

NAPIA

VOL. 22 7月发行

NAPIA 是长崎县国际交流协会专为外国人发行的报纸

Welcome

长崎县国际交流协会介绍

我们长崎县与很多国家之间的文化交流，
有着桥梁一样的友谊，
提供国际交流和长崎生活的很多信息。
大家可以自由来馆，这里有许多关于国际交流的
图书和宣传册，还会开设日本文化体验课程。

开放时间：周一～周五 上午9：00～5：30



☆推出网页新版 <http://www.nia.or.jp/>

本协会推出网页新版了。除了日文版以外，
还设有英文版，中文版，韩文版。为外国朋友
提供生活便利信息，还可以查阅日本文化体验
课堂的活动日程安排。请大家一定光临咨询。

编辑

(公财) 长崎县国际交流协会

&

吉冈 佑一郎



☆各国语言的故事大会

今年，同样是与长崎市立图书馆合作主办的故事大会，于7月6日（星期六）成功举行。这次来自越南的黄小姐，来自韩国的朴小姐，来自中国的何小姐分别用英语，韩语和汉语为大家讲了故事。还朗读图画书，玩简单的唱歌游戏，大家非常开心。下一次将在11月16日（星期六）举行。请大家一定前来参加！



☆募集外国人教师的志愿者！

我们还在征集能够参加这些活动的
外国人志愿者！志愿者可以讲讲自己
国家的事情，一起参加体育活动，不
断扩展自己的国际交流♪大家何不
通过参加活动来进行国际交流呢！

☆第五届“～畅谈 in Nagasaki～

外国人日语演讲比赛”

今年6月22日（星期六），在长崎外国语大学，
日语演讲比赛成功举办。来自中国，韩国，德
国，墨西哥等5个国家的11名选手参赛。在舞
台上，选手们热情洋溢地表达了国际交流与和
平的重要性。



☆用日语说话吧

每周的周四13：30～17：00之间，我们设有
日语聊天课堂。想不想用日语与日本朋友轻松聊天
呢？一边开心聊天，一边练习日语，还可以交到许
多朋友呢！

参加费：免费（不用预约） ※有可能临时取消，
请来前确认。

详情请查阅本网站。<http://www.nia.or.jp/>
如有不明之处，请电话或邮件与我们联系。

Tel: 095-823-3931 Email: nia@nia.or.jp

★ 日本文化体验课堂

在我们协会，每月都会举办“日本文化体验课堂”活动。在日本舞课堂上，还可以学习到和服的穿戴方法和叠法。在茶道课堂上，可以一边学习茶道的规矩，一边品尝各个季节令人赏心悦目的各式点心。其他还有很多活动，如果感兴趣，请各位一定踊跃参加♪

参加活动前，请先通过电话或邮件方式进行预约。

干花制作	： 每月第一个星期一	13：30~15：00
折纸	： 每月第二个星期二	10：30~11：45
书法	： 每月第二或第三个星期五	16：00~17：00
日本舞	： 每月第二，第四个星期二	14：00~16：00
琴	： 每月第一，第三个星期三	14：00~16：00
茶道	： 每月第二，第四个星期三	14：00~16：00



夏日庆典活动·焰火大会日程

举办日	大会名称	地点	发射数量
2013年7月27日・28日	长崎海港庆典	长崎市	3,000发(27日) 5,000发(28日)
2013年8月1日	大村渡夏焰火大会	大村市	3,000发
2013年8月3日・4日 (焰火只有4日)	佐世保海滨节	佐世保市	3,000发以上
2013年8月10日	平户港夏日庆典	平户市	2,500发
2013年8月13日	大濑户夏日庆典	西海市	2,000发
2013年8月16日	壹岐之岛 星空庆典	壹岐市	2,200发
2013年8月17日	田平海滨焰火大会	平户市	2,000发
2013年8月27日	岛原温泉 GAMADASU (加油!) 焰火大会	岛原市	6,000发

