

VIVA! ひめじ

2023年 3月 84号

やさしい日本語

ひめじ 姫路に 住んでいる 外国人のための おしらせ

にゅうがく じゅん び がっこう せいかつ
入学の準備と学校の生活 . . . P1

わたし
私たちができる SDGs
～エシカル消費しましょう～ . . . P2,3

やさい そだ
野菜を育てませんか? . . . P4

People インタビュー . . . P5

こうきょうりょうきん せつ とわり し
公共料金のセット割を知っていますか? . . . 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だん
発行/公益財団法人姫路市文化国際交流財団
じょうほう し ざくせい ぼらん てい あ
情報誌作成ボランティア

にゅうがく じゅん び がっこう せいかつ 入学の準備と学校の生活

◆4月から 学校が 始まります。 入学・入園の 準備をして ください。

はじ ろう ち えん がっこう い ひ にゅうえん じゅん び がっこう はい
・初めて 幼稚園や 学校へ 行く 日は、 入園式・入学式が あります。 幼稚園や 学校に 入る
こどもを いわ ひ こども ほ ごしゃ おや おや か かわりをする人>の どちらも
すーつや わんぴーすなどを 着ます。 Tシャツや ジーンズは 着ません。 制服<学校が 決め
ている 服>が あるときは、 子どもは 制服を 着ます。

しょうがっこう ちゅうがっこう きょう か しょ べんきょう つか ほん えん
・小学校・中学校の 教科書<勉強に 使う 本>は 0円です。

にゅうがく よう い
・入学までに 用意するものが あります。

(制服・かばん・帽子・体操服など)

※先生に 聞いて、 決まったものを 用意して ください。

にゅうがく か さんすう せつ と さんすう べんきょう つか どうぐ
・入学してから 買うものも あります。(算数セット<算数の 勉強に 使う 道具>など)

◆保護者が 気をつけて ください。

きゅうしょく がっこう で しょく じ かね まいつき がっき はら ほか
・給食<学校で 出る 食事>の お金は 毎月 または 学期(※)ごとに 払います。 他に
ひつよう かね おな がっこう き ぎんこう こうざ つく
必要な お金も 同じです。 学校が 決めた 銀行に 口座を 作ります。

(※)1学期は 4月から 7月です。 2学期は 8月の 終わりのころ または 9月から 12月です。 3学期は 1月か
ら 3月です。

うんどうかい がっこう みんなで うんどう ひ えんそく にち りょこう ひ きゅうしょく
・運動会<学校の みんなで 運動する 日>や 遠足<1日の 旅行>の 日は 給食が ありま
せん。 食べる物を 持っていきます。 お弁当と いいます。

がっこう も もの なまえ か えんぴつ
・学校へ 持っていく物に 名前を 書きます。 鉛筆 ひとつにも 書きます。

に ほん がっこう せい と きょうしつ そう じ
・日本の 学校では、 生徒が 教室を 掃除します。 ぞうきん<掃除する
ための タオル>を 持っていきます。

すいとう の もの い も みず ちゃ い
・水筒<飲み物を 入れるもの>を 持っていくときは、 水か お茶を 入れます。

きゅうしょくがかり きゅうしょく せ わ こ え ぶろん りょうり ふく うえ き
・給食係<給食の 世話を する 子ども>は エプロン<料理するとき 服の 上に 着るもの
>などを 学校から 持って帰ります。 洗濯して アイロンをかけて、 学校へ 持っていきます。

しゅうだんどうこう いっしょ がっこう い あつ ばしょ じ かん たし こ
・集団登校<みんなで 一緒に 学校へ 行くこと>は 集まる 場所と 時間を 確かめます。 子
ども達が 学校へ 行く 時間に、 保護者が 旗を 持って 道に 立ちます。 「旗当番」と い
います。



わたし え し か る し ょ う ひ
私たちが できる SDGs～エシカル消費しましょう～

エシカル消費は 人や 社会や 環境のことを 考えて 買うこと・使うことです。 私たちの
毎日の 買い物は 不平等＜同じでない＞な 社会や 不公正＜正しくない＞な 社会を 作るかも
しれません。 マイバッグ＜買い物に 行くとき も 持っていく 袋＞や マイボトル＜自分の 水筒＞
を 持つことは エシカル消費です。 節電＜電気を たくさん 使わないこと＞も エシカル消
費です。 他にも できることが あります。

