



An Information Magazine for the International Community in Kochi
中国語生活情報冊子「土佐 Wave (中国語版)」2026年2月号 (Vol.42) 発行: (公財)高知県国際交流協会

TosaWave迎来创刊20周年。2005年, 高知县的外国居民仅为3,727人, 而如今已有来自78个国家的6,996名外国人在高知生活。本期内容将回顾TosaWave发行20年以来的历程, 并探讨目前在高知生活的外籍儿童所获得的支援情况、各地区的日语教室与日语沙龙, 以及高知的清真食品等话题。KIA 将为在高知县生活的广大外国朋友, 提供安心、便捷的生活信息。

数据来源: 出入国管理厅在留外国人统计
(截至2025年6月底)

**TosaWave今年
迎来创刊20周年!**
**TosaWaveは今年
20周年を迎えました!**

TosaWaveは、初めて発行してから20周年を迎えます。2005年、高知県の在住外国人は3,727人でした。現在は、78カ国6,996人*が高知で生活しています。今回は、20年前の高知と今を比べながら、高知の現状の中でも、帰国した・外国にルーツをもつ子どもたちへの支援のこと、地域にある日本語教室・日本語サロンのこと、高知のハラーレ事情のことを取材しました。KIA では、みなさんが高知で安心・安全に生活してもらえるような情報をお届けします。

*出典: 出入国管理厅在留外国人統計 (2025年6月末)

高知市教育研究所的努力
高知県国際交流員 Bui Khanh Linh (来自越南)

这次听了“高知市教育研究所”的介绍, 该机构意在帮助拥有海外背景的、从海外回到日本的孩子们。许多孩子们在来日本或高知之前, 几乎没有机会接触日语学习、日本文化习惯, 所以会因语言文化差异有所困扰。为了让这样的孩子们能安心生活, 高知市教育研究所与市内的学校一起进行支援行动。



【A-1】高知市教育研究所の日语教室
高知市教育研究所の日本語教室

高知市教育研究所の取組み
高知県国際交流員 ブイ カイン リン (ベトナム出身)

今回は、海外から日本に帰国した、外国にルーツをもつ子どもたちの支援をしている〈高知市教育研究所〉で話を聞きました。子どもたちの多くは、日本や高知に来るまでに、日本語の勉強や文化・習慣に触れる機会がほとんどなく、言葉や文化のちがいに困ることがあります。そうした子どもたちが、安心して過ごせるために、市内の学校といっしょに支援を行っています。

~都有哪些支援行动呢?~

- 在高知市的中小学入学、换班、转学时, 根据家长的要求, 接受有关日语教学支援的咨询。
- 日语教学支援过程中, 在儿童、学生上学的学校里帮助他们学习初级日语 (寒暄用语、平假名、片假名等)。
- 也可在教育研究所的“日语教室”学习日语, 也有人拿着学校的作业过来。

教育研究所帮助不同国家或地区的孩子们, 尤其小学生居多。

听说每周三下午3:00~6:00会举办“日语教室”, 一起学习日语、做作业等等。

~どんな支援がありますか?~

- 高知市的小学校・中学校に入学・編入・転入する時、保護者の希望により、日本語指導の支援について相談を受け付けています。
- 日本語指導の支援では、児童・生徒が通っている学校で、初期の(あいさつ、ひらがな、カタカナなど)日本語の学習を支援します。
- 「日本語教室」では、教育研究所で日本語の学習をします。学校の宿題を持ってくる人もいます。

様々な国や地域の子どもたちへの支援をされていて、特に小学生が多いようです。
毎週水曜日の午後3時~6時に「日本語教室」を開催し、日本語を勉強したり、宿題をいっしょに考えたりしているそうです。子どもたちの生活習慣や文化背景は、一人ひとり異なるため、

每个孩子的生活习惯、文化背景都有所不同，需要的帮助也不同。教育研究所因材施教，帮助培养孩子们对日语的兴趣。接受支援行动的孩子们每年还有1次和其家人的快乐交流时间。

