

# VIVA! ひめじ

2019年 9月 Vol.70

## 日本語 (にほんご)

ざいじゆうがいこくじん かた せいかつじょうほう し  
在住外国人の方のための生活情報誌

|                    |         |
|--------------------|---------|
| <People>インタビュー     | ・・・P1   |
| 災害に備えよう！！          | ・・・P2,3 |
| ヴィクトリーナ姫路を応援しよう！   | ・・・P4   |
| 第24回ひめじ国際交流フェスティバル | ・・・P5   |
| お知らせ・編集後記          | ・・・P6   |

はっこう こうえきざいだんほうじんひめじ しぶん か こくさいこうりゅうざい  
発行／公益財団法人姫路市文化国際交流財

じょうほう し かくせい  
情報誌作成ボランティア

<http://www.himeji-iec.or.jp/>

### <People> Marcin Drozdowski マーチン ドロズドブスキ さん

マーチンさんはポーランドの出身です。首都ワルシャワから北東へ車で約2時間の、ビャウイストク（Bialystok）という町が故郷です。湖がたくさんあり、歴史的な建築物が立ち並ぶ町です。現在は日本人の奥さんと姫路市内に住んでいます。



Q:日本に来るまでのことを教えてください。

A:ポーランドの大学では、図書館司書の資格を取ったり、哲学や心理学を勉強しました。その後は、ポーランドにあるEUの機関でエンジニアとして働きました。

24歳の時、イギリスに移り住みました。ロンドンで建築家として働き、芸術的な塗装を得意としていました。顧客の中には著名な方々もいました。そしてロンドンでビューティシャンをしていた妻と知り合い、11年前に結婚しました。

Q:日本での生活はいかがですか。

A:今年の4月に妻の故郷である姫路に来ました。新幹線の駅で車両内の清掃の様子を見た時、シートカバーを入れ替え、ゴミを清掃するのがとても速く上手で驚きました。日常のゴミも細かく分別され、とても清潔な国だと思います。

最近、妻と四国、中国地方を旅行しました。瀬戸内海に浮かぶ小さな島々と海と空が一体となっている景色が美しく、大変感動しました。私にとってはすべてが新鮮で美しかったのですが、日本で生まれ育った妻にとっては当たり前のものもあり、その感覚の違いが面白かったです。

Q:趣味は何ですか？

A:趣味はたくさんありますが、映画や絵画を見ることが好きです。音楽に関しては、ロックミュージックが好きです。それに加えて、独学でパソコンのプログラミングの技術を磨いています。

Q:将来の展望を教えてください。

A:心理学や哲学に興味があり、プラトンなどをよく読みます。いつかは自分で本を書きたいと思っています。

# 災害に備えよう！！

「VIVA!ひめじ」では防災についてたびたび取り上げていますが、近年、大規模な災害が多発しています。自分や家族の命を守るための備えにやりすぎはありません。この機会にもう一度十分な備えができていますか確認しましょう。



## 1. 防災情報を正しく理解しよう！

気象庁・自治体から出される防災情報に5段階のレベル表記が新たに追加されました。警戒レベル5ではすでに災害が発生しています。警戒レベル5になるまでに適切な行動を開始しましょう。

| 危険度<br>↑ | 警戒レベル | とるべき行動                 | 避難の情報         |
|----------|-------|------------------------|---------------|
| 高い       | 5     | 命を守って！                 | 災害発生情報        |
|          | 4     | すぐに全員避難                | 避難指示（緊急）・避難勧告 |
|          | 3     | 避難に時間のかかる人は避難<br>避難の準備 | 避難準備・高齢者等避難開始 |
|          | 2     | 避難行動の確認                | 注意報           |
|          | 1     | 最新情報に注意                | 早期注意情報        |

※避難の情報1、2は気象庁が発表、3～5は市区町村が発令。

## 2. 非常持ち出し品を準備しておこう！

- 貴重品
  - ☐現金 ☐預金通帳 ☐印鑑 ☐免許証 ☐保険証
  - ☐パスポート ☐在留資格カード など
- 非常食
- 応急医薬品
- 生活用品
  - ☐救急セット ☐常備薬 ☐持病の薬 など
  - ☐衣類（下着・上着） ☐タオル ☐ティッシュペーパー ☐生理用品
  - ☐赤ちゃん用品 など
- その他
  - ☐携帯ラジオ ☐懐中電灯 ☐予備の電池 ☐予備バッテリー又は手動充電器
  - ☐防災頭巾 ☐ヘルメット など



