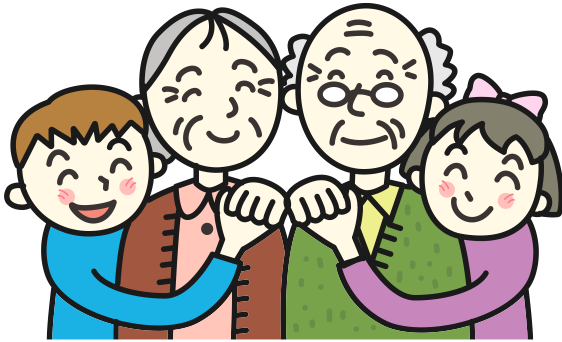




来自近畿中心的信息  
近畿センターからのお知らせ

远程(函授)课程  
《家庭助理员听讲预备课程》即将开课！

遠隔学習課程「ホームヘルパー受講準備コース」が始まります



“我很想听家庭助理员的培训讲座,可是对自己的日语没有信心。”“我对家庭助理员很感兴趣,可是又不清楚它具体的是些什么工作,所以感觉挺不安的。”对于抱有这样想法的人来说,《家庭助理员听讲预备课程》可谓再合适不过了。通过学习,可以帮助您掌握福利方面的基础知识以及专业用语、外来语、报告的基本写法等、听家庭助理员培训讲座(3、2级)所必须具备的日语知识。同时,通过录像等音像教材,您也可以很具体地了解到有关家庭助理员的工作内容以及家庭助理员是如何培训出来的等等。



期 间：最短3个月、最长6个月  
对 象：具有中、上级日语水平、对家庭助理员这项工作感兴趣的人  
所用教材：《家庭助理员入门》(附有录像带)  
教材费：3,000円

「ホームヘルパー養成講座を受けたいけれど、日本語に自信がない。」「ホームヘルパーに興味はあるけれど、どんな仕事かよくわからないので不安。」という方に最適です。福祉の基礎知識、専門用語、外来語、報告書の書き方など、ホームヘルパー養成講座(3級・2級)受講に必要な日本語が勉強できます。また、ビデオ教材を見て、ホームヘルパーの仕事について、ホームヘルパーはどのように養成されるのかについて具体的に知ることもできます。



期 間：最短3ヶ月 最長6ヶ月  
対 象：中・上級の日本語能力があり、ホームヘルパーという仕事に興味がある人  
使用教材：「ホームヘルパー入門」(ビデオテープ付)  
教材費：3,000円

## 来自近畿中心走读课

## 《家庭助理员3级取得课程》结业生的心声

Q：你开始家庭助理员课程学习的契机是什么？

白井女士（第二代）：

“双亲不停地出院、住院，使我开始考虑将来如何护理他们这个问题。在四个姐妹中，我住得离父母最近，并且只有我的丈夫是中国人。我感到父母也以我为依靠。我以前就对家庭护理感兴趣，并且一直在寻找学习的机会。”

青木女士（第二代）：

“总是想掌握一门技术，所以开始了家庭助理员的学习。刚开始的时候，觉得日语、特别是外来语很难，但从三级学到二级，慢慢儿地就习惯了。”

何女士（第二代配偶）：

“因为有空闲的时间，刚好朋友约我一起学，就学了。在学习过程中，渐渐了解了家庭助理员的工作性质，以及它的严格性。现在，如果有机会，我很想从事家庭护理这项工作。我因为不懂外来语，所以学习上感到很吃力，但我是从三级开始学的，所以它对我的日语学习也很有促进。”

您不想学习一下《家庭助理员听讲预备课程》，从而为将来成为一名家庭助理员而迈出第一步吗？



「2002年度春・夏期ホームヘルパー3級コース修了式」

※有关《家庭助理员听讲预备课程》的疑问、商谈以及报名情况，请直接与近畿中心联系。

近畿センター通学学習課程

「ホームヘルパー3級コース」修了生の声

Q：ホームヘルパーの勉強を始めたきっかけは何ですか？

白井さん（2世）：

「両親が入院の繰り返しで将来の介護のことも考えるようになりました。4人姉妹のうち一番親の近くに住み、唯一、中国人の夫を持つ私が頼りにされているようにも感じています。以前から介護の勉強に関心があり、勉強する機会を求めていました。」