在日语教学中，高知市教育研究所注重激发孩子们的“创造力”与“应用能力”，培养他们的独立思考能力。随着学习的深入，孩子们更加自信了，在发言与行动上也更积极了，注意力也更集中了。

而且，听说和家长交谈过程中，有时也会谈到学习能力、未来规划、生活、同一个班级的朋友等话题。日语对话比较困难的情况下，会通过翻译app、简单的日语、照片或画、手势等进行交流，真令人安心呢。

○高知市教育研究所

地址：〒781-8010 高知市桟橋通2丁目1-50 Aspar Kochi

（高知市青年中心）

电话：088-832-4498

※对象为高知市的中小学生。

※如果需要初级日语（寒暄用语、平假名、片假名等）帮助的话，请向学校的老师咨询高知市教育研究所。



【A-2】日语教室的老师

日本语教室的先生

必要な支援の内容もちがいます。それに合った方法を工夫しながら、日本語に興味を持てるようしているそうです。年1回は、支援を受けている子どもたちとその家族で、楽しく交流する時間もあります。

日本語指導では、子どもたちの「発想力」や「応用力」を引き出し、自分で考える力を育てることを大切にしており、学習が進むにつれて自信がつき、積極的な発言や行動が見られ、活動に集中して取り組めるようになります。また、保護者と話している中で、学力や進路、生活、学級での友人関係の話題が出てくることもあるそうです。日本語での会話が難しい場合は、翻訳アプリや通訳、やさしい日本語、写真や絵、ジェスチャーなどを使って話ができるので安心ですね。

○高知市教育研究所

場所：〒781-8010 高知市桟橋通2丁目1-50 アスパルこうち
電話：088-832-4498
※高知市的小・中学生が対象です。
※初期の日本語（あいさつ、ひらがな、カタカナなど）の支援が必要な場合は、学校の先生に、高知市教育研究所について相談してください。

高知县各地区的日语教室和日语沙龙的介绍

高知县国际交流员 James Banbridge (英国)

大家知道高知县各地区的日语教室吗？日语教室不仅是学习日语的地方，也是一个愉快交流的场所。这次，就让我们采访尾崎女士（高知县日语教育总策划），听听她的详细介绍吧。

Q1. 请您介绍一下高知县外籍人士的情况。

根据相关统计，截止2025年6月底，居住在高知县的外籍人士有6996人。从2012年的3380人到现在，外籍人士的数量增加了约两倍。对于少子高龄化的高知来说，外国人材是很重要的存在。

Q2. 日语零基础的外国人该如何学习日语呢？

首先，从结交日本人朋友开始吧。结交朋友的场所不仅是职场，兴趣活动教室等也是结交朋友的好地方。然后就是多看感兴趣的日语节目和动画，学习日语语法和表达，提高对话理解能力。要有意识地安排时间接触日语。就算每天只有一点点时间，也要坚持使用，这样才是提升最



【B-1】左:James、右:尾崎

写真左：ジェームズさん、写真右：尾崎さん

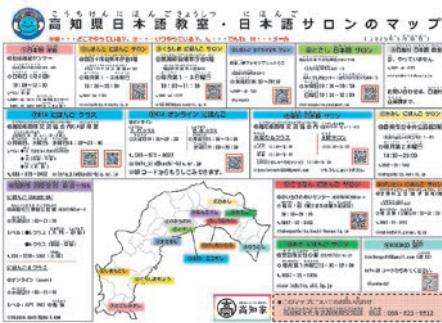
Q2. 日本語が話せない外国人は、どうやって日本語を学べばいいですか？

まず、日本人の友達や仲間を作つてみましょう。職場だけでなく、趣味の教室やサークルなどもおすすめです。次に、興味のあるテレビ番組やネット動画を見て、日本語の語彙や表現を増やして、文章全体の理解力を高めましょう。そして大切なのは、日本語に触れる時間を意識的に作ることです。毎日少しでも日本語に触れて、使い続ける