## 3. 備蓄品をチェックしよう！

- ☐レトルト食品 ☐アルファ化米 ☐栄養補助食品 ☐飲料水（一人一日3ℓが目安）
- ☐給水用ポリタンク ☐カセットコンロ ☐紙皿・紙コップ ☐食品用ラップフィルム
- ☐ドライシャンプー ☐洗面用具 ☐簡易トイレ ☐ティッシュペーパー
- ☐ウェットティッシュ ☐ポリ袋 など

★非常食や水は最低3日分の備蓄が必要です。日にちを決めて定期的に備蓄品を消費し、消費した分だけあらためて補充するようにしましょう。

#### 4. 防災アプリをダウンロードしておこう！

##### <全国避難所ガイド>

- 現在地から近い避難場所・避難所を検索できる。
- 現在地の避難勧告や避難指示情報、地震情報、津波情報、国民保護情報などをプッシュ通知で知らせる。
- 現在地や避難所から安否登録、安否確認ができる。
- 避難所までの距離と矢印を表示する。
- ハザードマップ 活断層表示
- Twitter表示・多言語（英語・中国語・韓国語）で対応

Android



iOS



##### <ひょうご防災ネット>

兵庫県および兵庫県内の市・町から「避難に関する情報」などの緊急情報や防災に関するさまざまな情報を英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、他全13言語で提供しています。

Android



iOS



##### <ハザードマップ>

洪水・土砂災害・高潮・津波など、さまざまな災害の危険度が示されています。自宅、避難所、仕事場、学校、よく行く店などのほか、避難場所までの経路も確認しておきましょう。

兵庫県CG  
ハザードマップ



姫路市Web  
マップ



避難所には避難所で使われる用語が13言語で翻訳されている「災害時言語表示見本帳」が設置されていますので活用してください。

「自分の命は自分で守る」という意識を持ちましょう。近所の人たちとも日ごろから交流を深めて、いざというときにすぐに助け合えるようにしておきましょう。2014年10月発行の「VIVA!ひめじ」50/51合併号にも特集記事がありますので参考にしてください。姫路市文化国際交流財団のホームページでバックナンバーを見ることができます。(http://www.himeji-iec.or.jp/viva\_himeji.html)



また、「ひめじ防災プラザ」（姫路市防災センター1階）では総合的に災害や防災を無料で体感・体験することができます。一度訪れてみてはいかがでしょうか？詳しくはホームページをご覧ください。

(http://www.city.himeji.lg.jp/syoubou/plaza.html)





## ヴィクトリーナ姫路を応援しよう！



日本のバレーボールリーグ「2019-20 V.LEAGUE」が10月に開幕します。昨シーズンに2部のV2リーグで優勝した「ヴィクトリーナ姫路」が、今シーズンは1部のV1リーグに初参戦！

姫路に本拠地を置く女子プロバレーボールチーム「ヴィクトリーナ姫路」の新キャプテン、高橋咲妃恵選手にお話を伺いました。

### Q. ヴィクトリーナ姫路はどんなチームですか。

元気で明るいチームです。個性豊かで若い選手が多く、試合で1点を取るとガッツポーズで勢いをつけてくれます。

### Q. 今シーズンの目標は何ですか。

V1リーグで優勝することです。

そのために開幕までの期間、個人やチームがレベルアップできるよう頑張ります！プロチームとして結果を出して、みなさんからの応援や支援に恩返しをしていきます。



高橋咲妃恵 選手  
ポジション：リベロ

### Q. 在住外国人へのメッセージをお願いします。

私は海外の文化やバレーボールに興味があります。

外国の方々は自分を表現することがとても上手で、尊敬しています。海外選手は周りに頼るばかりではなく、自分の意見を持っていることをとてもたくましく感じます。同じスポーツでも日本と海外ではプレースタイルが全然違います。身長の高いチームが海外の大きな選手を相手に、どうやって勝てるのかを常に考えながらバレーボールをしています。

私たちヴィクトリーナ姫路の試合は11月と12月に姫路で開催されます。ぜひ会場へ応援に来てください。



### ◎ウインク体育館（姫路市立中央体育館）で開催されるホームゲーム

| 日程        | 開始時間  | 対戦カード       |
|-----------|-------|-------------|
| 11月16日（土） | 14:00 | 久光製薬スプリングス  |
| 12月28日（土） | 13:00 | NEC レッドロケッツ |
| 12月29日（日） | 13:00 | 岡山シーガルズ     |