○フェアトレードの 品物を 選んで ください
フェアトレードは 正しい 貿易という 意味です。 フェアトレード
の 品物には、 右の マークが 付いています。 品物を 安く
作り、 安く 売るために、 働く人の 給料が 安いかもしれませ
ん。 フェアトレードは、 正しい 値段で 買います。 だから、
働く人が 正しい 給料を もらうことが できます。



こくさいふ え あ と れ ー ど
国際フェアトレード
認証ラベル
ふ え あ と れ ー ど ま ー く
＜フェアトレードの マーク＞

○地産地消をして ください

地産地消は 品物を 作って、 作った 場所で 使うことです。
新しい 野菜や 果物を 近くで 買うことが できます。 品物を 遠くまで 運ばないので、
環境にも いいです。

○オーガニックの 品物を 選んで ください
オーガニックは 作るときに 薬を 使ってません。 食べたり、 体に
つけたり できます。 日本語で 「有機」と いいます。 オーガニックの
品物を 買うことは 地球に 良いことです。



そのほかの エシカル消費を 紹介します。

- ・リサイクル＜一度 使った 物を もう一度 使うこと＞の 品物を 買います。
- ・省エネ＜エネルギーを、 正しく 上手に 使うこと＞の 品物を 買います。
- ・被災地＜地震や 洪水で、 建物が たくさん 壊れたところ＞で 作った 品物を 買います。
- ・福祉施設＜障がいがある人が 働くところ＞で 作った 品物を 買います。
- ・寄付＜他の人に お金や 物を 渡すこと＞の 付いた 品物を 買います。

エシカルな品物には 次のマークが 付いています。マークがある品物を 買うと、エシカル消費が できます。

エコマーク

エコマークがある品物は 作るときや 捨てるときに、あまり 環境を 壊しません。



牛乳パック再利用マーク

一度 使った 牛乳パックで、もう一度 牛乳パックを 作ります。再利用と います。再利用の 牛乳パックに 付いています。



グリーンマーク

グリーンマークがある品物は 古紙<一度 使った 紙>を 40パーセント以上 使っています。(トイレットペーパーは 100パーセントです。新聞紙、コピー用紙は 50パーセント以上です。)



リサイクルマーク

下のマークが 付いている品物は リサイクル<再利用>します。捨てるときは、正しく 分けて ください。



SDGs の 計画を 知りましょう！

11 住み続けられるまちづくりを



11. いつまでも 住みたいまちを つくります

すべての人が 安全な 家に、 安く 住むことが できます。生活に 必要な サービスを 使うことが できます。差別<正しくない 差を つけること>が ない まちを つくります。

12 つくる責任 つかう責任

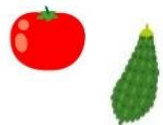


12. つくる 責任、 つかう 責任

必要な ものを 必要な 量<ものの 多い・少ない>だけ 作ります。必要な 量だけ 使います。作るときや 捨てるときに、あまり 環境を 壊さないように 気をつけます。



野菜を 育てませんか？



春は 暖かい 日が多いです。春に 野菜や 花を 植えると 立派に 育ちます。あなたの好きな 野菜を 農薬<虫を 殺す 薬>を 使わないで 育てることも できます。育てた 野菜を 採って すぐに 食べることも できます。

家で 野菜を 育てて 楽しみましょう

- ネギや ミニトマトや ピーマンなどは プランター<土を 入れるもの>で 育てることができます。野菜の 種 (①) や 苗 (②) は 店で 買うことができます。
- 丈夫な 袋に 土を 入れて ください。ジャガイモや 大根などは 袋で 育てることも できます。
- ゴーヤ、ヘチマ、キュウリなどは 蔓 (③) が あります。窓の 下に 植えると 良いです。蔓が 伸びると、夏には カーテンのようになります。カーテンが あるので、部屋の中は 涼しいです。気持ち が 良いです。



①

②



③

畑で たくさんの 野菜を 育てたい人は 市民農園と レクリエーションファームが あります。市民農園は 3 つ あります。姫路市に 住む人が 使うことができる 畑です。車を 停めるところ・トイレ・水道が あります。他の人と 野菜のことを 話すことができます。野菜の 育て方を 勉強 することも できます。レクリエーションファームは 50 くらい あります。興味のある人は 下の QRコードを 見て ください。



