



新宿新闻

发行 新宿区地区振兴部多文化共生推进课 邮编 160-8484 东京都新宿区歌舞伎町 1-4-1
 ☎ 03-5273-3504 传真 03-5273-3590



Website <http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/>

致希望学习日语的人 日语教室的介绍

新宿区有许多可学习日语的场所。
 本期将介绍区主办的 2 个教室。

针对希望在家附近定期学习的人

区内 10 处共有
 12 个教室！

新宿区日语教室

由志愿者教授生活所需的初级日语。该教室需要每学期申请，费用如下。

	第1学期 (4月～7月)	第2学期 (9月～12月)	第3学期 (1月～3月)
每周1次的教室	2,000日元	2,000日元	1,500日元
每周2次的教室	4,000日元	4,000日元	3,000日元

关于新宿区日语教室，详情请浏览主页。

http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/manabu/manabu_1/



大家一起
 快乐学习！

日语学习角

新宿多文化交流广场设有免费学习日语的教室。志愿者提供通俗易懂的教学服务，可放心参加。每周 4 次（星期一、二、四、六）从 14:00 开始的教室每天都设有不同的主题，可选择适合自己的教室。无需申请，敬请自由参加。

本次我们采访了每周星期二开设的“大家一起学日语”教室。各位学员们快乐学习的样子令人印象深刻。

关于日语学习角，详情请浏览主页。

http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/manabu/manabu_3/



针对有时间时希望自由参加的人



参加者心声



孙雨 (中国)

大约 2 年前，日语学校的老师给我介绍了广场的日语学习角，同时可以教给我日本的文化和传统活动的相关内容，非常愉悦。教室日语会话的机会很多，可练习会话这点很具有吸引力。

现在的目标是不看字幕看日本的电影。将来希望成为口译导游等，为访问日本的外国人介绍日本的文化和旅游景点。

【咨询】

新宿多文化交流广场

歌舞伎町 2-44-1 Hygeia 11 楼

电话：03-5291-5171 传真：03-5291-5172

新宿未来创造财团地区交流课

大久保 3-1-2

电话：03-3232-5121 传真：03-3209-1833

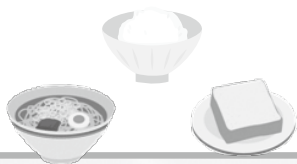
邮件：sjc@regasu-shinjuku.or.jp

为了防止
夏季疲劳症，

请注意膳食平衡。

主食

米饭、面包、面条类



主菜

鱼、肉、鸡蛋、大豆、
大豆制品等副食



副菜

蔬菜、菌类、
海藻类副食



▲“新宿蔬菜日”的标志

平时的饮食容易缺少副菜。副菜的主要食材为蔬菜，为了预防生活习惯病，每天建议摄入 350g (5 个小盘量)，有意识地保持饮食平衡。

新宿区为了增进各位区民的健康，致力于宣传蔬菜的美味和魅力等相关内容。区内采取各种措施来增加人们进食蔬菜的机会，例如将每月 8 日定为“新宿蔬菜日”。新宿区报的每月 5 日号和新宿区官方主页上也介绍有蔬菜料理的菜谱。敬请尝试制作。

http://www.city.shinjuku.lg.jp/kenkou/kenko01_vr_001.html



小知识

土用の丑の日

土用丑之日

您知道土用丑之日吗？

土用丑之日？听到这个词时，或许有人会以为是星期六吃牛肉的日子（发音误解），但日本在这一天有吃鳗鱼的习惯。

●什么是土用丑之日？

“土用”是指季节（春夏秋冬）变化前的约18天（今年为7月20～8月6日）。

“丑”是指十二支的丑（牛）。这个词听起来有些陌生，其实在年的计数法中有“今年的干支为戌（狗）年”这样的说法。过去，日期也是用十二支来计算的。干支包含12种，丑日以12天为周期循环（7月为8、20日，8月为1、13、25日）。

即，土用的期间和十二支中丑之日相重合的日子为“土用丑之日”（7月20日和8月1日）。

●为何要吃鳗鱼？

存在各种说法，在此介绍其一。

从前有一位名叫平贺源内的医生。某一天，鳗鱼老板向平贺求助：“一到夏天鳗鱼就卖不掉，请帮帮我”。平贺以前曾听过在丑之日吃发音带有“u（日语鳗鱼发音的首字母）”的东西就不会得夏季疲劳症，于是告诉老板做一张“土用丑之日就是鳗鱼日”的宣传海报。看到海报的人们开始夏天吃鳗鱼，鳗鱼老板生意变得兴隆。之后其他的鳗鱼商家也开始模仿，逐渐让土用丑之日形成了鳗鱼日的风俗。

