

# 阿波生活

2019.5  
德岛县国际交流协会

## 在马头琴的故乡植树建校

德岛县日中友好协会顾问：柿原 春男

我自 1998 年起，一直在中国内蒙古自治区的科尔沁草原，为防止草原沙漠化进行植树造林活动。

自 2003 年起，为援助那些因贫困无法上学的孩子们，我和众多日本援助者一起新建了小学，支援地方教育。其间，我们邀请了通辽市教育医疗考察团来德岛县访问，通过各项活动加深了与内蒙古通辽市的友好交流。那时，通辽市政府将“马头琴”作为礼物赠送与我。

后来，我才知道日本的文部科学省将内蒙古的民间传说《苏和和白马》编入小学二年级的国语教材中，从 2010 年开始于每年的 2 月至 3 月期间，在我的母校—松岛小学，以及神宅小学和高志小学进行授课。

在各位校长和班主任的协助下，今年举行了第 9 次授课。孩子们第一次见到内蒙古的服装，亲手感触马头琴，倾听在严峻的自然环境中贫穷生活的故事。大家都表示要以内蒙古的孩子们为榜样，好好努力。



### 谢谢柿原先生 松岛小学校 2 年 1 组全体同学

今天非常感谢您告诉我们内蒙古的事情。我们学到了很多。第一次看到马头琴后，才知道有这样的乐器，特别惊讶。听了您帮助他人的事迹，我们都觉得您是位了不起的人。

### 马头琴，蒙语称为莫林胡尔

是蒙古族常用的一种弓弦乐器，为唐宋弓弦胡琴的一种。中华人民共和国国家级非物质文化遗产。

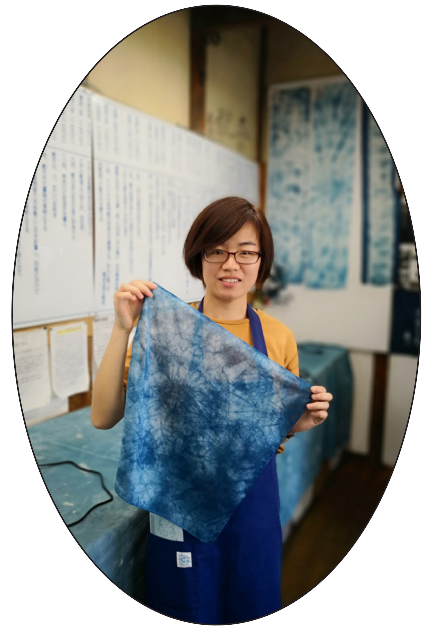
传说从前牧人怀念死去的小马，取小马的腿骨为柱，头骨为筒，尾毛为弓弦，制作成二弦琴，由于通常在琴杆的顶部按小马模样雕有一个马头而得名马头琴。

马头琴流行于内蒙古、辽宁、吉林、黑龙江、甘肃、新疆等地的蒙古族中。

马头琴从唐、宋时期的胡琴发展而成，成吉思汗时已流传民间。

马头琴用硬木制作，音箱有倒梯形、长方形等多种。大者琴长 120(cm) 厘米，小者琴长 70(cm) 厘米。音箱两面蒙绘有图案的马皮或羊皮。琴弦的特别之处是由多根马尾分为两束而成琴弦，发音圆润，低回婉转，音量较弱，音色与其他弓弦乐器会有较大差异。弓在弦外。

一期一会——湖南与德岛友好交流的桥梁



刘苗苗

大家好，我是二〇一九年度国际交流员刘苗苗。

二〇一七年十月，我作为一名日语翻译进入湖南省人民政府外事办公室工作，主要负责湖南与日本友好交流与合作。一年多以来，先后顺利完成了第三十六届中日经济知识交流会、湖南省政府代表团访日以及湘滋结好三十五周年等一系列活动。这些工作不仅提高了自己的翻译水平和沟通能力，也更加令我体会到跨文化交流工作的魅力。

