



交流简讯



公益财团法人 宫崎县国际交流协会 〒880-0805 宫崎市橘通东4-8-1 CARINO宫崎 地下1楼

电话: 0985-32-8457 传真: 0985-32-8512 电邮: miyainfo@mif.or.jp 网址: /https://www.mif.or.jp

开馆时间: 10:00~19:00 (星期二至星期六) 休馆日: 星期日, 星期一, 公定假日以及年终年初 (12月29日~1月3日)

募集宫崎县国际广场柜台义工

我们在募集住在县内18岁以上并有兴趣帮忙国际广场业务的柜台义工。有兴趣者, 请在填妥报名表后, 在9月3日(星期三)之前报名。〈若报名人数太多, 将进行书面挑选〉

※不分国籍, 但必须能以简单的日语会话

◇活动期间:

2025年10月1日(星期三)至 2026年3月31日(星期二)

◇活动时间: 星期二至星期六的其中一天

①上午10点15分~中午12点45分

②下午1点00分~下午3点30分

※每周同一天、同一时段

◇内 容: 来馆者对应、图书的出借与归还手续、文件发送的帮助、图书与资料的整理、使用过的邮票等的整理与发送等。

◇其 他: 不支付交通费或酬金

※义工保险费由本协会负担, 若使用CARINO宫崎的停车场, 我们可提供停车券。

◇报名/洽询: (公财)宫崎县国际交流协会



新富町区域日语教室 ※活动介绍

◇日 期、时间: 7月13日(星期日) 10:00~12:00

◇地 点: Kirari 新富町综合交流中心

◇内 容: 浴衣穿着体验・Karuta(日式纸牌游戏)

◇详 细: 请查看Hinata日语导航。

<https://hinatanihongo.mif.or.jp/chinese/>

◇洽询: (公财)宫崎县国际交流协会



西都市区域日语教室 ※免费, 需报名

与当地人愉快地用日语交流, 学习关于防灾的知识吧!

◇日期、时间: 7月27日(星期日) 10:00~12:00

◇地点: 西都市政府北栋4楼会议室

◇内容: 防灾(避难所的使用方法)

◇详细: 请查看Hinata日语导航。

<https://hinatanihongo.mif.or.jp/chinese/>

◇洽询: (公财)宫崎县国际交流协会



日语志愿者导师介绍 ※免费, 要报名

我们能够为在住的外国人/归国者介绍本协会的日语志愿者导师。学习场所、时间、内容等由学者决定。

◇对 象: 居住在县内想学习日语的人

◇报名/洽询: (公财)宫崎县国际交流协会



与国际交流员的聊天会♪ ※免费, 需报名

想用日语或外语与宫崎县的国际交流员交谈吗?

★来自英国 Katherine女士(日语或英语)



◇时 间: ①7月4日(星期五)下午6点00分~下午7点00分

②7月18日(星期五)下午3点00分~下午4点00分

◇报名截止日期: ①7月1日(星期二), ②7月11日(星期五)

★来自新加坡 显丁女士(日语或中文)



◇时 间: 7月29日(星期二)下午4点00分~下午5点00分

◇报名截止日期: 7月22日(星期二)

★来自韩国 Haejeong女士(日语或韩语)



◇时 间: 7月31日(星期四)下午6点00分~下午7点00分

◇报名截止日期: 7月24日(星期四)

◇地 点: CARINO宫崎 地下一楼 宫崎县国际广场

◇定 员: 4人

(优先考虑参加次数较少的朋友, 以先后顺序为准)

※请通过电话, 邮件或到本协会窗口报名。

◇报名/洽询: (公财)宫崎县国际交流协会

为外国人举办的日本传统文化体验讲座 in 都城

预计于9月20日(星期六) 13:00开始, 为都城市或附近的外国居民举办竹灯笼制作活动。详细信息将在确定后通过网站等途径通知。

◇洽询: (公财)宫崎县国际交流协会



宫崎县国际广场 图书角的介绍

位于Carino宫崎地下一层的“宫崎国际广场”内设有图书角, 每个人可以免费借阅最多两本书, 为期两周。除了关于多文化共存的书籍以外, 我们还有英文、中文、韩文等的外语书籍, 以及日语能力测试的教科书。您还可以在国际广场或附属的交流空间阅读英文报纸和学习。请利用这些设施。



【宫崎县国际广场】

CARINO宫崎 地下1楼

电话: 0985-32-8457 电邮: miyainfo@mif.or.jp

开馆时间: 10:00~19:00 (星期二至星期六)

休馆日: 星期日, 星期一,

公定假日以及年终年初 (12月29日~1月3日)

