



交流简讯



2026年10月

第244期



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)



宫崎县国际交流协会休息日

11月3日(星期二)是公共假日所以将闭馆。



招募日语演讲比赛参赛者!

※要报名



◇时 间: 2月7日(星期日) 下午1点00分~下午4点00分

※时间可能会根据参赛人数进行调整。

◇主 题: ①宫崎 ②未来的梦想 ③我的故乡

※内容不得涉及政治、商业、宗教宣传与传教。

◇地 点: 县电大厅 (宫崎市旭1丁目2番2号)

◇参赛资格: ①居住在宫崎县, 母语不是日语, 年满16岁的人

②在日本居住少于5年

③若需进行事前审查, 参赛者需配合提交视频数据等资料

※ 从事翻译或口译作为职业的朋友除外。

◇部门/ 定员: 一般部门约10名, 学生部门约10名

※报名者过多时, 将进行选拔。

◇演讲时间: 每人约5分钟※如果演讲时间超过5分钟, 将被扣分。

◇报名截止日期: 令和8年(2026年)12月15日(星期二)

◇报名方式: 请通过邮寄, 电子邮件(miyainfo@mif.or.jp), 或直接提交至本协会馆您的①申请表格(附正面照片)②演讲稿(罗马字也可以)

※您可以在协会的公方网站下载①申请表格。

※关于事前审查的实施情况及招募详情等, 请通过下方二维码或网址确认。

<https://hinatanihongo.mif.or.jp/news/topics/2827/>

◇报名/洽询: (公财) 宫崎县国际交流协会



“日向日语导航(Hinata Nihongo Navi)”资讯

“日向日语导航(Hinata Nihongo Navi)”是一个专门为在宫崎县内想学习日语的外国居民, 以及希望支援日语学习的日本居民提供信息的门户网站。请通过下方URL查看最新信息。网站提供英语、中文、韩语、越南语及简单日语版本。欢迎将其添加至浏览器书签!



日本传统文化体验讲座“相扑”

了解相扑规则, 体验相扑运动!

※免费・需报名



◇时 间: 10月24日(星期六) 下午1点00分~下午3点00分

◇地 点: 日向武道馆 相扑场 (宫崎市大字熊野2206-1)

◇人 数: 20名 (按报名先后顺序)

◇对 象: 宫崎县内的外国居民

※女性也可参加。

※若有纹身, 请穿能遮挡纹身的衣服前来。



◇参加费: 免费

◇报名方式: 请通过Google表、电话、电子邮件或到本协会现场报名。网址链接将于日后添加。

<https://forms.gle/4m59epM93FPzXLrK6>

◇截止日期: 10月17日(星期六)

◇咨询处: 宫崎县国际交流协会



遵守交通规则与礼仪, 安全出行!

为外国居民举办的自行车工作坊

※免费・需报名



大家平时经常骑自行车吗? 从2026年4月起, 自行车交通违法行为引入了发“蓝单”的系统。让我们在快乐学习自行车交通规则的同时, 更加舒适地穿梭于城市之中吧!

◇时 间: 11月7日(星期六) 下午2点00分~下午3点30分

◇地 点: (晴天时) 儿童交通乐园 (宫崎市原町2-22)

(雨天时) 交流广场

(宫崎市橘通东4-8-1 Carino宫崎地下1楼)

◇人 数: 20名 (按报名先后顺序)

◇参加费: 免费

◇报名方式: 请通过下方二维码或网址报名。

您也可以通过电话或电子件报名。

<https://d.que1.jp/16094219>

◇截止日期: 10月30日(星期五)

◇咨询处: (公财) 宫崎县国际交流协会



移民服务局

外国人居留手续相关费用将自2026年10月1日起调整。



Immigration and Immigration Control Agency Home Page TOP
<https://www.moj.go.jp/isa/>

About Online Application ▶

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/online/onlineshinsei.html>

国际理解讲座基里巴斯篇 ※免费・需报名
“从基里巴斯看世界～岛屿国家的韧性与未来”