市民農園



レクリエーションファーム

野菜や 果物を 採る 経験が できます

観光農園は 野菜 (ジャガイモ、サツマイモなど) や 果物 (イチゴなど) を 採る 経験が できます。自分で 作らなくても 採ることができます。食べることも できます。簡単に 便利です。姫路市に たくさん あります。



People インタビュー



せれすて ぶらく おらん だ
Celeste Plak さん (オランダ)

ぶらくさんは オランダの 女子バレーボールの 選手<試合に 出る人>です。 オランダは リオデジャネイロ オリンピックで 4位でした。

ぶらくさんは 2021年から 「ヴィクトリーナ姫路」の 選手です。 アウトサイドヒッター<右や 左からボールを 打って 点を 取る人>です。

Q 子どものころについて 教えて ください。

A タイトジェンホルン (Tuitjenhorn) という 街に 住んでいました。 首都<国で 一番 大切な 街>の アムステルダムから 40kmくらいです。 海に 近いです。 野菜や 花を つくこと や 牛や 豚を 育てることが 盛んです。 子どものころは、 チューリップの 畑で 花がら <咲き終わった 花>を 集めました。 花がらを すぐに 取ると、 いい 球根 (①) が できます。 トラクターの 後ろに 乗って キャベツを とることも 手伝いました。



(①)

Q なぜ バレーボールの 選手になりましたか？

A 私の 家族は みんな スポーツをしていました。 父は ムエタイで、 世界で 1番になりました。 私は 6歳のとき、 柔道を 始めました。 そのあと バレーボールを 始めました。 サッカーも しました。 でも、 バレーボールに 決めました。 理由は、 部屋の 中で する スポーツだからです。 また、 みんなの 力を 合わせる スポーツ だからです。

Q 姫路を どう 思いますか。

A 日本は 「ポケモン、 寿司、 忍者」が 有名です。 私も 日本の アニメを 見ていました。 日本の 文化や 習慣に 興味がありました。 でも、 あまり 調べないで 日本に 来ました。 姫路は 姫路城、 伝統建築<昔の 建物>、 工芸品<色々な 技術を 使って 人が 作ったもの>が すばらしいです。 若い人が 多いから 明るいです。 だから、 私も 元気になります。

Q これから 何が したいですか。 子ども達へ 言いたいことは ありますか。

A 試合に 勝つために もっと 役に 立ちたいです。 日本語を 勉強して、 他の 選手と 良い 関係を 作りたいです。 そして、 子ども達が 喜ぶ 試合が したいです。 みなさん、 夢に 向かって がんばって ください。 私も がんばって 良かったです。 自分は できると 信じて ください。



公共料金のセット割を 知っていますか？



公共料金＜電気・ガスなどの お金＞が 高くなりました。 使うことができる 電気の量＜ものの 多い・少ない＞を 変えると、 安くなるかもしれません。

電気と ガスの お金を 同じ 会社に 払ったり、 電気と スマートフォンの お金を 同じ 会社に 払ったりすると、 安くなるかもしれません。 セット割と いいです。

水道の お金は、 姫路市では 2020年から 変わっていません。 水道の お金は 2か月に 1回 払います。

今号の防災関連用語

震度：地震のとき、どのくらい 揺れるか

マグニチュード：地震の 強さ

例) 震度 1、マグニチュード 2

震源：地面の 下で 地震が 始まったところ

震源と 近いところは、「マグニチュード」が 小さくても、大きく 揺れます。 そのとき 「震度」は 大きいです。



「啓蟄」の 意味

は “寝ていた 虫 が 起きて 外に

出るところ” です。 冬は 寒いから

虫は 土の 下で 寝ています。 で

も、 春は 暖かいから 土の 上

に 出てきます。 私たちも 外に

で 出ましょう。 花見や ハイキングを

して、 春を 楽しみましょう。

VIVA!ひめじを 作る 手伝いをしてくれた人

日本語：宮本美香、國光美奈子、本城 政子、重田房子、望月利春

やさしい日本語：北郁子、中塚正子、酒井桂子、長井愛、片山真衣子、趙 傑

ありがとうございました。

「VIVA!ひめじ」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 Webサイトで 見る ことができます。 次は、2023年 6月に 出る 予定です。

VIVA!ひめじを 読んで 思ったことや、VIVA!ひめじで 書いてほしいことが あったら、教えて ください。 右の 電話番号や メールアドレスに 連絡して ください。



Webサイト

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-iec@himeji-iec.or.jp

HP: <https://www.himeji-iec.or.jp>