



# 国際プラザニュース



発行: (公財) 宮崎県国際交流協会 〒880-0805 宮崎市橋通東4-8-1 カリーノ宮崎地下1階  
Tel: 0985-32-8457 Fax: 0985-32-8512 E-mail: miyainfo@mif.or.jp ホームページ: <https://www.mif.or.jp/>  
開館時間: 10:00~19:00 [火曜~土曜] 休館日: 日曜・月曜・祝日・12月29日~1月3日



## 国際プラザ休館日のお知らせ



4月29日(土)は祝日のため宮崎県国際プラザは休館します。

## 2023年度(公財)宮崎県国際交流協会の事業紹介

(公財) 宮崎県国際交流協会では様々な講座を開催する予定です。開催時期が近づきましたら、詳しい情報をホームページ(<https://www.mif.or.jp/>)、Facebook、プラザニュースにてご案内いたします。

### 【日本語学習】

- 日本語講座(カリーノ・宮崎大学・オンライン)
- 地域日本語教室
- 日本語れんしゅう会
- 日本語学習支援者フォローアップ講座
- 日本語ボランティア実践研修



### 【外国人住民支援】

- 外国人住民向け防災セミナー
- 外国人災害サポートボランティア養成講座
- 多文化共生に関する講座

### 【国際交流】

- 国際ふれあいチャット(英語・中国語・韓国語)
- 日本伝統文化体験講座
- 国際理解講座

### 【イベント・行事】

- 世界とトモダチみやざき国際フェスタ
- アートフェスティバル「外国人が見た宮崎」作品展
- 外国人住民による日本語スピーチコンテスト

### 【ボランティア】

- 日本語ボランティア  
(外国人住民の日本語学習を支援します)
- 通訳ボランティア  
(交流行事の場における通訳を行うボランティアです)
- ホストファミリーボランティア  
(宮崎県に滞在する外国人のホームステイを受け入れます)
- 外国人災害サポートボランティア
- 宮崎県国際プラザカウンターボランティア  
(前期: 4月~9月、後期: 10月~3月)



### 【講師派遣】

- 多文化共生アドバイザー派遣制度  
(国際理解講座等に無料で講師を派遣します)

### 【刊行物】

- South Wind(年2回発行)
- Living in Miyazaki  
(毎月最終週に宮崎日日新聞に英語で掲載)
- プラザニュース(毎月発行)

◇問合せ: (公財) 宮崎県国際交流協会

## 国際交流員とおしゃべり会♪ ※無料・要申込み

★コーディネーションさん: シンガポール出身(日本語・英語)

◇日時: 4月11日(火) 15:00~16:00

◇締切: 4月6日(木)



★エイリーさん: イギリス出身(日本語・英語)

◇日時: 4月14日(金) 15:00~16:00

◇締切: 4月11日(火)



★ヘジョンさん: 韓国出身(日本語・韓国語)

◇日時: 4月27日(木) 15:00~16:00

◇締切: 4月22日(土)



◇場所: カリーノ宮崎 地下1階 宮崎県国際プラザ

◇定員: 4名(参加回数の少ない方を優先し先着順)

※申し込みは電話、来館、メールにて受け付けます。

◇申込み・問合せ: (公財) 宮崎県国際交流協会

## 外国人住民のための日本語講座開催のご案内

宮崎県国際交流協会では、宮崎県在住の外国人を対象に、生活に必要なレベルの日本語講座を開催します。受講料は無料です。(別途教科書代がかかります)日本語を学びたい方はぜひご活用下さい。

### ★カリーノでの実施★

◇日時: 5月9日(火)~8月29日(火)

<初級1>毎週火曜日と木曜日 10:15~12:15

<初級2>毎週火曜日と木曜日 13:30~15:30

<初級3>毎週火曜日と木曜日 16:00~18:00

※オリエンテーションが2回と授業が30回です。



### ★オンラインでの実施★

◇日時: <初級1>毎週水曜日と金曜日 13:30~15:30

5月10日(水)から8月30日(水)

<初級2>毎週火曜日と木曜日 10:15~12:15

5月9日(火)から8月29日(火)

<初級3>毎週水曜日と金曜日 16:00~18:00

5月10日(水)から8月30日(水)

<初中級>毎週火曜日 19:00~21:00

5月9日(火)から9月26日(火)

※オリエンテーションが2回と、授業は初級1・2・3が30回、初中級が18回です。

※申込方法などの詳細は、随時更新されるホームページまたはFacebookをご覧ください。

◇問合せ: (公財) 宮崎県国際交流協会

## 日本語れんしゅう会 ※申込み不要、参加費無料

◇日時:

[水曜日] 10:30~11:30 4/12、4/19、4/26

[金曜日] 10:30~11:30 4/14、4/21、4/28

◇場所: カリーノ宮崎 地下1階

◇問合せ: (公財) 宮崎県国際交流協会



## 国際化推進事業費補助金制度のご案内

県内の民間団体が国際交流事業を行う場合、次の条件により事業費の一部を補助します。

希望される団体は申請関係書類をお送りしますので、ご連絡ください。事業内容等を審査し、交付団体を決定します。補助金は精算払いにより交付します。

◇**対象事業**： 団体が行う県民の国際交流の推進に寄与する先駆的・効果的な事業で、原則として一般県民が参加できる事業、又は、一般県民への波及効果があるもの。

◇**対象経費**： 上記事業の実施に必要な経費  
(団体運営費は除く)

