

今日凌瀬

あやせ トウデイ

あやせしたげんごじょうほうしりょう
綾瀬市多言語情報資料

あやせトウデイ作成委員会

为了生活得更好・・・～ 关于外国语咨询窗口～ よりよい生活のために・・・～外国語による相談窓口について～

在平素的生活中，会遇见各种各样的场面。那时候，由于不懂日语而感到为难的情况也很多吧。
神奈川県和别的一些机关，为外国人设置了咨询窗口。当你们在生活中有需要商量和咨询的时候请一定利用它。

ふだんの生活の中では、さまざまな場面に出会うことがあります。そんなとき、日本語がわからなくて困ってしまうことがあることも多いでしょう。
神奈川県やそのほかの機関では、外国籍の方のための相談窓口を設けています。生活の中での相談や疑問があるときには是非ご利用ください。

- ・総合的の窓口・・・ 县央地区县政综合中心外国籍咨询窗口 045-221-5771 (西班牙语语言・葡萄牙语语言)
・・・ 神奈川県国際交流協会(多言語信息集)
<http://www.k-i-a.or.jp/tagengo-link/index.html>
- ・得了病，而又不知道到哪里看病才好！那样的时候请联系・・・ 神奈川県县民部国際課 045--210-3748
(有用各种语言接受门诊的医院的名单。) <http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/kokusai/tagengo.htm>
- ・有关住所的商量・・・ 「神奈川県外国人住所支援中心」 045-228-1752
- ・総合的な窓口・・・ 县央地域県政総合センター外国籍相談窓口 045-221-5771 (スペイン語・ポルトガル語)
・・・ 神奈川県国際交流協会(多言語情報リンク集)があります) <http://www.k-i-a.or.jp/tagengo-link/index.html>
- ・病気になるってしまったけど、どこにかかればいいのかわからない！そんな時には・・・ 神奈川県県民部国際課まで 045-210-3748
(いろいろな言葉で診察が受けられる病院のリストがあります。) <http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/kokusai/tagengo.htm>



同时，在诸位所居住地域有民生委员、儿童委员。由自愿者担任大家和行政的相互沟通，生活上的商量等的角色。拜访附近的民生委员、儿童委员的时候，请与明白日语的人一起过去吧。询问：市政府福利总务课。70-5613

また、みなさんのお住まいの地域には民生委員児童委員がいます。ボランティアでみなさんと行政とのパイプ役や、生活の相談などのお手伝いをしています。
お近くの民生委員児童委員を訪ねるときは、日本語のわかる人と一緒に行きましょう。問い合わせは 市役所福祉総務課 70-5613まで。

にほん しょうがつ た
日本のお正月を食べてみよう！

试着尝尝日本的新年味道吧！ 诸位的国家迎接新年的时候吃什么？
在日本，新年吃烩年糕(放入了很多配料和年糕的汤菜)是最普通的。
烩年糕在关东地区是在酱油汁中放入四角形年糕和萝卜、胡萝卜等的蔬菜。
在关西地区，最普通的是把圆年糕放入酱汤中。
日本全国各地，有各种各样的烩年糕。
诸位，无论如何自己也亲手做做「我家的烩年糕」，新年也试着吃吃怎样？



みなさんの国では新しい年を迎えるときに何を食べますか？
日本では、お正月にはお雑煮(たくさんの具と餅を入れた汁物)を食べるのが一般的になっています。
お雑煮は関東ではお醤油の汁の中に四角いお餅と大根・にんじんなどの野菜を入れます。
関西では、味噌仕立ての汁の中に、丸いお餅をいれるのが普通です。
日本全国各地、様々なお雑煮があります。
みなさんも、是非「わが家のお雑煮」を手作りして、お正月に食べてみてはいかがでしょうか？

作法
先做好用酱油和鲣鱼干熬制的高汤再把白萝卜、胡萝卜等放入其中，等汤烧滚了加入烧烤了的年糕就好了！（作り方）
お醤油と鰹節のだして作った汁の中に大根・にんじんなどを切って入れましょう。火が通ったら焼いたお餅を入れてできあがり！