去年我有幸第一次访问德岛，德岛县立工业技术中心对中小企业的大力支持、德岛人民的热情好客、壮观的鸣门漩涡、热闹的阿波舞以及安静恬适的街头风景都给我留下了深刻的印象。虽然时间短暂，但是感觉德岛是一个很宜居的城市。

二〇二一年十月二十四日湖南省与德岛县缔结为友好城市，结好以来，双方在医疗、文化、体育等领域开展了一定的交流。在市级友好城市、经贸、农业、旅游等领域有很大的合作潜力。

希望能利用在德岛的一年时间，深入了解日本文化，学习日本的先进经验，为加强湖南与德岛的相互了解，为双方的务实合作贡献自己的一份薄力。

请多多指教！

教室外的风景



斋藤智子

大家好 初次见面请多多关照

我是齐藤智子，我作为社会体验研修生，四月开始在 TOPIA 工作，请大家多多关照。我是一个中学的英语教员。爱好是美食，还有观看舞台剧、音乐剧和电影。课外活动我曾经负责剑道，也想过要努力练习一下剑道，但是可能是太执着与美食了，辛苦的练习终究无法坚持。

我一直愉快地与 ALT 的老师一起给学生讲授英语，传达用英语交流的乐趣。但是，随着国际化的深入，社会越来越多的文化共生共存，因此了解其他的语言也变得越来越重要，对来到日本的外国人，提高用日语交流的能力也很需要，希望能尽心尽意地传达我们的心意。

在 TOPIA 的日语教室帮助日语教学，接待海外的观光旅行的客人，是个与各种文化背景的人接触交流的好地方，并且还可以重新认识德岛，我会珍惜在 TOPIA 的工作机会，拓宽自己的视野，不断地努力做好德岛连接对日本有兴趣的外国人的一个“桥梁”。

希望在研修结束后，能对多文化有更深认识，与学生们一起向世界传递美好德岛的信息。

以上 请多多指教

为了实现共生的社会而努力

---- 地区外国人协调员 滝 壽郎

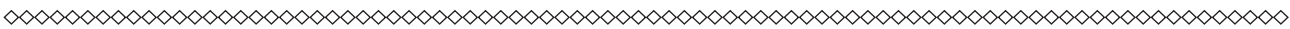


这次，我就任新设的「地区外国人协调员」我的工作包含了多语种生活咨询，观光旅行，县内町村之间、县内国际交流协会等的衔接，加强对地区外国人的支援。

我大学毕业后，一直在德岛县厅工作直到退休，这期间、我的工作涉及了医疗，福祉、市町村、观光、防灾、运动等方面。我希望可以发挥我的工作经验和知识，做好各方面的协调联动。

我以前曾经到国外视察和观光过，年轻时也很喜欢读外国文学（日本版），从现在开始我更要加深对国际社会的理解。

在经济活动和文化活动日益国际化的现在，德岛县也有许多的外国人居住，一部分外国人，生活愉快，发挥着自己的能量，并且有飞跃的进步，但是也有不懂日语，不习惯日本的环境，在不安中生活的人。我希望能够加强国际交流团体与行政机关、企业、支援者之间的联系，各种立场的人联合起来帮助外国人，希望无论是外国人还是日本人都觉得在德岛生活很满意，为建立良好的共同生存的社会而努力。



我与德岛的美好缘分 ---- 多语种咨询员（越南语）  
宫地美乐

大家好

我是从越南来的 LAI MỸ LAC，日文名字是<sup>みやちみらく</sup>宮地美楽。在日本居住6年了，喜欢上德岛是更久以前的事了。

2005年8月我出差到德岛市和鸣门市，并且尝到好吃的料理，观看了鸣门漩涡，回国之后一直难忘 ZARU UDON 的味道，（一种日式的干面，要沾汁吃）。

没想到我3年后的2008年跟德岛人结婚。

我自己有15年以上外资公司的财务工作经验，去过许多国家，学会了多种的语言，为了做好财务经理的工作需要观察能力，判断能力，谨慎的性格也是不可缺的，一边工作一边培养了自己这样的素质。

