

VIVA! ひめじ

2022 年 3 月 Vol.80

中文简体

VIVA!ひめじ 20 周年	・・・P1
SDGs - 为了地球的未来， 让我们从现在开始 -	・・・P2,3
你知道日本的养老保险制度吗？	・・・P4
People - 人物采访 -	・・・P5
通知、编辑后记	・・・P6

发行 公益財団法人姫路市文化国際交流財団
信息杂志编辑志愿者小组

VIVA!ひめじ 20 周年

- 1998 年
HELLO! HIMEJI CLUB 刊行
日文版+英文版、
日文版+中文版
- 2002 年
改名为 VIVA!ひめじ
葡萄牙语版 刊行
- 2003 年
越南语版 刊行
- 2004 年
西班牙语版 刊行
- 2014 年
50 号纪念号 刊行
- 2021 年
简明日语版 刊行
- 2022 年
VIVA!ひめじ 20 周年



「VIVA!ひめじ」从前身的「HELLO! HIMEJI CLUB」改名以来，今年迎来了第20周年。当年还是「HELLO! HIMEJI CLUB」的时候，电脑没有现在这样普及，志愿者们把用打字机写成的稿件和插画拿到一起剪贴编制成刊。

「VIVA!ひめじ」发行的语言种类逐渐增加，现在共有7种语言。介绍活跃在姬路的外国人的专栏「People」，20年中采访了74人（38个国家）。

在新冠病毒疫情导致紧急事态宣言发出时，虽说无法线下开会，但我们通过在线举行编辑会议的方式，成功继续刊行。我们还通过开展电脑讲座和简明日语讲座等学习会的方式，提高志愿者的水平。在多方支持之下，VIVA!ひめじ还会继续茁壮成长。

今后我们会继续编辑刊登对大家有用的信息，请大家多多支持VIVA!ひめじ。

SDGs 是 Sustainable Development Goals（可持续发展目标）。于 2015 年由联合国通过。为了实现更美好的未来，在 2030 年之前全球共同致力实现的 17 项目标，大致分为“经济”“社会”“环境”目标。

2021 年姬路市被选为「SDGs 未来都市」。「SDGs 未来都市」是指提出了解决 SDGs 课题、创造新价值方案的市政府。

今后 VIVA!ひめじ会介绍一些关于 SDGs 的行动。这期介绍一下从现在就能做起的力所能及的行动。



了解 SDGs 的目标！

逐一介绍 SDGs 的 17 项目标。



1. 无贫穷

消除发展中国家的贫困。还有发达国家也减少按各国标准界定的贫困人口比例。

你也从今天起参与进来 SDGs 吧！

节约用电

- 在不用时关闭电子设备电源。
- 关闭不需要的照明。
- 降低空调温度。

节约用纸

- 使用电子支付
- 在纸张背面或电子设备上记事。
- 在餐厅等不浪费使用餐巾纸。

减少垃圾

- 购物时自备购物袋。
- 去咖啡馆时自备水壶或水杯。
- 如马上吃，买接近保质期的食品或放在前排的食品。
- 购买简易包装商品。
- 没有吃完的新鲜食品，尽快冷冻。
- 分类垃圾。
- 生活垃圾（蔬菜皮等）的水分控干之后再扔掉。
- 捐赠或再利用不需要的衣服和书籍。

减少排气

- 尽量购买本地生产的产品。
- 尽量骑自行车、步行或乘坐公共交通。

下期介绍 SDGs 活动中的捐赠食物内容。

SDGs 捐赠食物相关项目



你知道日本的养老保险制度吗？

2022 年 4 月日本将修改养老保险制度。养老保险有厚生养老保险和国民养老保险等几种，其中国民养老保险是居住在日本国内 20 岁以上 60 岁以下的所有人必须加入的制度。大多数人以为养老保险需要在晚年领取，但是再配偶去世时、由于事故或生病造成残疾时也可以领取养老保险，这件事情很重要，请大家一定要知道。



