

# 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。

详情请查阅本协会网站。<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](mailto: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)<br>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<br>(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。

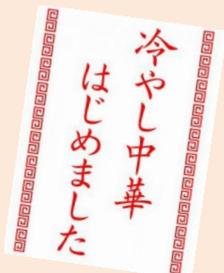
最近，可以买到各种各样的放流素面道具。还有模仿游泳池滑水道样式的。在自己家里也可以轻松实现放流素面♪。

## 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](mailto:nia@nia.or.jp)

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