我的夏日生活

吉冈 佑一郎

我的夏日生活非常简单。就是躲在空调房间里看书，看DVD。基本不外出，即使出门，也是去诸如图书馆，咖啡厅之类凉快的地方。

现在的这种渡夏方式是在我走向社会后才形成的。过去，我也是活跃于各种“夏日活动”，皮肤总是晒得黝黑。

最近，我开始思考是否应该好好地享受夏天了，尝试着摸索长崎特有的渡夏方式。其实，也没有必要踌躇，只需要把记忆中儿时的各种“夏日活动”再重温一遍就好了。

“捉昆虫，放流素面，瀑布，海水浴，焰火大会”，一下子想起了这么多儿时的“夏日活动”。这其中，对于我来说，最有夏天感觉的还要数放流素面。

走向社会后，越来越感受到食物的宝贵之处，越来越开始追求那些美味的，有益于身体健康的食品。也许正是缘于此，我才开始关注食品吧。小的时候这些事情根本没去想过。

不知道儿时体验过的放流素面，现如今对于我又会是什么印象呢？于是，我再次去体验了一番。在岛原有一个鲇归瀑布。在当地，鲇归瀑布是有名的进行放流素面的场所。每到夏天，这里都会人声鼎沸，许多人前来进行放流素面。

记得小时候，在瀑潭里尽情的玩，放开肚皮吃素面。那个场面至今印象深刻。

长大成人后，内心开始被瀑布这一自然景观的魅力所吸引，开始学会感受为此忘记时间流动的那种感觉。放流素面传递着清凉感，吃的时候，仿佛一股股清流从身体内滑过一般。

我深深地感到，对于孩子和大人，放流素面的印象是那样的不同。

今年的夏天才刚刚开始。我想一边追随着儿时的体验，一边去重新找寻一个全新的夏日生活。

在炎热的夏季，何不吃一碗冰凉滑爽的冷面来消消暑呢！



素面

“冷素面”是夏季面条类的代表。在长崎县，南岛原市等地产的岛原素面非常有名，其生产量位居全国第二。

素面(SOUMEN)以小麦粉为原料，是日本以及东亚的面类之一。长年可以买到，通常作为夏季面条，冰镇后食用最受欢迎。面团经过一边揉搓一边拉伸成面条状后，再经过干燥，纯熟工序后的成品被称为“手延素面”。

吃法

用沸水煮面，之后用冰水或流动水冰镇，轻轻搓揉面体去除粘滑后，配蘸料汁(★)食用最为普遍。由于面条本身含有盐分，所以煮面条的水中不必加盐。开锅后面汤快溢出时，加入适量点水(★)。拌料有葱花，绿芥末泥，生姜泥，芝麻，茗荷，海苔，干松鱼刨花等。

★ 蘸料汁：由酱油，日式海鲜高汤，甜料酒或砂糖制作而成。

★ 点水：煮面条，豆类或蒸糙米饭时，为防止沸腾后汤汁溢出，或为了调整火候而加入锅内的冷水。

放流素面

将煮好的素面放入有流动水的竹筒内，任其朝下方向流动，人们用筷子挑到面条后配蘸料汁食用。这种吃法是夏天的一大风景。

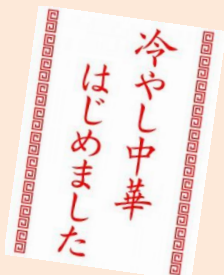
最近，可以买到各种各样的放流素面道具。还有模仿游泳池滑水道样式的。在自己家里也可以轻松实现放流素面♪。

煮面

是指煮好的面条浇上热蘸料汁，或者用蘸料汁煮的面条。为了与之有所区别，冷着吃的称作“冷素面”。

★还有添加其它各种食品制作成的素面

- 抹茶素面：加入抹茶制作的素面，颜色呈绿色。
- 草莓素面：加入草莓汁制作的素面，颜色呈淡红色。
- 梅干素面：加入压碎的梅干制作的素面，颜色呈淡红色。



说到其他夏天的日本面食・・・

中华冷面

使用冰镇中华面的日本料理。作为夏天的一道特色面食，在全国流行。在煮好的中华面上，摆放好蔬菜，火腿丝，锦丝鸡蛋等各色配料后，浇上冰蘸料汁后，搅拌食用。有些地区也称之为“冷面”。在便利店就可以买到，非常方便。

吃法

煮好的面条用冰水冰镇后，盛入较深的盘子里，在面条上依次分别摆放好切成细丝的火腿，蒸鸡肉，锦丝鸡蛋(★)，黄瓜以及西红柿，使得各个配料颜色搭配均匀，之后浇上冰蘸料汁搅拌食用。