青木さん（2世）：

「何か一つ技術を身に付けたいと思って受講を始めました。初めは日本語、特に外来語が難しかったです。3級、2級と学ぶうちにだんだん慣れました。」

何さん（2世配偶者）：

「時間があつたので、友達に誘われて受講を始めました。受講するうちに、どんな仕事か、その内容や厳しさがわかってきて、今ではチャンスがあれば介護の仕事もしたいと思っています。外来語が全然わからなくて苦労しましたが、3級から勉強したので、日本語のいい勉強になりました。」

「ホームヘルパー受講準備コース」を受講して、あなたもホームヘルパーへの第一歩を踏み出してみませんか？

※「ホームヘルパー受講準備コース」についてのご質問、ご相談、またお申し込みは直接近畿センターまで。

近畿中国帰国者支援・交流センター

TEL 06-6361-6114

FAX 06-6361-2997

## 赏花・お花見<sup>はなみ</sup>

在南方的一些地方，樱花已经谢了；但是在北方，赏花的季节却刚要到来。赏花活动，是日本春天里的一道亮丽的风景线。一般说的赏花，指的都是樱花。在盛开的樱花树下，一家老小或是亲朋好友欢聚一堂，喝酒、吃饭，尽情享受。

当然，梅花和桃花也是春天的使者，只是作为日本的象征，与富士山并驾齐驱的樱花，可以说在人们的心目中，有着特殊的地位。对于日本人钟爱樱花的理由，虽然众说纷纭，不过撇开那些大道理不谈，只要是看到樱花挂满枝头，人们的心情就会变得喜不自禁。

大家也许通过“天气预报”，看到过或者是听到过“樱花锋”这个词吧，它可以是一种在中国见不到的、日本独特的预报。它告诉人们：什么时候、在哪儿，樱花将要绽放。等樱花绽开以后，它又会以“花开几成儿”的形式，告诉人们樱花绽放的程度。从这种“预报”的存在，就可以窥见在每一年，日本人是多么期待樱花盛开这一季节的到来啊。

我们也希望居住在樱花即将绽放之地的您，能享受到赏花给您带来的快乐。



<sup>みなみ</sup>南ではもうすでに<sup>さくら</sup>桜が<sup>ち</sup>散ってしまった<sup>ところ</sup>所  
もありますが、<sup>きた</sup>北ではこれからが<sup>はなみ</sup>お花見の<sup>きせつ</sup>季節  
です。<sup>はなみ</sup>お花見は<sup>にほん</sup>日本の<sup>はる</sup>春の<sup>ふうぶつ</sup>風物です。<sup>いっぱんてき</sup>一般的  
に<sup>はなみ</sup>お花見と<sup>ばあい</sup>いった場合、<sup>はな</sup>その花は<sup>さくら</sup>桜を<sup>さ</sup>指しま  
す。<sup>まんかい</sup>満開の<sup>さくら</sup>桜の<sup>き</sup>木の<sup>した</sup>下で<sup>かぞく</sup>家族や<sup>した</sup>親しい<sup>ゆうじん</sup>友人  
<sup>たち</sup>達と<sup>さけ</sup>お酒を<sup>の</sup>飲んだり<sup>ごちそう</sup>ごちそうを<sup>た</sup>食べたりして  
<sup>たの</sup>楽しめます。

<sup>はる</sup>春の<sup>おとす</sup>訪れを<sup>つ</sup>告げる<sup>はな</sup>花には<sup>うめ</sup>梅や<sup>もも</sup>桃等もあ  
りますが、<sup>さくら</sup>桜は<sup>ふじさん</sup>富士山と<sup>なら</sup>並んで<sup>にほん</sup>日本を<sup>しょうちょう</sup>象徴  
する<sup>とくべつ</sup>だけに<sup>はな</sup>特別な<sup>はな</sup>花とい<sup>い</sup>っていい<sup>い</sup>でしょう。<sup>に</sup>日  
<sup>ほんじん</sup>本人が<sup>さくら</sup>桜を<sup>あい</sup>愛する<sup>りゆう</sup>理由は<sup>い</sup>いろいろ<sup>い</sup>と言われ  
て<sup>りくつめ</sup>いますが、<sup>さくら</sup>理屈<sup>さ</sup>抜き<sup>さくら</sup>にして<sup>さくら</sup>桜が<sup>さ</sup>咲くと<sup>こころ</sup>心  
が<sup>うきうき</sup>うきうきして<sup>くる</sup>くる<sup>もの</sup>ものです。

