



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 网址: <https://www.mif.or.jp> 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)

宫崎县国际广场休息通知

从2020年5月3日 (星期日) 至2020年5月6日 (星期三), 宫崎国际广场将休息。

停办课程和活动

为了防止新型冠状病毒的扩散, 协会将从4月7日起暂时停办课程和活动。以下是受影响的课程和活动, 并计划延期至5月实施:

- 日语课程· 初级
- 日语练习会
- 国际聊天室 (英语, 中文, 韩语)

感谢各位的理解与合作。



“JF日语e-Learning Minato”

您可以在线学习日语。有两门课程:



使用书籍自己学习 (免费) 和由老师教授的课程 (付费)。除了综合的日语课程, 还有动漫日语, 关西方言, 书法和俳句课程。这些课程必须注册才能使用。除日语外, 还支持英语和越南语等6种语言。请使用这网站。



<https://minato-jf.jp/home/index>

宫崎外国居民支援中心的业务介绍

[咨询]

- 中心职员的咨询
- 外国人的生活和法律咨询 (根据需要) (律师/行政书记提供生活咨询)
- 由生活顾问对外国居民进行生活咨询 (根据需要)



(咨询语言: 英语, 中文, 韩语, 他加禄语, 葡萄牙语, 越南语)

· 出差咨询会 (县内各市町村) ※为了防止新型冠状病毒的蔓延, 出差咨询会将暂时休息。恳请各位的谅解。

* 支援中心也接待支持外国居民的人士的咨询。

咨询语言 (通过翻译机器和电话口译服务)
英语, 中文, 韩语, 泰语, 越南语、印尼语, 马来语, 他加禄语, 尼泊尔语, 葡萄牙语, 西班牙语, 法语, 俄语, 德语, 意大利语, 缅甸语, 蒙古语, 高棉语, 简单日语

宫崎外国居民支援中心

咨询时间: 星期二至星期六 10:00 ~ 19:00

电话: 0985-41-5901 传真: 0985-41-5902

电子邮件: support@mif.or.jp

URL



Facebook



宫崎外国居民支援中心的通知

“至3月, 4月, 5月或6月在留期间到期的人士”

当前, 由于新型冠状病毒的扩散, 在留申请专柜非常拥挤。以下是来自法务省的公告。有关最新信息, 请参阅法务省网站。

关于为防止新型冠状病毒肺炎疫情扩大

申请手续延长办理期限告知

根据各种受新型冠状病毒肺炎疫情影响情况的发生, 从防止感染扩大的观点出发, 为缓解在留申请窗口拥挤采取如下措施:

3月、4月、5月或6月中在留期限到期 (注) 的滞留中的外国人 (除以“特定活动 (出国准备期间)”滞留中的外国人以外), 需要办理有关在留资格变更许可申请以及在留期限更新许可等



URL: <http://www.moj.go.jp/>

*如有任何咨询, 请联络宫崎外国居民支援中心!

募集赞助会员! 年会费 个人: 2,000円 团队: 10,000円

赞助会员将...

- 收到每个月发行的「国际交流简讯」。
- 收到每年发行2次的宣传杂志「South Wind」。
- 能优先参加本协会举办的讲座。电话号码以及住。
- 能获得本协会举办的讲座的参加费回扣。



(只限于赞助团队) 团队的网站能和本协会的主页连接。

我可以渡过这难关！-我的新型冠状病毒对策-

我们现在能做的是留在家中，尽量避免外出。

“受不了整天被困在家里，闷慌了！”“不知这将持续多久，很不安！”

应该有很多人都会这样的想法。



问题：现在必须在家里待命。您将如何度过这时期？

答：

通过书籍旅行。翻阅过去曾去过的国家的指南和照片，让自己沉浸在回忆中，

并查看尚未到访的国家的旅行记，

写真集和旅行社的册子来计划将来的旅行。(K)



答：

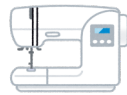
长期以来被放置在黑暗壁橱中的缝纫机

终于能派上用场了。由于一次性口罩的短缺，

出现了制作手工口罩的现象。使用缝纫机的机会不多。

在新型冠状病毒蔓延的这艰难时刻，是时候重新评估缝纫机的实用性。想不想制作自己的手工口罩呢？即使没有缝纫机，

也可以通过手工缝制。现在有很多制作方法，请尝试在YouTube上搜索！(S)



答：

1 吃，2 看读，3 猫猫 (= ^ . ^ =) !