一般还会配上黄色糊状芥末。另外，在配料上面再加入切成细丝的红生姜，不仅食材颜色搭配更漂亮，味道也会更加鲜美。

蘸料汁一般都是由酱油和醋调制而成，也有芝麻酱风味的蘸料。

★ 锦丝鸡蛋・・・将鸡蛋煎成非常薄的蛋饼状，然后将之切成细丝。

新业务支援志愿者们介绍

大家好。我的名字叫郭小玲。我来自中国一座有着深厚的文化底蕴、地上古建筑最多的城市-山西省太原市。2010年9月来到长崎，一转眼已经过了二年九个月的时间了。我是一个专业主妇，在长崎忙碌且快乐地生活着。

我周一在长崎国际交流协会做志愿者，周六参加日本語教室的日语学习；并且不定期地参加长崎国际交流协会举办的各种日本文化体验活动。我最喜欢的项目是押花、折纸和日本舞蹈。通过日语的学习及参加各项文化体验交流活动，开阔了我的视野，加深了我对日本文化的了解，受益匪浅。

我非常喜欢厨艺。包饺子、擀面条、抻面，蒸馒头、烤面包都是我的拿手好戏。日本料理中，我对おでん很感兴趣。但我做得不太好，还在不断的学习中。我兴趣爱好广泛，除了前面所说的，从今年5月起开始学习铅笔画和草裙舞（フラダンス）。

我在长崎的生活很快乐。我要把在这里的体验和感想与我的朋友和家人分享。

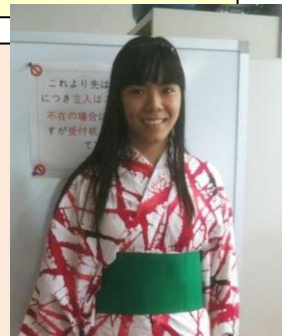


大家好！我叫陈氏海英（TRAN THI HAI ANH）。我来自越南，现在是活水女子大学文学系的插班生。今年读三年级。海英（HAI ANH）是我父母给我起的名字。这个名字里面包含着他们的愿望，就是期望我能够活泼地长大。我的爱好是做饭，听音乐，参加体育运动。

这两个半月的日本生活，我有了各种各样的体验，感觉自己又成长了。我经常和留学生朋友一起玩儿，和老师们聊天，非常开心。从6月初以来，我每周一次来长崎县国际交流协会做志愿者。在这里，大家都很照顾我，我不仅学习日语，还学习了很多其他的知识。有外国的乐器，还有折纸，押花等。我还和大家讲越南语，通过许多话题让大家了解越南，我很开心。我将在日本生活两年，在此期间，我想在协会学习关于长崎的知识。今后还请大家继续多多关照。



大家好！我叫陈金黄（Tran Kim Hoang），来自越南的胡志明市。现在在鸿庞国际大学日本文化学科读四年级。大家都叫我金（Kim）。我今年23岁，我家有四口人。我获得了活水女子大学的奖学金后来到了长崎。从今年4月到明年3月，我在文学系现代日本文化学科学习。初来日本时，觉得日本很寒冷。从气候温暖的越南来到日本很不适应。生活习惯上也有许多我不知道的差异。但是，在老师、朋友们的帮助下，我已经适应了日本的生活，日语也比以前有进步了。我很喜欢日本的食物。比如寿司，生鱼片，拉面等等。长崎景色优美，空气清新，还有很多传统节日庆典，是一个很棒的地方。我去玩了许多地方，最喜欢的还是企鹅水族馆。现在，我在长崎县国际交流协会做志愿者，已经有三个月了。大家都对我非常好，我很开心。我只能在日本生活一年，所以我很努力地学习。在越南，有许多日本公司。将来我想在日本公司工作。我非常喜欢日本，如果有机会的话，我真想一直在日本生活下去。请大家多多关照。



如果想看 NAPIA 的感想，意见，要求等，请轻松愉快地浏览以下网页

长崎县国际交流协会

Nagasaki International Association

长崎市出岛町 2-11 TEL: 095-823-3931 FAX: 095-822-1551

E-mail: nia@nia.or.jp

<http://www.nia.or.jp>