



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



▲以日语、英语、中文、韩语发布新宿区的信息！

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



什么是演讲之音？

本次迎来第28届的“演讲之音”于6月15日举办。在新宿区内居住、学习、工作的外国人使用日语将平时的感受、将来的梦想通过演讲比赛的形式进行发表。



Amarjargal Jargalma

本次成功获得优胜的是来自蒙古的 Amarjargal Jargalma 小姐。演讲题目为“我不会逃避”，对于“环境污染”和“生物科技”等相关内容，以流畅的日语阐述了自己应如何做的积极梦想。本期对她采访了日语的学习方法。

Q 您是如何学习日语的？

A 我预习了教科书的内容。然后1年前开始听NHK的新闻广播。

Q 有日本人朋友吗？

A 我参加了歌留多纸牌竞技小组。大家都喜欢纸牌，关系很好，也会成为朋友。

Q 有无快乐学习日语的窍门？请给学习日语的人一点建议。

A 重点在于向自己身边的日本人进行对话。不过听闻日本人比较腼腆，不会主动和你谈话。我体会到的是与年龄相近的人和拥有同样爱好的人找出相似的部分进行对话。例如我喜欢歌手爱缪，以此为契机与日本人交谈后就能增强谈话能力和词汇量。



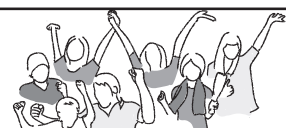
感谢 Amarjargal Jargalma 的发言。

获奖者的演讲可浏览此处 (<https://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=12104>) 观看。

日语演讲比赛“演讲之音”在2020年将继续举办。欢迎大家参加。



新宿 2020 支援者 大募集



新宿 2020 支援者为新宿区独自の志愿者制度。为了提高东京 2020 奥运会的活力，为举办赛事的运营辅助进行活动。

对象 符合以下所有条件的人

在区内居住、工作、学习或所属于在区内活动团体 / 初中生以上 (19 岁以前需要监护人同意) / 可用日语简单会话

活动内容例

- 东京奥运主题曲讲习会的协助
- 12月1日举办的残奥会倒计时250天活动协助



东京奥运主题曲

关于志愿者制度的咨询

东京奥运会、残奥会举办担当课
(新宿区政府第1分厅舍7楼)
电话：03-5273-4220 传真：03-5273-3931

登记受理事务局

新宿未来创造财团地区交流课
请将规定的申请书通过邮寄、传真、电子邮件方式发送至新宿未来创造财团地区交流课。
※申请书在东京奥运会、残奥会举办担当课、特别办事处等发放，还可从该财团的主页上下载。

新宿未来创造财团地区交流课
邮政编码
169-0072 大久保 3-1-2
新宿区密着中心内
电话：03-3232-5121
传真：03-3209-1833

【URL】
<https://www.regasu-shinjuku.or.jp>
【邮箱地址】
shinjukusapo@regasu-shinjuku.or.jp



实施流感预防接种

(2019年10月1日~2020年1月31日)

接受流感预防接种后，具有预防感染、减轻症状的效果。请携带新宿区寄送的预诊票，前往区指定的医疗机构接种。没有预诊票的人请向保健预防课咨询。另外，寄达家中的资料无法理解时，请前往外国人咨询窗口（本厅舍1楼）。

	儿童流感	普通流感	高龄者流感
对象	在区内居住，截至2019年10月1日属于1岁~12的儿童 ※ 出生后6个月~11个月希望接种的儿童敬请咨询。	在区内居住，截至2019年10月1日年满13岁~64岁，接受生活保护的家庭人士 ※ 需要事先申请。	在区内居住，接种日时为①年满65岁以上的人士、②60岁~64岁，心脏、肾脏、呼吸器官、免疫功能存在重度残疾（身体残疾者手册1级程度），希望接种的人士
接种次数	2次	1次	1次
自己	1次1,700日元 ※ 接受生活保护的家庭人士等免费。	免费	2,500日元 ※ 年满75岁的人士和接受生活保护的家庭人士等免费。

【咨询】保健预防课预防系（第二分厅舍分馆1楼） 电话：03-5273-3859 ※ 日语受理。

新宿多文化交流广场 外国人咨询角



广场的地点、地图、开馆时间、休馆日、咨询处请浏览此处

中文（星期二、星期四）

电话会有长时间的咨询。
此类咨询将花时间耐心听取谈话内容。



中文咨询员

缅甸语（星期四）

健康保险、学校相关的咨询较多，有困难时可提供帮助，欢迎前来。



缅甸语咨询员

●受理日・语言 10:00~17:00 (12:00~13:00 除外)

