

Help

にほんご

日本語・汉语 (English・Español・Português)

有助于在埼玉县安居乐业的5国语言信息刊物

さいたまけん す やくだ げんご じゅうほう
埼玉県に住むために役立つ5言語による情報

◆第65期◆ 2013年1月-2月

はっこう さいだんほうじん さいたまけんこくさいこうりゅうきょうかい
発行：財団法人 埼玉県国際交流協会
はっこうび ねん がつなのか
発行日：2013年1月7日



◆ 主な内容 ◆

- [P.1] 日本の冬を快適に過ごすための工夫
- [P.2] 1・2月の 暦・行事や習慣あれこれ
- [P.3] 「外国人総合相談センター」への相談から Q.35) 労災保険について
- [P.4] 耳より情報、新シリーズ「季節の健康対策」(1)「乾燥」



ねん みどし
2013年は巳年(へび)

◆ 主要内容 ◆

- 【第一页】防寒保暖小技巧，帮你轻松度过寒冬
- 【第二页】一、二月份日历，民间传统节日・习俗介绍
- 【第三页】来自综合咨询中心的咨询问题35) 劳灾保险
- 【第四页】有价值的信息 新系列 “季节保健对策” (1) “谨防冬季干燥”

あけまして おめでとうございます！
ねん せかいじゅう ひとびと
2013年が、世界中の人々にとって
へいわ よ とし
平和で良い年でありますように！

恭贺新禧
祝愿 世界人民在二〇一三年中
和平・幸福・美好！

にほん ふゆ かいてき す くふう ～日本の冬を快適に過ごすための工夫～

皆さん、お元気で新年を迎えられましたか。1, 2月は、日本では最も寒い季節です。これから、ますます寒さがきびしくなると思われます。皆さんは、日本の冬を快適に過ごすために、服装や暖房などで何か工夫をしていることはありますか。いくつかさいきん けいこう いっぱんてき くふう れい あ 最近の傾向や一般的な工夫の例を挙げてみました。

【服装について】：■薄手の「暖かい肌着」や「フリース」、ダウンジャケット/コートなど、軽くて薄くて暖かい衣類が人気。

■マフラー、スカーフ、ストールなどで首を温めると、洋服1枚分 暖かい。巻き方の工夫や着脱などで温度調節も可能で便利、おしゃれも楽しめる。■手袋も防寒効果が大さい。手がしもやけにならないよう活用している女性が多い。様々な素材やデザインのものが楽しめる。■女性は、防寒とおしゃれを兼ねて、ブーツをはく人が多い。

■耳あてのついたおしゃれなニット帽なども売られている。■電車やデパートなどの中は暖房が効いているので、厚着をし過ぎていると気分が悪くなる時もある。簡単に脱げる対策も必要。

【暖房について】：日本の家は、たいてい全館暖房ではないので、こたつや小型の省エネ・ヒーター、ホットカーペット、湯たんぽなど、特に足もとを温める暖房器具が工夫されている。使い捨てカイロの種類も多いので、うまく活用すると便利。

～防寒保暖小技巧，帮你轻松度过寒冬～

各位朋友，新年过得好吗？日本的一、二月份是一年中寒冷的季节，因此以后两个月的气温将更低。为能轻松度过寒冬，大家是否在穿衣或取暖上下过功夫呢？本期向大家介绍几个最近具有代表性的和一般常见的保暖小技巧。

【穿衣方面】：

■薄型的“保暖内衣”、“摇粒绒”、“羽绒服、夹克衫、大衣”等衣服轻便温暖很受欢迎。■用围巾、丝巾、披肩



来保暖好脖子好似多穿一件衣服。围巾易脱易戴又能调节温度，若在戴法上翻花样还可享受时尚。■手套也保暖性很强的防寒用品。为了不让手生冻疮，是许多女士们的首选。各种手套材质和新款款式让人眼花缭乱。■靴子兼防寒和时尚于一身，近年倍受青睐。■带耳罩的绒线帽也是冬季的畅销商品。■此外电车或百货公司里暖气足温度高，如果穿太厚又不方便脱的衣服，会热得难以忍受。所以容易脱卸的衣服也很重要。

【取暖方面】：

日本家庭的暖气大多不是系统供暖式的，所以炬燵（带有取暖器的小桌）、节能暖炉、电热毯、热水袋，尤其是暖足器等小型取暖器被不断地改进。一次性发热衣贴宝也品种繁多，如能用得恰当好处会很方便。