首先，自己下厨喂饱自己的身体补充养分。然后通过书籍和电影哭笑，为自己的心灵注入维他命。最后，与猫猫们玩耍，

遗忘所有令人不高兴和痛苦的事。这就是我的健康法。(F)



答：

由于缺乏运动，我通常会做广播体操。我在网上搜索到广播体操的第一段和第二段视频，并在室内随着音乐做体操。在庭院里，在蓝天下活动身体很清新。(K)



答：

网球对我很重要，所以不能在家里打网球让我感到很沮丧。

当我与居住在封城中国家的朋友聊天时，他推荐了网上在线瑜伽课。尝试后感觉很棒。在家里，您可以自由使用自己喜欢的香薰油练习瑜伽并镇定心情。茶树和尤加利（桉树）

精油不仅有很棒的香味，也能助于消除病毒。(M)

精油不仅有很棒的香味，也能助于消除病毒。(M)



答：

我喜欢音乐，也喜欢唱歌。所以有时会上

YouTube搜索，愉快的随着音乐一同哼唱。这是

我在家里渡过时间的方法之一。(T)



答：

乘搭时光机回味往昔，时光倒流吧！

1 观看旧视频，如“远山的金桑”，

2 听老歌和旋律

主要听昭和歌谣和70年代的摇滚音乐！无论哪种类型，在聆听舒适声音的同时花点时间放松是件好事…

3 怀念的老味道和探索

以前经常吃的手工布丁，蒸蛋糕…

尝试并重现怀念的味道如何！？好兴奋！(Y)



各位觉得如何？又将如何度过这时期呢？请借此机会找到各种在家里的度过方式，并有意义的度过您宝贵的时间吧！

「萍水相逢」



《民间疗法》



宫崎县 国际交流员

曾慧萍 (Sky)

“我不舒服…” “那要多喝水，好好休息哦！”这是家人朋友不舒服时，新加坡人最常说的问候语。

来到日本后，很多日本同事都向我提起新加坡华人爱喝温水的事，我也不能反驳，因为我真的喜欢喝温水和室温水！

(笑)具体的医学根据我不大清楚，但我相信很多华人都觉得喝温水对身体好。这让我联想起世界上有许多不同的民间疗法，所以借此机会访问了外国和日本同事们！首先，感冒的民间疗方。①华人圈：姜汁可乐。把切片的姜和可乐一同煮开的饮料。但我只在电视上看过，自己没喝过。②日本：葱。相信看日剧动漫的朋友应该听过看过日本人感冒时会把葱包在脖子上！我问了日本同事，他们说现在不包了，但会吃葱。③韩国：辣椒烧酒。依照名称，就是把辣椒粉加进烧酒内喝下去。那各国又怎么样治疗小伤口呢？①新加坡：不管是蚊子叮还是跌倒受伤，把口水敷在伤口上就对了。②日本和韩国：蚊子叮时，在伤口上用指甲画个X。跌倒受伤时，韩国人会将韩国大酱涂在伤口上。③英国：被蚊子叮时会把牙膏涂在文字包上。各位觉得如何？那个最有趣？如果知道其它有趣的民间疗法，欢迎与我分享！在这非常时期，新型冠状病毒的疫苗还没被研发出来，民间也传开千奇百怪的预防方法，大家记得别被骗哦！最安全的还是遵守政府专家的提议，勤洗手，戴口罩，遵守咳嗽礼仪和避开“3密”的空间！