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
韩语 (仅限下午)	中文 泰语 尼泊尔语	英语 ※ 星期三（第2、第4）除外	中文 缅甸语	韩语 英语 (仅限第3个星期五)

※ 咨询内容将保守秘密，敬请放心利用。 ※ 除了前来广场咨询外，也可电话咨询。
※ 咨询例：升学、儿童教育、健康保险、税金等

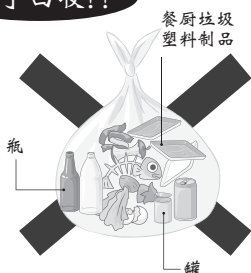
解决生活中“困扰”“不明白原因”的事项！

Vol.1 垃圾的分类

您在日常生活中有困扰或疑问的事项？
本栏目将每次决定主题，解决“困扰”“不明白原因”的问题。
第1期为垃圾分类篇。

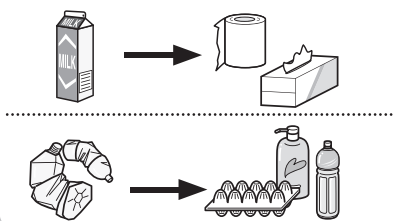
新宿区在丢弃垃圾时，存在易燃垃圾、金属、陶瓷、玻璃垃圾、废旧纸张、PET塑料瓶、罐等分类“规则”。遵守该规则尽可能地循环利用资源非常重要。

不予回收!!



未分类放入一个袋子内丢弃时将不予回收!!

分类后将分别诞生出新的物品。



资源垃圾

(废旧纸张、瓶、罐等)



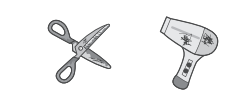
易燃垃圾

(餐厨垃圾、塑料制品等)



金属、陶瓷、玻璃垃圾

(小家电用品、餐具等)



详细的分类方法请浏览此处
(可用日语、英语、中文、韩语、他加禄语、泰语、越南语、尼泊尔语、缅甸语、法语、阿拉伯语浏览“资源和垃圾的分类方法/丢弃方法”介绍)



https://www.city.shinjuku.lg.jp/seikatsu/file09_02_00001.html

分类时的注意点

- 瓶和罐在内部剩余有食物或饮料扔出时无法再生利用。请用水清洗去掉污垢后扔出。
- 严重脏污的废旧纸张、塑料容器包装请作为易燃垃圾扔出。

请勿购买多余的食物和物品，以此减少垃圾量非常重要!





NPO 法人 PLACE 东京 直面 HIV，致力于建设共生社会

近年来 HIV 受到的关注有所减少。尽管随着医学的进步，预防艾滋病发生已变得可能，但根深蒂固的偏见、不关注仍旧阻碍了治疗、早期发现。“NPO 法人 PLACE 东京”为困扰于 HIV 的人们提供支援，本期对法人代表生岛嗣先生就 HIV 的面对方式进行了采访。



NPO 事务局的各位员工

PLACE 东京的一项活动是通过电话或面谈提供咨询服务，有不同国籍的众多人士前来咨询。

“现在还有很多人认为 HIV= 死亡，但这是一个重大误解。因艾滋病导致的死亡率已大幅减少，人们已有办法让艾滋病人的生存时间与健康人基本相同。外国人会问 HIV 阳性者会否被命令离境，或是在签证上产生不利影响，当然这些也是误解。不会收到离境的命令，不论国籍均可享受平等的医疗服务。”

生岛先生表示，治疗技术已获得进步，尽早开始治疗对于长寿、健康的生活非常重要。

“发现 HIV 后在早期开始治疗，可实现与健康人无异的生活。女性 HIV 阳性者同样可生出健

康的宝宝。问题在于诊断为 HIV 阳性的人中约30%出现艾滋病症状。延误诊断出现艾滋病症后，可能会患上各种疾病，导致死亡。”

