



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)

日本传统文化体验讲座 (新富町) ~浴衣着装讲座和当地节日体验~ ※免费, 需报名



- ◇时间: 10月20日 (星期日) 下午3点00分~5点00分
- ◇地点: 新富町综合交流中心 Kirari
- ◇定员: 15人 (按报名顺序) ※女性10人, 男性5人
- ◇对象: 居住在本县的外国人报名申请。
- ◇参加费: 免费
- ◇报名方式: 请使用以下的二维条形码或URL报名申请。您也可以通过电话或电子邮件报名申请。
<https://forms.gle/ZXSnZLaLtRlcaVdZ9> 
- ◇截止日期: 10月4日 (星期五)
 ※一旦报名人数满额, 截止日期即告终止。
- ◇报名/洽询: (公财) 宫崎县国际交流协会

Hinata日语教室 (面对在线) ※需报名

宫崎国际交流协会, 为居住在宫崎县的外国人提供免费的日常生活所需的初级日语教学。来学习在社区生活的沟通中所需的日语吧!
 ※官方网站和Facebook将随时更新关于报名流程等的具体信息, 敬请访问。

★面对面举行★

- 《入门级》
 ◇时间: 10月15日 (星期二)~2月6日 (星期四)
 每周二和周四 下午1点30分~下午3点30分 全30次
- ◇对象: 第一次学习日文的人士。 ◇定员: 10人
- ◇洽询: (公财) 宫崎县国际交流协会



★在线教学★

- 《入门级》
 ◇时间: 10月16日 (星期三)~2月7日 (星期五)
 每周三和周五 下午1点30分~下午3点30分 全30次
- ◇对象: 第一次学习日文的人士。 ◇定员: 7人
- 《初级1》
 ◇时间: 10月15日 (星期二)~2月13日 (星期四)
 每周二和周四 上午10点00分~下午12点00分 全30次
- ◇对象: 会读平假名和片假名的人士。 ◇定员: 7人
- 《初级2》
 ◇时间: 10月16日 (星期三)~2月7日 (星期五)
 每周三和周五 上午10点00分~下午12点00分 全30次
- ◇对象: 可读写平假名和片假名, 并可进行简单对话的人士
- ◇定员: 7人
- ◇洽询: (公财) 宫崎县国际交流协会



外国人灾害支援志愿者养成讲座 (虾野市) ※免费, 需报名

一起和我们了解关于在灾难发生时为外国人提供支持的事例, 以及如何使用“简单易懂的日语”传播信息吧!
 欢迎任何对支援外国人和多元文化感兴趣的人士参加。

- ◇时间: 10月19日 (星期六)
 下午1点00分~下午2点45分
- ◇地点: 虾野市国际交流中心
 〒889-4243 虾野市榎田388-1



- ◇讲师: 高木 美奈子 女士
- ◇内容 (预定):
 - 关于外国人灾害支援志愿者
 - 女士关于灾害时支援外国人的事例和简单易懂的日语
 - 研讨会
- ◇定员: 30人 (按报名顺序) ◇听讲费: 免费
- ◇对象: 对支援外国人和多元文化共存问题感兴趣的朋友。
- ◇报名方式: 请使用以下的二维条形码或URL报名申请。您也可以通过电话或电子邮件报名申请。
<https://forms.gle/QzubpebtGzSMS88QA> 
- ◇截止日期: 10月5日 (星期六)
- ◇报名/洽询: (公财) 宫崎县国际交流协会

外国居民的防灾讲座 (虾野市) ※免费, 要报名

通过研讨会学习如何应对和防备灾难的基本知识!

- ◇时间: 10月19日 (星期六)
 下午3点00分~下午4点40分



- ◇地点: 虾野市国际交流中心
- ◇对象: 住在虾野市的外国人
- ◇内容: 有关自然灾害、防灾的准备和确认避难方法等
- ◇定员: 30人
- ◇听讲费: 免费
- ◇联合协办者: 虾野市, 宫崎县, (公财) 宫崎县国际交流协会
- ◇报名/洽询: 虾野市市民协作课
 电话: 0984-35-1118
 电邮: kyodo@city.ebino.lg.jp

国际广场来了新书 (日语)!

- 被引导到日本的命运
- 德黑兰出色的女人
- 打造多元文化共生学校
- 外国儿童教学手册 等



与国际交流员的聊天会♪ ※免费，需报名

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：①10月11日（星期五）下午3点00分～下午4点00分

②10月25日（星期五）下午3点00分～下午4点00分

◇报名截止日期：①10月4日（星期五）②10月18日（星期五）

★来自新加坡 昱丁女士（日语或中文）

◇时间：10月22日（星期二）下午6点00分～下午7点00分

◇报名截止日期：10月15日（星期二）



★来自韩国 Haejeong女士（日语或韩语）

◇时间：10月31日（星期四）下午3点00分～下午4点00分

◇报名截止日期：10月24日（星期四）



◇地点：Carino宫崎 地下一楼 宫崎国际PLAZA

◇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



国际理解讲座 韩国篇 ※免费，要报名

“韩国饮食文化～和永株老师一起烹饪暖暖的部队锅吧！”