愛滋病・・・你是否认为「和我没有关系」吗？

(根据平成17年度世界愛滋病日調査主題摘要)

エイズ・・・あなたは「**関係ない**」と思っ**て**いませんか？ (平成17年度世界エイズデーキャンペーンテーマより)

愛滋病(HIVウイルス)是一种不能完全痊愈，可能至死的传染病。在平素的生活中，首先没有因性行为以外而受到感染的。可是，现实是全世界的感染者正在增多。

エイズ(HIVウイルス)はまだ完全に治すことは出来ず、死に至ることもある感染症です。ふだんの生活の中では性行為以外で感染することはまずありません。しかし、世界中で感染者は確実に増えているのが現実です。

性交时一定要戴避孕套，不要与不确定的、多个性伴侣发生性交。这是预防的第一步。

性交時にはかならずコンドームをつけること・不特定多数の人と性交渉を持たないこと。それが予防の第一歩です。

在神奈川県实施以外国籍县民作为对象的 HIV 即日检验。检验是免费。

神奈川県では外国籍県民を対象にした HIV 即日検査を実施しています。検査は無料です。

如果有・・・「是不是感染了？」的不安，请不要只是烦恼，首先接受检验吧。

もし・・・「感染しているのではないか」という不安があったら、ただ悩むではなく、まずは検査を受けましょう。

(询问) 神奈川県外国籍县民商量窓口 046-221-5774，或者大和保健福利事務所 046-261-2948。

・多言語情報...愛滋病散页宣传印刷品 愛滋病信息网络 <http://api-netjap.or.jp> 24 小时愛滋病咨询接待。JFAP 服务热线 03-5521-1177

(問合わせ) 神奈川県外国籍県民相談窓口 046-221-5774 または大和保健福祉事務所 046-261-2948

・多言語情報...エイズリーフレット エイズ情報ネット <http://api-netjap.or.jp>、24時間エイズ相談受付 JFAP サポートライン 03-5521-1177



红丝带 ~ 对因感染 HIV 感到痛苦的人的理解和支援的象征 ~

レッドリボン ~ HIV に苦しむ方々への理解と支援の象徴 ~

世界上许多人，因为得了 HIV 病而痛苦不堪。对于他们，必需的是正确的知识。并且不要受到偏见和差别对待。

在红丝带中，包含了不对爱滋病病毒携带者持有偏见和差别对待这样的信息。

12月1日是「世界愛滋病日」。

世界では多くの人々が、HIV による病で苦しんでいます。必要なのは、正しい知識。そして差別・偏見を持たないこと。レッドリボンには、エイズとともに生きる人々を差別しないというメッセージがこめられています。

12月1日は「世界エイズデー」です。

国际讲演节实行委员募集！ 国際スピーチフェスティバル実行委員募集！

已成惯例的每年召开的国际讲演节，本年度决定于18年3月5日(星期日)召开。为让国际讲演节成功举办，现在正募集实行委员。不管是想试一试的人，还是只是稍微有点兴趣的人，请一定一起来享受节日的欢乐。询问请联络市政府规划课规划政策担当 70-5635。

毎年恒例の国際スピーチフェスティバルの開催が、今年度は18年3月5日(日)にきました！そこで、フェスティバルを盛り上げてくれる実行委員を募集します。やってみようと思う人、すこしだけ興味のある人、是非一緒にフェスティバルを楽しみませんか？問い合わせはこちらまで・・・市役所企画課企画政策担当

70-5635

ことばの教室：日本語 中国語

日本語の文字：	日本語の発音：	中国語の文字：	中国語の発音：
1 こんにちは	konbanha	晚上好	wansanhao
2 おげんきですか	ogennkidesuka	身体好吗	sentihama
3 いただきます	itadakimasu	那就不客气了	nagiobuketira

「今日凌瀬」是为了帮助创造一种使外国籍居民作为本地的一员，能舒适方便地生活的环境，而由各位自愿者作成的信息资料。

「あやせトゥデイ」は、外国籍住民の方が、地域の一員として暮らしやすい環境をつくるための情報資料として、ボランティアの方々が作成しています。