<sup>てんき</sup>みなさん<sup>よほう</sup>天気<sup>さい</sup>予報<sup>さくら</sup>の際に<sup>ぜんせん</sup>「桜前線」とい  
<sup>ことば</sup>う言葉<sup>み</sup>を見<sup>き</sup>たり<sup>き</sup>聞<sup>き</sup>いたり<sup>した</sup>した<sup>こと</sup>がある<sup>おも</sup>と思<sup>い</sup>いま  
す。<sup>ちゅうごく</sup>中国には<sup>にほん</sup>ない<sup>とく</sup>日本<sup>よほう</sup>独特<sup>おも</sup>の<sup>よほう</sup>予報<sup>おも</sup>だと思<sup>い</sup>いま  
す。これは<sup>ころ</sup>いつ<sup>ころ</sup>頃<sup>どこ</sup>どこで<sup>さくら</sup>桜が<sup>さ</sup>咲<sup>はじ</sup>き<sup>はじ</sup>始める<sup>か</sup>か  
<sup>おし</sup>を<sup>おし</sup>教えて<sup>くれる</sup>くれる<sup>もの</sup>ものです。<sup>さくら</sup>桜が<sup>さ</sup>咲<sup>はじ</sup>き<sup>はじ</sup>始めると  
<sup>こんど</sup>今度は<sup>さくら</sup>桜の<sup>かいかじょうたい</sup>開花<sup>なんぶざ</sup>状態<sup>かた</sup>を<sup>かた</sup>何<sup>かた</sup>分<sup>かた</sup>咲<sup>かた</sup>き<sup>かた</sup>とい<sup>かた</sup>う<sup>かた</sup>形<sup>かた</sup>  
<sup>おし</sup>で<sup>おし</sup>教<sup>おし</sup>えて<sup>おし</sup>くれ<sup>おし</sup>ます。この<sup>よほう</sup>よほう<sup>がある</sup>ある<sup>こと</sup>こと  
からも<sup>にほんじん</sup>日本人<sup>まいとし</sup>が<sup>さくら</sup>毎年<sup>かいか</sup>桜<sup>かいか</sup>の開<sup>か</sup>花<sup>か</sup>を<sup>たの</sup>いかに<sup>たの</sup>楽し  
みに<sup>おも</sup>している<sup>か</sup>か<sup>が</sup>わ<sup>か</sup>ると<sup>おも</sup>思<sup>い</sup>います。

これから<sup>さくら</sup>桜が<sup>さ</sup>咲<sup>ちいき</sup>く<sup>ちいき</sup>地域<sup>のみ</sup>の<sup>みなさん</sup>みなさんは<sup>ぜ</sup>ぜひ<sup>お</sup>お  
<sup>はなみ</sup>花<sup>たの</sup>見<sup>たの</sup>を<sup>たの</sup>楽し<sup>んで</sup>んで<sup>くだ</sup>さい。

かふんしょう

## 花粉症 花粉热

## 何谓“花粉热”？

也许在中国很少听说“花粉热”（<sup>かふんしょう</sup>花粉症）这个词，但是在日本，花粉热是被称为“国民病”的一种十分普通的、因植物花粉而引发各种过敏反应的病症。大约15%的日本人患有花粉热。花粉热的主要症状是不停地打喷嚏和流鼻涕、双眼发痒以及喉咙刺痒等。另外，这些症状有时也会引发睡眠不足、头重等其它反应。现在这个季节，大家走在街上时，可以看到很多带口罩的人，他们中的大多数，其实并不是感冒、而是花粉热的患者。