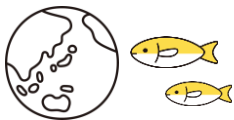
您知道基里巴斯这个国家吗？我们邀请了一位深深着迷于大洋洲的小岛国基里巴斯，甚至将国籍从日本更改为了基里巴斯的讲师，请他热情地分享关于基里巴斯的故事。后半部分将迎来曾在基里巴斯等岛屿国家有过国际合作活动经验的嘉宾进行座谈会，带领大家进一步深入了解岛屿国家。

- ◇时 间：10月31日（星期六）下午2点30分～下午4点30分
 - ◇地 点：宫崎县防灾厅舍 57・58号会议室
 - ◇讲 师：Kentaro Ono 先生
 - ◇人 数：30名（按报名先后顺序）
 - ◇参加费：免费
 - ◇报名方式：请通过下方二维码或网址报名。
- 您也可以通过电话，电子件，或到本协会现场报名。

<https://forms.gle/j2ECXgzwmYQRpnun9>

◇截止日期：10月24日（星期六）

◇咨询处：（公财）宫崎县国际交流协会



招募“第5届Hinata Nihongo交流会” 参赛者！

若您是在宫崎从事日语教育相关工作、对日语教育感兴趣的人士以及外国居民等，不然参加我们将举办的一场大家可以畅所欲言、畅谈各自为了让今后宫崎的地区日语教育办得更好而想尝试做的事情或想法的交流会。大家一起来聊聊关于宫崎的地区日语教育吧！

- ◇时 间：12月19日（星期六）上午10点00分～下午12点00分
 - ◇地 点：县电大厅（宫崎市旭1丁目2番2号）
 - ◇参加费：免费
 - ◇人 数：20名
 - ◇对 象：宫崎县内从事日语教育相关工作或感兴趣的人士、居住在宫崎县的外国人
 - ◇报 名：请通过Google表、电话、电子邮件或到本协会现场报名。详情请浏览“Hinata Nihongo Navi”。
- <https://hinatanihongo.mif.or.jp/news/topics/2827/>
- ◇咨询处：（公财）宫崎县国际交流协会



《来自市町村的信息》
＜宫崎市＞
世界平台in 2026



“2026世界平台”将在10月17日（星期六），大淀川市民绿地（宫崎市政府附近）举办！

宫崎县国际交流协会也计划出摊。这是一个能让您切身感受世界的精彩活动，欢迎大家的到来！

- ◇时 间：10月17日（星期六）上午11点00分～下午5点00分
- ◇地 点：大淀川市民绿地（宫崎市政府附近）

※最新信息及详情，请搜索“世界平台in 2026”确认。



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：星期二至星期六

（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

※星期日，星期一和公共假期休息。

◇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



下一期（交流简讯）将于12月1日出版



以自己的步伐探险宫崎



《迈出第一步》



宫崎县 国际交流员
王 昱丁

你是个能够轻轻松松开启新事物的人，还是跟我一样，每次想做什么事都在那儿：心里琢磨着想法、把念头搁在那儿发酵、天天权衡利弊……就是迟迟不肯动手？

记得多年前，我的日语老师曾分享过他对高尔夫球的看法。他说，你得先准备好合适的服装、球杆和各种装备，才能开始打高尔夫，而光是这些准备工作就够让人头大的了。不过现在身为经常到球场练习高尔夫的人，倒觉得其实没老师想得那么复杂。

话虽如此，4年前搬到宫崎之前，就有朋友劝我去考个驾照，结果我直到3周前才终于下定决心，报了在宫崎市内的驾校。事实证明，只要你咬紧牙关下定决心去做一件事，别再去纠结“天呐，在宫崎呆了4年才来学车，是不是太迟了啊”而白白浪费时间，只要想办法先把那30万（日元）的学费交了，其实学车这事儿并没有那么可怕，也没有想象中那么难！

虽然练车时间完全得看被分配到哪个教练，但接下来更让人头疼的一关，是得把整本日语的驾考教材全给啃完。那感觉简直就像是在重新考一遍日语能力测试（JLPT）N1，需要极强的自律，才能死死按住自己坐下来专心看书。

大家最近有没有什么想开始尝试，或者想挑战的新鲜事？不防少考虑一点，再多一点勇气，趁着今年还剩最后3个月，好好冲一把，去解锁一样全新的成就吧！