※チケットは、ヴィクトリーナ姫路の公式ホームページから購入できます。

ホームゲーム以外の試合日程やチームメンバーの詳細についても、公式ホームページ(<https://victorina-vc.jp>)をご覧ください。右のQRからアクセスできます。



## 第24回ひめじ国際交流フェスティバル

姫路の秋のイベントとしておなじみの「ひめじ国際交流フェスティバル」が今年も開催されます。料理・文化などを通して、大手前公園で世界を旅してみませんか。

日時: 2019年10月27日(日)、午前10時～午後3時

※雨天決行

場所: 大手前公園 (姫路駅より北へ徒歩10分)



### 🍴食べる「世界の料理」

12カ国15種類の料理が楽しめます。今年は新しくフランスのクレープとバングラデシュのカレーが登場します。一皿200円です。午前11時より食券を販売します。売り切れ次第終了ですのでお早めに！



フランス  
「クレープ」  
食べればみんなが笑顔になる、フランスの本格的な味。



バングラデシュ  
「カレー」  
サラサラとしたスパイシーなカレー。隠し味はヨーグルトです。

### 🎭観る「ステージパフォーマンス」

ステージでは、ベトナムにルーツを持つ小学生による「ムーラン」をはじめ、世界各国や日本の民族舞踊・音楽や、タイのフルーツカービングなどのパフォーマンスが披露されます。在住外国人の皆さんによる母国の文化紹介も行われます。

### 🎮遊ぶ・体験する「異文化体験」

- 民族衣装試着 & 撮影 (300円、親子ペア 500円) ハワイ「ムームー」、日本「ゆかた」など
- アポリジニアート、フェイスペインティング (各150円)
- 語学講座 (約10分150円) 中国語、韓国語、ベトナム語、英語のミニレッスン
- 日本のお茶席 (300円)

### 🗺️交流する「多文化共生ひろば」

アイスブレーキングとひょうたん島問題を教材に、ゲームなどを通して多文化共生についての理解を深めるワークショップを行います。誰でも参加可能です。

# ☆☆☆公益財団法人姫路市文化国際交流財団からのお知らせ☆☆☆

## ■国際理解出前講座のお知らせ(講師募集)

姫路市文化国際交流財団では、異文化理解を深めるため、国際理解出前講座を行っています。在住外国人や海外で1年以上生活した経験を持つ講師を市内の小・中・高等学校や公民館等に派遣し、外国の生活や文化、遊び、簡単な挨拶を紹介しています。講座は1回につき最大1時間30分です。この講座を通じて姫路市のみなさんにあなたの国を知ってもらいませんか。興味のある方は下記の連絡先までお問い合わせください。

## ◆◆◆編集後記◆◆◆

暑い夏もそろそろ終わりを告げる頃ですね。9月20日から4年に一度のラグビーワールドカップの日本大会が開幕したのをご存じですか？全国12会場で、熱い戦いが繰り広げられています。前回(南アフリカ)大会でジャパントeamが演じた大番狂わせのような感動的な試合がまた見られることを信じて、選手たちを応援したいと思います。この秋も盛り上がりましょう！



今月の防災関連用語・・・避難(逃げること)  
(例) 避難所(逃げるところ)

## 翻訳・ネイティブチェックのお手伝いをいただいた方

英語：富永雅久、井谷恵、滝本智子、岡部ローシー、戸田利則、Nicole Collins

中国語：洪玉英、津田美花、福永ゆか、橋本衛群、韓菲莉、曾寧

スペイン語：Joshua Maldonado、清水健一郎、橋積ルクレシア

ポルトガル語：西村ネルソン、山本由布、長尾美咲、市位ローズ、大里誠治

ベトナム語：Pham Thi Minh Xuan、Hoang Nam Phuong、加山ミサ、Le Van Hao、Dang Van Lam、Pham Thi Thu Trang

許可をいただいた方のみ掲載しています。ご協力ありがとうございました。

「VIVA!ひめじ」のバックナンバーは、公益財団法人姫路市文化国際交流財団(国際交流担当)のウェブサイト(<http://www.himeji-iec.or.jp/>)からも閲覧できます。

次号は、12月発行予定です。どうぞお楽しみに。皆様からのご意見・ご感想をお待ちしています。

また、翻訳・ネイティブチェックをお手伝いいただける方も募集しています。下記連絡先まで、是非ご連絡ください。

## 連絡先

公益財団法人姫路市文化国際交流財団

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ3階

TEL: 079-282-8950 FAX: 079-282-8955

Email: [info@himeji-iec.or.jp](mailto:info@himeji-iec.or.jp)