这次被德岛县国际交流协会录用，希望在工作中能充分发挥自己的能力，最重要的是能得到大家的支持和指导，和大家在一起任何困难都可以克服。

我会努力工作，珍惜与在住德岛的越南人，以及其他各位相聚的时光。

以上 请多指教

德島生活

----德島文理大學留學生 刘静熹

我是從台灣高雄的義守大學來德島文理大學交換一學年的大四生。在這裡我經歷了許多第一次，第一次一個人在外地租房子住；第一次自己打理生活，煮飯購置生活用品；第一次和許多朋友去玩。如果沒來日本交換留學，我可能要等到研究所畢業後才能在生活中層面上由突破性的成長；

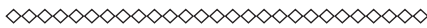


如果我從未跨出留學生活的圈子，體驗召會生活，我在屬靈層面上肯定會懶散、過著渾渾噩噩的日子。感謝主，在多次聚會中，我對於未來將要步上的道路感到明朗，在求學的一路上，我總是備感徬徨，對於未來感到迷茫。

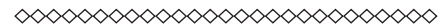


但透過參與召會生活，我更加確信成為教師是我最盼望踏上的職涯旅途。

德島是一個風景宜人之地，雖然不繁華，然而我最喜愛的就是能敞然大自然、悠然自得地生活、修養身心之地。



德島的學習生活



德大畢業生 闫梅

我來自西安交通大學，在日本德島大學（電氣工程系）進行為期一年的交換留學，2017年10月來到日本。西安交通大學和德島大學有交換留學的合作項目，參加這個項目可以在三年內拿到雙碩士學位。交換留學期間主要是英文授課。德島大學普遍感覺沒有中國的大學競爭激烈，比起國內的應試教育，日本的教育更注重培養學生的動手能力。



來之前不太了解日本。來到德島以後感覺這裡山清水秀，是個很適宜居住的地方，離海很近，風景很漂亮，天很藍。但是最不習慣的是這裡的氣候，風太大，雨太多，還時常有颱風。德島市的象徵眉山，登山過程和山頂上能看到的夜景我都很喜歡。新建成的AEON電影院音響設備也非常好，看電影的過程很享受。另外，YAHOO的搜索引擎和郵箱都很方便。

因為在國內的時候就喜歡看日本的電視連續劇，來日以後沒太感覺到文化差異或者衝擊。我感受到中日文化的主要差異是，一方水土養一方，中國人真的很大氣，日本人真的很細緻，沒有優劣之分，各有利弊。

我不太自己做饭。西安有很多很出名的小吃，比如凉皮、肉夹馍、牛羊肉泡馍等等，德島拉面很好吃，鳴門金時紅薯很好吃。日本人覺得中國人都很擅長做菜，但我完全不會。在這邊的生活很舒適，時間也不算長，不太會想家。從德島回去時想給家人帶鳴門金時的小點心。

德島是一個有山有水，天很藍，雲很低，人很善良，生活很平靜的城市。交通稍有不便，但是恰好可以遠離喧囂的城市，直面自己的內心。我將來想在國內找到一份理想的工作，所以感覺這一年的交換經驗應該很有幫助。各位既然已經來了日本，一定要好好學日語。TOPIA的日語課程很有用，有機會一定要參加。德島大學秋天的銀杏樹漂亮極了，有空一定要去看看哦。

おもしろ日本語

はねの  
〈羽を伸ばす〉

意思：没有束缚，自由自在的放松状态。

例句：平时真的太忙了，偶尔也想轻松一下啊。



“～んです”的使用方法

加村 匡子 老师

这个月我们学习日常生活中经常使用的“～んです”。

- ① <sup>ゆう</sup>夕べ <sup>の</sup>飲みすぎました。
- ② <sup>ゆう</sup>夕べ <sup>の</sup>飲みすぎたんです。