住在日本的外国人也必须加入养老保险

从与日本签订社会保障协定的国家来的人

如果在自己的国家已加入养老保险，则不需要在日本加入。也可以暂时退出自己国家的养老保险，加入日本的养老保险。

协定有效的国家是

德国、英国、韩国、美国、比利时、法国、加拿大、澳大利亚、荷兰、捷克、西班牙、爱尔兰、巴西、瑞士、匈牙利、印度、卢森堡、菲律宾、斯洛伐克、中国、芬兰。

已签订协定，但是正在准备中的国家。

意大利、瑞典。

2022 年 2 月 1 日现在。

从没有签订社会保障协定的国家来的人

必须在日本加入养老保险制度。领取保险金前回国的话、可以领取退出一时金。请在回国后两年内申请。

难以缴纳养老金保险费时…

收入少的人和留学生等可以得到免除，请在居民登记的市区町村的养老保险窗口办理手续。

详情请看日本养老保险机构的主页（<https://www.nenkin.go.jp>）或在市区町村的养老保险窗口咨询。

People - 人物采访 -



LYN Yannick 先生 (加拿大)

Yannick 先生、出生于加拿大安大略省。父亲来自于中国、母亲来自于牙买加。在加拿大多样性的环境里，生活中接触着不同的人种与文化。

来日本以后，在兵库县北部的朝来市做了 3 年的 ALT（外语指导助手）。从 2021 夏天开始作为姬路市的 CIR（国际交流员）、推进国际交流。

Q 对日本感兴趣的契机是什么？

A 表亲喜欢日本的流行文化，一起听日本歌手的歌，一起看日本的电视，逐渐对日本产生了兴趣。上大学以后，选修了日语，加入了日本人学生会。日本人朋友多了起来。在大学期间曾经来神户大学短期留学。喜欢上了兵库县，在申请 JET 项目（ALT 和 CIR 等日本派遣项目）时，把兵库县作为申请派遣的首选。

Q ALT 跟 CIR 的工作感觉有什么不同？

A 学生们坦率而有活力，作为 ALT 跟学生们在一起很开心。CIR 的工作日程基本上提前都已经定好，有口译有笔译，工作内容也不同。通过市民交流活动等，能够挑战新事物，每天都很充实。

Q 请问兴趣爱好是什么？

A 弹钢琴、做料理兴趣很多。其中，因为想切身感知朝来市周围的美景开始跑步。来到姬路以后也在坚持。特别喜欢姬路城以及美术馆一带。

Q 将来的打算是什么？

A 提高日语能力、成为一名专业翻译。CIR 工作中，有将市长的问候等翻译好发送给姊妹都市的内容、是非常好的经验。



活动时的
Yannick 先生

公益財団法人姫路市文化国際交流財団の通知

■募集「面向在住外国人的日语讲座」学员

姫路市文化国際交流財団正在募集 5 月开讲的日语讲座学员。
讲座有初级 A~F、中级班。共 10 次，学费 10 次总共 3000 日元。

本讲座 4 月 1 日可以开始报名，请大家提前去
姫路市文化国際交流財団报名，每个讲座都有定
员（10 人），到达定员就停止报名。



本期防灾用语

断水 だんすい Dansui：停水

（例）

夜間断水 や かん だんすい Yakan dansui：

夜间停水



编辑后记

新冠病毒开始流行已有 2 年，新的生活方式已经渗透到每个人。第 3 针疫苗的注射也已开始。关于疫苗的信息请确认各自治体的网页。阳春三月是外游的好季节，大家做好防疫对策，尽情享受春天吧。

本期制作担当人员名单如下

日语：宫本美香、本城政子、国光美奈子、重田房子、佐田康子

简易日语：富永雅久、藤野纱也、中塚正子、伊丹顺子、北郁子、赵杰

英语：MUKHYOPADHYAY Maitreya、小林拓广、中村日葵、LYN Yannick、原明子、Tiffany Gibson

中文：马俊晓、山南美枝、桥本卫群、夏文、津田美花、曾宁

越南语：Dang Van Lam、To Thanh My Ngoc、Le Van Long、Dinh Thi Thu Trang、

Nguyen Viet Dan、Pham Thi Thu Trang

西班牙语：大岁善朗、清水健一郎、服部智惠

葡萄牙语：市位 Rose、西村 Nelson、长尾美咲、大里诚治

在此仅登出获得同意的志愿者的名单，谢谢大家的帮助。

「VIVA!ひめじ」的旧刊，可以从公益財団法人姫路市文化
国際交流財団（国際交流担当）的网页（<https://www.himeji-iec.or.jp/>）上阅览。下一期预定在 2022 年 6 月发行。

我们期待着各位的意见和感想。同时，我们也
在召集翻译、母语确认工作的志愿者，有意向的
人员请按 下面的联系方式联系我们。



网页

联系方式

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 楼

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

Email: info-iec@himeji-iec.or.jp