## 哪一种花粉是花粉热的元凶？

人们每当听到花粉热，就会联想到杉树（スギ）的花粉。但是引发花粉热的，并不止杉树花粉一种。有的人对猪草（ブタクサ）、鸭茅草（カモガヤ）、艾蒿（ヨモギ）等杂草以及丝柏（ヒノキ）花粉等也会产生过敏反应。花粉飞散的时期，可以说南早北晚。在关东一带，杉树的花粉大约从二月底开始，一直飞散两个月左右。丝柏花粉的飞散期则比杉树晚一个月，从三月开始，一直飞散到五月末。对杉树花粉和丝柏花粉敏感的人，将会被各种过敏症状困扰整整三个月。而猪草、鸭茅草、艾蒿等杂草的花粉，则在夏、秋季节飞散。

## 怎么防治花粉热呢？

很遗憾，花粉热被认为是一种一旦发作，就很难根治的病症，人们因此而每年都遭受着它的困扰。但缓和花粉热的症状却是可能的。那就是参考天气预报中的“花粉信息”等情报，在花粉飞散的时候，尽可能地少出门；外出时戴上眼镜、口罩和帽子，进门前掉落沾在衣服以及头发上的花粉；进家后，马上洗手、漱口；不把洗涤好的衣物晾晒在户外；在花粉飞散的季节，不晒被子等等，这些尽可能减少花粉沾身的方法，还是十分有效的。但尽管做了以上各种努力，过敏症状依然严重的人，就需要借助药物的帮助了。虽然药店里卖着琳琅满目的花粉热药品，但听取医生的意见，请医生开出适合您自身的处方，效果会比较理想。只是通过药物来控制症状，通常需要在花粉飞散前一个月就开始服药，否则，会影响其效果。今年被花粉热困扰的人，您明年可要早一些采取对策啊！

据说有的食物能防治花粉热。它们是红芝草（赤シソ）、用土常山泡的茶（<sup>てんちや</sup>甜茶）以及枣子（ナツメ）等。据说平时如果注意食用、饮用它们，可以缓解花粉热的症状。另外，在花粉热症状出现的期间里，要尽量少吸烟、少饮酒，使生活有规律，同时保证充分的睡眠也是十分重要的。

如果您不幸患上了花粉热，请兼容并用以上各种预防法来度过这令人叫苦不迭的季节。





はなび  
**「花冷え」(櫻花之寒)・「春一番」(春之第一信)**

你听说过「花冷え」的话吗？

这里所说的花是「櫻花」。寒冷的冬天好不容易结束了，祝贺启动希望、走向社会的櫻花艰难的开始绽放了。啊，出去看櫻花吧。就在高兴之时，突然，寒风袭来，又回到冬天似的，气温很低的日子，叫「花冷え」(櫻花之寒)。这时，櫻花之寒持续了二、三日，已经开了的花瓣，被无情的冻落了。

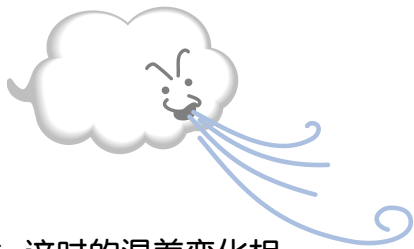
这时的天气用语往往是：

「花冷え」(櫻花之寒) 看花时变冷了  
 「花曇り」(櫻花之阴云) 櫻花开时，阴天的情况下叫做「花曇り」。  
 「花散らしの雨」(落櫻之雨) 櫻花稍要谢的时候如果下雨的话，相当容易落花。

櫻花开的前后，移动性高气压和低气压交会，天气处于不安定状态。

由于低气压使温暖线突显接近，云逐渐增多，气温和湿度上升，空气显得很沉闷。这就叫「花曇り」(櫻花的阴云)。低气压过后，移动性高气压明显突出，云散尽，地温被放出，早晨的气温明显下降，这时叫「花冷え」(櫻花之寒)。