①和②都是“昨晚喝多了”的意思，但是有很大的区别。

①是单纯的事实说明。②有想要说明“昨天喝多了，所以……”，包含了要解释的心情。例如，工作结束后同事约着“一起去酒吧”，如果想表达“昨天喝多了。所以今天去不了 / 不想去”的意思时，可以使用“夕べ飲みすぎたんです。”还有，同事看到自己身体不适表示担心时，也可以用“夕べ飲みすぎたんです。”来回答。使用“～んです”的时候，必须有前提，有想向对方解释或传达心情时使用。

另外，在希望得到对方的说明，以及听取理由或确认时也会使用。

【接续方法】

- <动词 / い形容词> 普通形 + なんです
- <な形容词 / 名词> ～ + だ → ～ + なんです

【练习】

1. A: そのTシャツ、かっこいいですね。  
(<sup>う</sup>売っている <sup>みせ</sup>店を知りたい → どこで <sup>か</sup>買いましたか。・・・) )  
B: 大阪で買いました。
2. いつも <sup>じ</sup>時間 <sup>かど</sup>通りに来るBさんが <sup>ち</sup>遅刻 <sup>こく</sup>したので  
A: (<sup>ち</sup>遅刻 <sup>し</sup>理由が知りたい → どうして <sup>ち</sup>遅刻 <sup>こく</sup>しましたか。・・・) )  
B: <sup>でん</sup>電車が遅れました。
3. 燃える <sup>も</sup>ごみを出している <sup>だ</sup>近所 <sup>きんじよ</sup>の人 <sup>ひと</sup>を見て  
A: (<sup>か</sup>確認 <sup>にん</sup>したい → 燃える <sup>も</sup>ごみは今日 <sup>きょう</sup>出しますか。・・・) )  
B: はい、そうです。
4. <sup>に</sup>日本語 <sup>ご</sup>を上手 <sup>じょうず</sup>に話す <sup>はな</sup>外国人 <sup>がいこくじん</sup>を見て  
A: <sup>に</sup>日本語 <sup>ご</sup>が上手 <sup>じょうず</sup>ですね。(<sup>に</sup>日本語 <sup>ご</sup>が上手 <sup>じょうず</sup>なことに <sup>おどろ</sup>驚いて、その <sup>り</sup>理由 <sup>ゆう</sup>が知りたい。)  
→ どの <sup>べん</sup>くらい <sup>きょう</sup>勉強 <sup>べんきょう</sup>しましたか。・・・) )  
B: 1年 <sup>ねん</sup>くらいです。



【答案】

1. どこで買ったんですか。  
2. どうして遅刻したんですか。  
3. 燃えるごみは今日出すんですか。  
4. どのくらい勉強したんですか。

令和元年2019年度德岛县外国人日语演讲比赛

- 一、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，让异文化理解及多文化共生得到更为广泛的认知。
- 二、时间地点 2019年7月21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
- 三、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,或在过去的比赛中曾获得过“最优秀奖”“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。)
- 四、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)可入围当天比赛。
- 五、演讲内容 符合比赛宗旨,有关异文化理解·多文化共生的内容即可。
- 六、演讲时长 每人6分钟以内
- 报名方法 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。
- 报名截止时间 2019年5月27日(周一)17:00
- 主办单位 公益财团法人德岛县国际交流协会
- 咨询·报名处 公益財団法人徳島県国際交流協会(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
- 电话: (088) 656-3303 传真: (088) 652-0616

助任友好认定儿童园

井上 和惠 老师

婴儿长大一些后,进入离乳的阶段,有些婴儿母亲会担心婴儿不接受离乳食,的确不喜欢离乳食的婴儿并不少见,但是那是婴儿成长的必经之路,不要急慢慢考虑不吃的原因想出对应的方法。