●最后

临近土用丑之日时，店铺中可以看到售卖鳗鱼。鳗鱼含有丰富的维生素、矿物质等营养成分。大家请一定要吃鳗鱼，健康地度过炎热的夏季。



致在2019年4月

希望进入区立中小学就读的儿童

【小学1年级新生】2012年4月2日～2013年4月1日出生者

【初中1年级新生】2006年4月2日～2007年4月1日出生者

外国籍的儿童就读新宿区立中小学时需要申请。请携带希望入学的儿童及其监护人的在留卡或特别永住者证明书前往学校运营课办理手续。

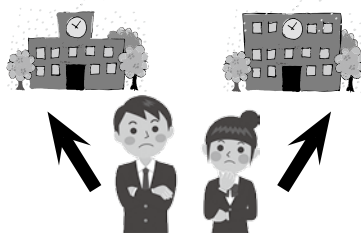
※ 非1年级新生者，希望编入新宿区立小学·初中时手续相同。详情请咨询学校运营课（随时受理）。

入学申请
受理

时间：8:30～17:00

（星期六、星期日、节假日、年末年初除外）

学校选择制（初中）



初中入学的1年级新生，可适用上学区域外学校的选择制度。申请入学时领取的学校选择表请在其提交期限（2018年10月1日（星期一）～31日（星期三）（星期六、星期日、节假日除外））内提交至学校运营课。但有的学校可能会出现需要抽选等情况。

※ 关于小学的“学校选择制度”，从2018年4月新入学起已“废止”。因特别理由无法就读上学区域的学校时，可适用“指定校变更制度”。详情请咨询学校运营课。

希望观看学校情况的人，可在各校设定的公开日去观看。小学公开日由各学校决定，初中为9月下旬至10月下旬。详细日程等请咨询各学校。

【咨询】教育委员会事務局学校运营课（区政府第一分庁舎4楼） 电话：03-5273-3089 ※ 日语受理



距离东京2020奥运会。

残奥会开幕还有2年！

和家人和朋友开始健康运动生活

奥运会预定进行33个大项的角逐，残奥会预定进行22个大项的角逐。大家除了现场观赛享受乐趣外，不妨借此机会开展体育运动！

新宿区设有可开展各类运动的设施，并在各地举办有体育活动及开设讲座。详情请浏览主页。

http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/goraku/goraku_2/



重新发现 新宿的魅力

— 第6期 —

大家都喜爱的儿童游泳池

新宿中央公园 (西新宿2-11)

期间(儿童游泳池):

7月中旬~9月上旬 11:00~16:00

※雨天时中止

以小朋友为对象,可在水深到膝盖为止的宽阔水池中嬉戏玩耍。



通知!

儿童广场的游乐设施已更新。大型的滑梯魄力十足。

夏季也十分凉爽的水边景点

马上就要入夏了!水中嬉戏的快乐季节即将到来。

本次将介绍孩子们可以自由玩耍的绿化与川水景点。新宿区有许多去了就非常凉爽的地点,如平时无法进入的神田川和孩子们非常喜欢的游泳池等,可供人们出行参考。



进入神田川观察生物

神田川亲水露台 (高田马场2-18 户塚地区中心旁)

期间:7月中旬~8月中旬

10:00~15:00

携带物品:雨靴或不怕脏的鞋子,不可光脚或穿沙滩鞋。

可以在平时无法进入的“亲水露台”嬉戏玩耍,或许还可以观察“虾”、“泥鳅”等生物。



只能通过阶梯进出亲水露台。

从石柱中冒出的雾状水

南元町公园 (南元町20)



期间(出雾):

4月下旬~10月下旬

清澈的水流在定点时刻从石柱中产生雾气,供游客观赏。

享受喷水的戏水乐趣!

白银公园 (白银町3)



期间(出喷水):

7月上旬~9月中旬

10:00~16:00

从柱子上喷水的戏水场非常受孩子们欢迎。

请注意及时补充水分,小心注意中暑和溺水事故。做好防暑对策,享受夏天公园的乐趣。

“新宿新闻”采用了再生纸。