宫崎外国居民支援中心的通知
在线 (ZOOM) 咨询 ※免费, 要报名

宫崎外国人支援中心为不能亲自拜访中心的人提供【在线 (Zoom) 咨询】。请填写以下①至④, 并通过电子邮件向 (support@mif.or.jp) 申请。

- ①您的姓名,
- ②您想咨询的日期和时间,
- ③您想咨询的事项 (育儿, 工作, 学校/教育, 医疗, 学习日语, 居留资格等)

◇咨询时间: 周二至周六
(上午) 上午10点30分~下午12点00分,
(下午) 下午2点00分~下午5点00分
※周日, 周一和公共假期休息。

◇报名/洽询: 宫崎外国居民支援中心 (CARINO宫崎 地下一楼)
电话: 0985-41-5901 传真: 0985-41-5902
电邮: support@mif.or.jp



国际广场民俗服饰展示

在宫崎县国际广场 (Carino Miyazaki B1F) 展示着世界各地的民俗服饰。我们期待您的光临。

7月份的活动



活 动	时 间	地 点	洽 询 处
都城六月灯 OKAGE 祭	7月8日 (二) 7月9日 (三)	都城市 八坂神社, 神柱宫, 西都城站前, 都城站	OKAGE 祭促进会 0986-21-4835
MATSURI EREKOCHA 宫崎	7月26日 (六) 7月27日 (日)	宫崎市 橘通り, 楠並木通り	MATSURI EREKOCHA 宫崎促进会事务局 0985-83-2216
油津港烟花大会 2025	7月19日 (六)	日南市 油津港周边	日南市观光协会 0987-31-1134

新刊通知

在宫崎县国际交流协会的杂志角落, 新杂志上架了!
日语学习杂志 “平假名时报 (HIRAGANA TIMES)”
这是一本可以用日语和英语学习日语和日本文化的月刊杂志。欢迎大家在附近时前来查看。

访客的评论

由于有振假名、罗马字和英文表记, 对学习日语的人来说非常容易理解! 尤其是这期的内容与江户时代的文化有关, 作为喜欢神社和寺庙的我也被封面吸引了。
(美国人: 男性)



推文的职员

沟通在任何情况下都很重要, 在体育运动中也不例外。最近, 我在练习网球双打时, 深刻体会到与搭档之间呼喊的重要性。在日本, 像 “拜托” 或 “交给我” 等表达常常被使用, 但当我几年前开始参加国外的网球团体时, 我对语言上的差异感到困惑。有一天, 我和一位当地男子打双打, 比赛中他突然对我大喊 “You! You! You!”。虽然我们是同一队的, 但那时候的压迫感让我感到有些震惊。
然而, 这其实是 “你来接球!” 的意思, 不是在生气, 反而是为了更顺利的配合而发出的信号。我意识到, 文化不同, 呼喊的方式也会有所不同。我也很好奇其他体育运动中都有哪种呼喊方式。
(职员: I)



以自己的步伐探险宫崎

《水是不是万能药》



宫崎县 国际交流员
王 昱丁

大家可能应该经常听到日本同事或朋友在换季时节, 纷纷劝告要注意身体, 小心生病。生长在一年四季都是夏天的新加坡, 未曾因天气的变化而病倒的我, 终于认识到那番劝告的重要性了。我还记得前几天乘搭回返宫崎的飞机时, 九州地区因为下着雷阵雨, 飞机绕飞了不久才能降落。第二天, 天气炎热, 湿度也非长高。不知不觉, 喉咙开始感到干燥, 身体疲惫, 味觉也变得比往常敏感多了。猜想可能会发烧, 就赶紧休了假, 回家休养。

可能是因为天气的变化、湿度的变化、也有可能是因为到了气候较冷的长野县上高地山区旅行, 环境的切换导致伤风感冒。从小, 住在一起的外公外婆一听我说病了, 无论是肚子痛, 发烧, 感冒, 甚至头痛, 第一个反应总是反复叮嘱, 说这都是因为没有好好喝水才惹上病的。最近, 周围的日本朋友也感冒了, 不知不觉就跟外公外婆一样问道是否没补充足够水分。被唠叨的朋友似乎感到惊讶, 回答说 “啊? 光喝水就能治好病吗?”

这让我意识到在日本, 天气热时 “补充水分” 是常识, 但像华人的习俗, 把 “多喝水” 如此强烈地作为感冒的万能药来推荐的文化并不普遍。我了解生病的原因有很多, 不一定仅仅是因为缺水。但是, 缺水确实会削弱身体抵抗力, 让你更容易生病或者恢复得更慢。我也相信水对维持健康、预防疾病非常重要。充足的水分摄入能保持身体功能正常, 支持免疫系统, 帮助排出废物。

我还是建议大家让多喝水成为一种习惯, 它可能是降低生病几率的 “秘密武器”。