<月龄不同有不同的理由和对应的方法>

·离乳初期…对初次的口感和口味觉得吃惊不喜欢。不用急着离乳过一段时间再说。

·离乳中期…习惯了离乳食但是厌烦吃,食物不容易吃婴儿不喜欢也有可能。给的食物形状、硬度,口味婴儿不喜欢吃。比如卷心菜、菠菜等富有纤维的蔬菜不容易变柔滑,不容易吃。

如果这样

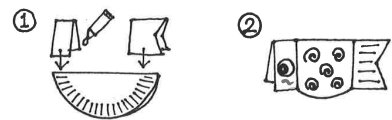
请改变食材和做法。甚至可以添加柔滑后再吃。

·离乳食后…婴儿会喜欢用手抓来吃,自己拿勺子吃,不想让大人出手等,随着自立心的增强会有这种情况,让孩子按他喜欢的吃法折腾一阵后有些孩子又会恢复正常。

可以花功夫让进餐环境更愉快,吃饭的场所的景色等环境改一下试试看。肚子饿了自然会吃,吃饭前带出去散步,或洗完澡后再吃饭。

<鲤鱼旗>

纸盘子对折,两端用彩色纸粘贴(一端如图剪出鱼尾的形状)鲤鱼旗的眼睛和模样用蜡笔等画好(还不会画图的小孩可以贴纸)



### 悠々と鯉のぼりが泳ぐ大歩危峡

毎年この時期に「レストランまんなか」にて吉野川の対岸沿いと国道側にワイヤーを張り、全国から送られてきている「鯉のぼり」をこの期間中のみご覧いただけます。川面を泳ぐ色とりどりの鯉のぼりは、大歩危峡に春の訪れを告げています。遊覧船に乗って鯉のぼりの下をくぐってみてはいかがでしょうか。

開催期間：3月下旬～5月末 予定

開催地：三好市山城町「レストラン大歩危峡まんなか」前の吉野川

お問い合わせ：レストラン大歩危峡まんなか

TEL：0883-84-1211

URL：<http://mannaka.co.jp/>

### 悠悠鲤鱼旗、飘荡大歩危峡

毎年这个时期，“レストランまんなか（大歩危峡曼纳卡酒店）”都会在吉野川两岸拉起绳索，将全国各地送来的鲤鱼旗挂出来供人们观赏。飘扬在水面之上，五彩缤纷的鲤鱼旗仿佛在告诉人们，春天已经来到了大歩危峡。何不趁此机会乘坐游览船，观赏壮观绚丽的鲤鱼旗呢？

日期：3月下旬～5月末 暂定

地点：三好市山城町“レストランまんなか（大歩危峡曼纳卡酒店）”前的吉野川

咨询：レストランまんなか（大歩危峡曼纳卡酒店）

电话：0883-84-1211

主页：<http://mannaka.co.jp/>

### 阿波オープンガーデン

丹誠込めて作った個人宅のお庭を、期間限定で開放するイベントです♪毎年約5,000人以上の人々が訪れる阿波市の一大イベントになっております！

☆巡回バス運行付き駐車場が設置されます。（交通整理料：中学生以上500円）

開催期間：5月11日（土）、12日（日）

10:00～16:00

開催地：阿波市阿波町各ガーデン

お問い合わせ：阿波市観光協会

TEL：0883-35-4211

URL：<https://www.awa-kankou.jp/>

### 阿波开放庭园

精雕细琢、构思巧妙的私宅庭园将在特定期间向大众开放♪每年约有5,000多人造访，是阿波市规模最大的活动之一！

☆停车场至活动会场有循环巴士接送。（循环巴士费用：中学生以上500日元）

日期：5月11日（周六）、12日（周日）

10:00～16:00

地点：阿波市阿波町各私宅庭园

咨询：阿波市観光協会

电话：0883-35-4211

主页：<https://www.awa-kankou.jp/>

### マチ★アソビ vol.22

2009年秋の第1回開催以来、徳島市の中心市街地周遊型アニメイベントとして全国から多くのアニメファンを呼び込んでいる「マチ★アソビ」。有名声優によるトークショーや、色とりどりの衣装が印象的なコスプレショーなど、徳島の街がアニメ一色に彩られます！詳しいイベントの情報は「マチ★アソビ」HPにて随時発表されますのでご覧ください。

