国人”的身份，与小学一年级到初中三年级的孩子们进行互动。当我穿着中国传统服饰马面裙在会场走动时，收到了许多“衣服好漂亮”的称赞，我深感荣幸，也借此机会向更多人介绍了中国的传统文化。我最先交流的是一位小学一年级女孩和一位幼儿园男孩。小男孩十分害羞，不愿与我对视，也不太肯开口。但当我送给他几张熊猫贴纸后，他逐渐放松下来，开始与我交谈。而女孩亲切地称呼我为“〇〇酱”，让我感到无比温暖。之后我又与另外三组学生交流，收获良多。熊猫贴纸成了迅速拉近我与孩子们距离的绝佳契机。这一天既有趣又极具意义，让我更加坚定今后要积极参与国际交流活动。

■ 感想③：由于是第一次参加活动，一开始我有些紧张。但孩子们非常可爱，让我很快就放下

来投入体验。令我惊讶的是,有些孩子会主动与我对话,并用简单、礼貌的日语耐心解释他们的想法。看到这样的场景,我感到非常高兴。当然,也有一些孩子比较害羞,只有在父母陪同下才愿意开口。他们拘谨的样子也十分可爱,让人忍不住会心一笑。虽然每位孩子的性格不同,但大家都尽力想办法传达自己的意思,使整个交流过程充满温暖。通过这次活动,我深深感受到孩子们的善良与努力,这是一次非常宝贵的经历。如果今后还有机会,我非常希望再次参加。

リバーサイドしでの家

作者 长田有加里

美馬市にある 穴吹川は、日本一の清流です。その中流の 仕出原に、美馬市森林空間活用施設「リバーサイドしでの家」があります。夏場は、キャンプや川遊びで たくさんの人が訪れ、地元の人との 交流スポットとして 賑わいます。またこの地域は、ブルーベリーや 八朔の 産地であり、収穫を楽しむことも 出来ます。

TOPIA は、徳島県事業である「とくしま農山漁村(ふるさと)応援し隊」の一環で、在住外国人等と 八朔狩りの応援に 参加しています。この事業は、人手不足が 課題である 農山漁村に、作業のお手伝いや 地域と交流したい人が 赴き、協働活動を通じて 地域を保全する 仕組みです。ぜひこの事業に 参加して、地域の人と 一緒に農作業をして 汗を流し、交流を 楽しみませんか。



清流：清流 夏場：夏季 川遊び：在河边玩水 賑わう：热闹
八朔：八朔橘 一環：作为……的一环 収穫：收获 人手不足：人手不足
赴く：奔赴 協働活動：合作活动 保全する：保全，保护

有趣日语



石の上にも三年

意味：我慢強く続ければ、いつか成果が出る。
只要持之以恒，终会取得成就。

例文：日本語の勉強も、石の上にも三年だと思っ
て頑張っています。

例句：我也抱着‘铁杵磨成针’的信念，正在努力学习日语。

「～間」 「～間に」 「～まで」 「～までに」

玉置房 老师

「～間」 「～間に」 「～まで」 「～までに」是非常相似的表达方式，让我们本月来一起学习这些用法吧！

一群小学生的妈妈正在聊天。

- A: 子どもが学校に行っている間、家は静かですね。
- B: ええ。その間に買い物ですませます。
- A: わたしは、家事をして、そのあとは子どもが帰るまで、自分の時間をたのびます。
- B: 子どもさんは、何時に帰りますか。
- A: そうですね、いつも3時までに帰ります。



句型	意思	使用方法・说明	例句
A間、B	A 的动作・状态在持续的时间内，一直在做 B	A 和 B 同时在持续	子どもが寝ている <u>間</u> 、母は本をよんでいました。
A間に、B	A 的动作・状态在持续的时间内，B 只发生/出现了一次	A 和 B 并非同时发生，而是 B 只在一瞬间出现/发生	子どもが寝ている <u>間に</u> 、母は買い物に行きました。
Aまで	表示 A 是结束的时间或终点	动作・状态的终点	5時 <u>まで</u> 仕事をします。
Aまでに	表示在 A 这个时间点之前结束	表示“截止日期”	5時 <u>までに</u> この仕事を終わります。

【练习】请在下面的会话中，从「～間」 「～間に」 「～まで」 「～までに」中，选择合适的表达填空。

- 山田さんは毎日、5時（ ）、仕事をしています
- 東京にいる（ ）、スカイツリーに行きたいです。
- 夏休みが終わる（ ）、国で家族とすごします。
- 明日の朝9時（ ）、レポートを出してください。
- 雨が降っている（ ）、外で遊ばせん。
- 映画が始まる（ ）、チケットを買わなければなりません。
- 夏休みの（ ）、富士山にのぼりたいです。
- 友だちが旅行している（ ）、犬の世話を頼まれました。



答え: 1. まで 2. 間に 3. まで 4. までに 5. 間 6. まで 7. 間に 8. 間

第 18 届 华道家 假屋崎省吾
「うだつをいける」“缤纷女儿节”

概要：在保留着古朴历史风貌的“卯建”建筑中，华道家・假屋崎省吾将呈现华丽而雅致的花道展「うだつをいける」。展览以德岛引以为傲的美物为题材，如蕙兰与大谷烧等，共同谱写一场绚烂的美之竞演，诚邀您前来细细品鉴。

时间：2026年1月18日(周日)-2月28日(周六)
9:00-17:00 (入馆截止时间为16:30)

门票：通票：成人1200日元 / 儿童600日元
吉田家住宅：成人1000日元 / 儿童500日元
奥德翁剧院 (オデオン座)：成人400日元 / 儿童200日元
Anmitsu 馆：免费入场

地点：美马市脇町

详情请见官网：<https://www.awanavi.jp/archives/event/72510>



「へそっこルミエール」梦灯灯光秀
传递向未来延伸的希望之光

概要：延续30年历史的“梦来人灯光秀”即将以全新的面貌再现，一段崭新的光之故事从此展开。为了让这个深受当地居民喜爱的活动能够以新的形式继续开展，我们青年部着手重新规划，并以全新的灯光活动重新启航。“ルミエール (Lumière)”在法语中意为“光、灯光”，“梦灯 (ゆめあかり)”则寄托了多重愿望：希望之光照向未来、宛如梦境的灯光空间，成为到访者能放松身心的温暖之地。

点灯期间：2025.10.25 - 2026.01.10

点灯时间：17:00 - 22:00

地点：JR阿波池田站东邻 へそっこ公园
(三好市池田町サラダ 1810-18)

主办方：阿波池田商工会议所青年部

详情请见官网：<https://awaikedacci.com/event/1555/>

TOPIA 咨询窗口

TOPIA 以德岛县的外国人为对象，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：陈思哲；陈芳瑜