与来自韩国的孫永株老师一起烹饪韩国火锅料理“部队锅”和紫菜卷“紫菜包饭”。此外，还将介绍关于韩国餐饮礼仪。

◇时间：11月9日（星期六）上午10点00分～下午1点00分

◇地点：都城市社区中心 ◇讲师：孫永株 先生

◇定员：20人（按报名顺序） ◇听讲费：免费

◇报名方式：请使用以下的二维条形码或URL报名申请。您也可以通过电话或电子邮件报名申请。

<https://forms.gle/QsgRfapSKoRjCnDu5>

◇截至日期：10月26日（星期六）

◇报名/洽询：（公财）宫崎县国际交流协会



宫崎外国居民支援中心的通知

宫崎外国人咨询服务中心是为方便县内所有外国人在宫崎生活工作而设立的咨询服务窗口。

【营业时间】

周二至周六 上午10点～下午7点

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



Website



Facebook



Instagram

有关咨询会的其他情报

请扫描二维码 →



来自市町村的信息

<宫崎市>

养育孩子Café 烘焙面包 ※免费，要报名



这是为怀孕和正在养育孩子父母亲举办的聚会。不如一起边开心地聊天，边烘焙美味的德国酵母面包吧！您还可以向保健师提问并寻求育儿建议。

◇时间：11月9日（星期六）下午1点30分～下午4点00分

◇地点：宫崎市西区交流中心 烹饪室

◇对象：扎根于外国的孕妇、养育孩子的家长

◇其他：如果您需要托儿服务，请在申请时通知我们。

◇报名：请在右侧的官方LINE发简讯内容为“kosodate”。

我们将在回信里提供详细内容。

◇洽询：宫崎市国际交流协会

电话：0985-44-1770

电邮：miyazaki-mcia@miyazaki-catv.ne.jp



10月份的活动



活动	日期/时间	地点	洽询处
飢肥城下节	10月19日（星期六）～10月20日（星期日）	日南市 飢肥城周边	日南市观光协会 电话：0987-31-1134 https://www.kankou-nichinan.jp/tourisms/12981/
2024 稻草人村节	10月12日（星期六） 下午3点30分～下午9点00分	都城市 山田町 一堂丘公园	都城市山田总合办事处 电话：0986-64-1111 https://www.city.miyakonojo.miyazaki.jp/soshiki/22/65680.html

以自己的步伐探险宫崎

《绝对不想吃的食物》



宫崎县 国际交流员
王 昱丁

大家好！您是否有什么绝对不想吃的食物吗？在我来日本工作之前就已经远离纳豆。一想到要把看似变质的豆子咽下喉就引起自然反应想吐。但是据说纳豆对皮肤和头发有益，含有丰富的益生菌，不只助于维持肠道菌群健康，还有抗发炎作用。怪不得日本人的皮肤和发质都很漂亮。去年受伤住院的时候，医院的早餐常常会出现纳豆。想着能趁在住院期间把皮肤的状态调整好，不知不觉我期待享用医院早餐中的纳豆。持续吃两个月的纳豆后，皮肤真的变好，我推荐那些想拥有好皮肤的人都试着喜欢吃纳豆。

还记得我在上小学的时候第一次到香港，尝试了当地有名的街头美食：猪红（猪血豆腐）后就告诉自己，从此绝对不吃任何有关猪的内脏和血的食物。但是人生不可预料，如今每当到韩国旅行的时候，我都会到明洞的街头小吃摊购买香肠（米肠）。吃日本烧烤“yakimiku（やきにく）”的时候，一定会点“horumon（ホルモン）：意为大肠，但也是所有的内脏类的统称。以前会担心店员是否有清理干净大肠，但是在不同的日本烧烤店都吃了那么多次美味的horumon，现在毫不犹豫地享受那慢慢胶原蛋白，口感非常有嚼劲的大肠。

我想另一道可能让大多数都感到害怕的食物是生鸡肉吧。宫崎是极少数供应生鸡肉和生鸡肝的地方之一。当我第一次来到宫崎时，同事在欢宴上点了一盘装满生鸡肉片和生鸡肝，以及“tori no tataki（鳥のタタキ）”：生鸡肉淋上酸甜醋，配上香脆的洋葱。起初我试着拒绝，不敢尝试。但是在同事们的推荐和鼓励之下，鼓起勇气尝试了一口，了解了为什么生鸡肉是宫崎每家居酒屋的标配。宫崎的生鸡肉柔软入口即化，肉质鲜嫩，没有一丝的腥味，丰富的口感和味道真的让人大开眼界。现在，每当来自新加坡的亲戚朋友来宫崎玩的时候，我都会挑战他们尝试吃生鸡肉。虽然花了很多时间说服大家，但是换来的是吃得津津有味的样子。作为一名宫崎居民，我感到非常自豪。

大家若有“绝对不想吃的食物”，不如试着别的烹饪手法或配料，或许您也会像我一样发现新的美味。