開催期間：5月4日（土・祝）～6日（月・祝）

開催地：徳島市内中心部および藍場浜公園

お問い合わせ：徳島県にぎわいづくり課

TEL：088-621-2309

URL：<http://www.machiasobi.com/>

### 第22届MACHI★ASOBI 街游动漫展

“MACHI★ASOBI 街游动漫展”自2009年秋季举办第1届以来，作为徳島市的中心市区周游型动漫盛典吸引了来自全国各地的动漫爱好者。著名声优的脱口秀、Cosplay秀上令人印象深刻的色彩斑斓的服饰等，徳島市街将成为动漫天堂！活动详情将在“MACHI★ASOBI”官方主页上随时公布，敬请关注。

日期：5月4日（星期六）～6日（星期一）

地点：徳島市中心区域及蓝场浜公园

准确情况咨询：徳島县城市活力创造课

电话：088-621-2309

主页：<http://www.machiasobi.com/>

**美郷ほたるまつり**

吉野川市美郷地区は1970年に地区全域が「美郷のホタル及びその発生地」として国の天然記念物に指定されており、ホタルが飛ぶ流域面積、数、期間とも全国でも有数の地域です♪

開催期間：6月1日（土）～6月16日（日）予定

ホタル観賞期間 5月下旬～6月中旬

開催地：吉野川市美郷 川田川周辺

駐車場：吉野川市山川地域総合センター（旧山川庁舎）臨時駐車場 ⇄ 無料シャトルバス運行

お問い合わせ：美郷ほたる館

TEL：0883-43-2888

URL：<http://www.misato-hotarukan.jp/>

**美郷萤火虫节**

1970年，吉野川市美郷地区的“美郷萤火虫及其出现地”被指定为国家天然纪念物。美郷萤火虫出现的期间长、流域范围广、数量多，在全国名列前茅♪

日期：6月1日（周六）～6月16日（周日）暂定

萤火虫观赏期间 5月下旬～6月中旬

地点：吉野川市美郷 川田川周辺

停车场：吉野川市山川地域综合中心（旧山川庁舎）临时停车场（有免费巴士接送）

咨询：美郷萤火虫馆

电话：0883-43-2888

主页：<http://www.misato-hotarukan.jp/>

～《阿波生活》期待您的来稿～

投稿内容可以是您在日本的生活记事・点滴感悟・旅游见闻等等。

请将稿件发送至邮箱：cir3@topia.ne.jp

或邮寄・交付至：徳島市寺島本町西1-61 クレメントプラザ 6F 徳島県国際交流協会 阿波生活负责人（收）

**TOPIA 咨询窗口**

TOPIA 为来徳岛旅行的外国人，或在徳岛旅行的外国人，以及在徳岛居住的外国人提供全方位的咨询（生活中方方面面的烦恼，教育，劳动，医疗，防灾等的咨询）如果有需要还会介绍相关机构帮助解决问题。请放心咨询。

中文、英文、越南语咨询（除了过年休息）每天

越南语咨询时间：上午10点～下午2点（周一至周五）、上午10点～下午6点（周末及节假日）

中文和英文咨询时间：上午10点～下午6点。

电话：088-656-3303

E-mail: topia@topia.ne.jp

中文担当：刘青 英文担当：铃江（Suzue）越南语担当：宫地

■ 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



■ 发 行 ■

地址：〒770-8570

徳島市万代町1-1

徳島県商工劳动观光部国际课

TEL 088-621-2028

FAX 088-621-2851

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

编辑：张楠 刘青 刘苗苗