保健所和检查机构可匿名进行检查、咨询，但害怕社会偏见和歧视，回避检查，在身体出现问题后才发现或放任不管的例子绝不罕见。

生岛先生谈到：“虽然面对疾病令人害怕，但还是请鼓起勇气直面疾病。不检查则无法获得先进的治疗。接受检查是面对疾病的第一步”。

PLACE 东京的活动致力于打造“与 HIV/ 艾滋病共存的人们能够保持平常心生活”的社会，今后将进一步关注其活动。



法人代表 生岛 嗣 先生

1958年生于神奈川县。1994年参加了 PLACE 东京的成立活动。2012年担任法人代表。持续为 HIV 阳性者和身边的人们提供支援。



NPO 法人
PLACE 东京
<https://ptokyo.org>

HIV 和艾滋病 艾滋病是感染了名为 HIV 的病毒后引发的疾病。

可免费、匿名接受 HIV 的检查和咨询

新宿区保健所可免费、匿名接受 HIV 的检查和咨询。有关咨询人和咨询内容将严格保密，检查结果直接通知本人。如有不安的事项，请先通过电话咨询。

电话：03-3369-7110

【受理语言】 英语、西班牙语、
葡萄牙语、泰语

【受理日期】 每周星期四
(节假日除外) 13:00 ~ 17:00

※ 泰语每月 2 次 (仅在 HIV 检查日实施)

检查



【检查内容】 HIV、STI (梅毒、衣原体、乙肝病毒)

【受理语言】 英语、西班牙语、葡萄牙语、泰语

【实施日】 原则上每月 2 次 星期四

【受理时间】 13:30 ~ 15:00 (※ 以先到 25 名为准)

【实施会场】 新宿区保健所体检会场

(新宿区西新宿 7-5-8、新宿都税事务所 1 楼)

【咨询】 保健预防课预防系

电话：03-5273-3859 ※ 日语受理



详情请浏览此处

http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/kenko/kenko_10/



重新发现 新宿的魅力

— 第 8 期 —

新宿区立 漱石山房纪念馆



文学粉丝必看的景点

在夏目漱石去世前的 9 年间度过的“漱石山房”遗址地开设了纪念馆。再现了书斋、客厅、阳台式回廊等结构，并通过常规展览和活动展现漱石的作品和文学世界的魅力。



CAFE SOSEKI

提供饮料和特色甜品。

夏目漱石

夏目漱石是诞生于明治・大正时代新宿区的文豪，出道作品为《我是猫》。之后还创作了《少爷 / 哥儿》《三四郎》《门》《心》等众多名作。

再现书斋

※在神奈川近代文学馆及东北大学附属图书馆的协助下再现了书斋。

语音向导 (免费)

有需要的人士请告知前台。

语言：日语、英语、中文、韩语

致希望阅读外语的人士

在任何人均可使用的图书馆内可阅读外语版书籍。详情请浏览此处。

http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/goraku/goraku_70/



参观费

(常规展) 普通 300 日元、小学生・初中生 100 日元 (举办特别展时有变动)

※20 人以上团体时，普通 150 日元、小学生・初中生 50 日元

开馆时间

10:00 ~ 18:00 (入馆 17:30 截止)

休馆日

①星期一 (休息日时为下一个非休息日的日期) ②年末年初 (12 月 29 日~1 月 3 日) ③临时休馆日

所在地 新宿区早稻田南町 7 番地

交通 从东京地铁东西线早稻田站步行 10 分钟

从都营大江户线牛込柳町站东口步行 15 分钟

都营巴士 (白 61) 从牛込保健中心步行 2 分钟

咨询

电话：03-3205-0209 ※ 日语受理

URL: <https://soseki-museum.jp/>



◀ 主页 HP 请浏览此处 (日语・英语)

周边城区步行地图

欢迎漫步与夏目漱石有关的景点!

- ① 夏目漱石 诞生地
- ② 夏目坂：从马场底部向东南攀升的上坡，由漱石父亲取名
- ③ 早稻田大学 (原为东京专门学校)：1892 年至 1895 年担任讲师
- ④ 穴八幡宫：漱石的妻子为祈祷漱石的暴躁易怒症而参拜的神社
- ⑤ 漱石山房纪念馆
- ⑥ 神田川 (原为江户川)：在《彼岸过后》描绘了神田川沿岸的风景。
- ⑦ 从英国回国后居住的家
- ⑧ 地藏坂 (原为墓店)：曾有喜欢落语相声的漱石常去的戏场子
- ⑨ 相马屋：漱石光顾过的文具店
- ⑩ 神乐坂：在《少爷 / 哥儿》《彼岸过后》等多个作品中有描写
- ⑪ 东京理科大学 (原为东京物理学校)：《少爷 / 哥儿》主人公的母校