◇**補助金**： 事業費の2分の1以内(限度額10万円)

◇**申請締切日**： 6月末日

◇**問合せ**： (公財)宮崎県国際交流協会

## みやざき外国人サポートセンターの事業案内

### 【相談】

- ・センター相談員による相談・オンライン相談
- ・外国人のための生活・法律相談会(随時)  
(弁護士・行政書士が生活に関する相談に対応します)
- ・生活相談員による外国人のための生活相談(随時)  
(英語・中国語・韓国語・タガログ語・ポルトガル語・ベトナム語で相談ができます)
- ・出張相談会(県内各市町村)

### 【対応できる言語】(翻訳機・電話通訳で対応します)

英語、中国語、韓国語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、マレー語、タガログ語、ネパール語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ロシア語、ドイツ語、イタリア語、ミャンマー語、モンゴル語、クメール語、シンハラ語、ヒンディー語、ベンガル語

★外国人を支援されている方からのご相談にも対応します。

### 【対応時間】

火曜日から土曜日 10:00~19:00

Tel:0985-41-5901 Fax:0985-41-5902

E-mail: support@mif.or.jp

詳しくはサポートセンターホームページ、Facebook、Instagramをご覧ください。



<ホームページ>



<Facebook>



<Instagram>



4月22日(土)・23日(日)に宮崎市で「G7宮崎農業大臣会合」が開催されます。その会合に関連し、G7の国出身の方々に「食」についてお聞きしました。

- ①あなたの国のおすすめの料理を教えてください。
- ②あなたが好きな日本の食べ物を教えてください。

※2~3月に協会のFacebookでもご紹介したインタビューです。



マギーさん

アメリカ・ノースカロライナ州出身

①私の好きな料理、そして絶対おすすめするものは「ツナサラダ」です。ツナ缶とマヨネーズがあれば、あとは自分の好きなものを入れることもできます。人気なのはピクルス、タマネギ、ゆで卵やセロリなどです。カットしたブドウやリンゴ、ナッツなどを入れて甘くすることもできます。



②日本料理は好きなものばかりです!

特にお魚、お茶が好きです。優しい味付けも好きで、日本にはそのような味付けの料理がたくさんあります。お寿司や海鮮丼はとても美味しいですね。



ティーンさん

イギリス・マンチェスター出身

①「チキン ティッカ マサラ」です。インドが由来のカレー料理で、ごはん、ナン、ピタと共に食べます。週に1回は食べますね。また、カリカリに焼いたベーコンやソーセージ、目玉焼き、グリルしたトマト、豆、ブラックプディング、マッシュルーム、そしてトーストを好きな飲み物と一緒に食べる「イングリッシュブレックファースト」もおすすめです。



②チキン南蛮です。日本のマヨネーズがイギリスのとは違っていて、チキン南蛮にかかっているタルタルソースがとってもおいしいです!



パオラさん

イタリア・ローマ出身

①「カルボナーラ」です。日本にもよくありますが、生クリームを使って作られることが多いです。ローマの本物のカルボナーラは生クリームを一切入れずに卵とチーズでクリーミーさを出します。是非本物を食べてほしいです!意外と軽くて食べやすいです。子ども大好きです。ショートパスタを使うのが一般的です。



②一番好きな料理になるとパツと浮かぶのが冬に義父が作ってくれる「おでん」です。出汁作りから三日間かけてできあがるおでんは、味がしっかりしていますが、とても優しく、いくらでも食べられますし、すごく温まります!

## トプラザニュース 中国語版より

### 「新たな始まり」



県国際交流員  
オン ユーディン

4月は、日本では新年度の始まりであり、学年や就職の時期でもあることから、新たな始まりや最初からやり直すことを意味する重要な時期です。すでに職場で苦勞されている方にとって、最初からやり直すこととはどのようなものなのでしょうか。過去の失敗を引きずるのではなく、そこから学び、前に進むのがよいのでしょうか。それとも、他人の扱いや態度など、自分ではどうしようもないことを、心を開いて、受け入れることでしょうか。宮崎での生活のペースはシンガポールほど忙しくありませんが、感情を発散したい時が沢山あって、知らず知らずのうちに新たな始まりを待っていました。おそらく、いわゆる新たな始まりを作るのは、自分のマインドセットを変えるのが一番手取り早いでしょう。

落ち込んでいた時、周りの友達が運動を勧めてくれました。心身ともに疲れていても、体を動かすと血液の循環がよくなるだけでなく、脳内の化学物質の分泌が促進され、幸せな気分やリラックスした気分になれます。また、運動は酸素と栄養を様々な体の組織に運ぶのを助け、心血管系をより効率的に働かせます。心臓や肺の働きが良くなれば、毎日の生活が元気いっぱいになります。運動は、楽しい社会活動を通じて、家族や友人と繋がることもできます。また、時間を楽しく過ごしたり、リラックスしたり、アウトドアを楽しんだりすることができるかもしれません。

そういえば、廊下に埃まみれのゴルフバッグがあるのを思い出しました。そろそろ埃を払い落として、クラブを激しく振るべきです。小さな白いボールに付着した嫌な気分が澄んだ青空に飛ばされ、嫌な気分が風に乗って浮き上がり、赤い旗が掲げられたゴールに着地し、白いボールが美しい放物線を描くたびに見上げ、太陽が眩しく輝くの想像するだけで、一部のストレスを発散できました。皆さんもぜひ、4月を楽しく過ごしてください。