春一番(春之第一信)，是最初吹来强劲的南风。由于是南风，气温迅速上升，对花粉热患者来说，也是相当难受的季节。



就这样，这时的温差变化相当大，对身体影响也很大，一定要充分注意自己的健康。

はるいちばん  
**「春一番」(春之第一信)**

花冷えという言葉を知っていますか。

ここで言う花は「桜」のことです。寒い冬がようやく終わり、希望・門出を祝うように桜がようやく咲き始め、さあ花見でもと、いつか突然の寒風で冬に逆戻りしたような気温が低い日を『花冷え』といいます。時には二、三日続きせっかく咲いた花びらを無情にも落としていきます。

この時期の天気用語に  
 「花冷え」花見の頃、寒くなる  
 「花曇り」桜の咲く頃の曇り空  
 「花散らしの雨」  
 満開をすぎると雨で散りやすい

桜が咲くころは、移動性高気圧と低気圧が交互にやってきて、天候が不安定になります。

低気圧による温暖前線が張り出して雲が広がり、気温と湿度が上がって空気がどんよりした感じになるのが『花曇り』。低気圧の通過後、移動性高気圧が張り出して雲が無くなり、地熱が放射されて明け方の気温が下がるときが『花冷え』となります。

春一番は、春に最初に強く吹く南風のことで、南風のため気温がどんどん上昇します。また、花粉症の方にとっては辛い季節でもあります。

このように、この時期は気温の差が大きいので体調を崩さないよう十分注意をしましょう。



**24小时咨询接待电话 03-5807-3176**

本中心24小时利用留守电话接待各种电话咨询。(学习日语咨询除外) 咨询的各位、请拨上述电话。首先听到日语和中国语的引导语、然后、简单讲述一下姓名、电话号(传真号)以及咨询内容。我们接到后、在几天之内会同你联系。另外、每件只能利用3分钟、这一点请注意。

**日语学习咨询电话 03-5807-3178**

关于日语学习的咨询、请直接同日语讲师商量。请在下记时间内来电话。

接待时间 星期五 15:15~17:15

星期六 10:00~12:00

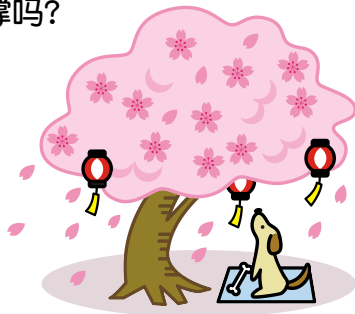
**电子网页 <http://www.sien-center.or.jp/>**

为了使更多的人了解本中心、更广泛地开展活动、为了方便各种信息的共同交流、开设了此电子网页。

**「编后记」**

作为近畿中心新开设的远程(函授)课程,《家庭助理员听讲预备课程》即将开课。

在老龄化日益严重的日本,家庭助理员所从事的是一项不可缺少的重要工作,可是它至今依然十分缺人。它可以说是今后发展越来越迅速的少数工种之一。我们认为在不久的将来,你们中间,一定会诞生出家庭助理员并活跃在家庭护理第一线的。另外,谙熟汉语的家庭助理员,对归国者来说,难道不是一种心灵的支撑吗?

**「編集後記」**

あたらしく近畿センターの遠隔学習課程として「ホームヘルパー受講準備講座」が始まります。

高齢化が進む日本の社会では、ホームヘルパーは必要不可欠な大切な仕事ですが、まだまだ人材は不足しています。これからもどんどん伸びていく数少ない職種の一つといってもいいかもしれません。皆さんのなかからホームヘルパーが誕生して、活躍する日もそう遠くないと思います。また、中国語に堪能なホームヘルパーは帰国者の皆さんにとっても心強い存在となるのではないのでしょうか。

『天天好日』第3号 2003年4月1日発行  
編集発行

中国帰国者支援・交流センター(首都圏センター)  
〒110-0015 東京都台東区東上野1-2-13  
カーニープレイス新御徒町6階  
TEL 03-5807-3171  
FAX 03-5807-3174  
E-mail info@sien-center.or.jp

近畿中国帰国者支援・交流センター(近畿センター)  
〒530-0026 大阪府大阪市北区神山町11-12  
TEL 06-6361-6114  
FAX 06-6361-2997  
E-mail kinki-center@ywca.or.jp