快的方式。

Q3. 高知有日语教室吗？

有的。高知县内有15个免费的日语教室。除此之外，高知县还开设了线上日语“E-learning”课程（2025年6月2日～12月1日）。大家也可以线上学习日语。



【B-2】高知县日语教室·日语沙龙分布图

高知県日本語教室・日本語サロンのマップ

Q4. 日语教室是怎样的地方呢？

简而言之，日语教室是当地外国人与日本人一起参加各种活动的场所。这里不仅可以学习日语，还能了解地区的防灾知识，一同庆祝各种节日。

Q5. 请对正在学日语的人说几句话鼓励一下。

学会日语，能让我们的世界变得更加广阔。如今，学习日语的途径有很多，最重要的是找到适合自己的、快乐的学习方法。



【B-3】来线上日语教室E-learning学习日语吧！

e-ラーニングで日本語を学ぼう！

高知的生活Q & A “清真食品二三事2025”

高知市国际交流员 Fajar Fathu Rahman (来自印尼)

高知的生活Q & A 「ハラール食事情2025」

高知市国际交流员 ファジャル ファチュ ラフマン (インドネシア出身)

问 所谓的清真食品是？

答 你知道清真食品吗？高知县内居住着1250*名印尼人。八成以上的印尼人都是伊斯兰教徒，即“穆斯林”。根据伊斯兰教规，能吃的东西为“清真”(halal)，使用酒或猪肉的不能吃的东西为“禁忌”(haram)。如果穆斯林不小心弄错了禁忌食品，他们会非常伤心，因此他们百般小心。我们就高知的清真食品对居住在高知的印尼人进行了问卷调查，有27人参与了调查。

*出处：出入国管理厅外国人在留统计
(2025年6月底)

Q ハラール食ってなんですか？

A ハラール食のこと、知っていますか？高知県には1,250人*のインドネシア人が住んでいます。インドネシア人の8割以上はイスラム教徒、つまり【ムスリム】です。イスラムのルールで食べていいものは【ハラール】と言い、酒や豚肉を使ったものは食べてはいけないので【ハラーム】といいます。ムスリムの人が、間違ってハラームを食べてしまうと、悲しい気持ちになりますから、とても気をつけています。高知のハラール食について、高知に住むインドネシア人にアンケートを取りました。27人が答えてくれました。

*出典：出入国管理厅在留外国人统计 (2025年6月末)

问卷结果

通过问卷调查，我们了解到清真食品很难找。63%的答题者认为“清真食品有点难找或非常难找”，几乎没有认为“清真食品非常好找”（参考图1）。96%的答题者“希望增加高知县的清真食品信息，让购买更

アンケートから分かったこと

アンケートから、ハラール食品を見つけることが大変だ、ということが分かりました。アンケートに答えた63%が、「ハラール食品を見つけるのが少し難しい、またはとても難しい」と答えました。「とても簡単」と答えた人は、ほとんどいませんでした。96%の人は、「高知県でハラール食品の情報をもっと増やして、

ことが上達への近道です。

Q3. 高知に日本語教室はありますか？

はい。無料で参加できる日本語教室が15カ所あります。また、高知県が実施している「eラーニングコース」もあります(2025年6月2日～12月1日)。オンラインで日本語を勉強することもできますよ。

Q4. 日本語教室は、どんな場所ですか？

地域に住んでいる外国人と日本人が集まって、いろいろな活動をする場所です。日本語を勉強するだけではなく、地域の防災を学ぶこと、季節の行事を楽しむことなどもできます。

Q5. 日本語を勉強する人にメッセージをお願いします。

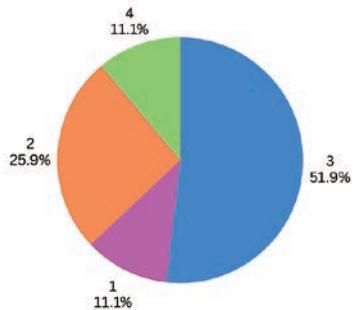
日本語が分かれば、日本での世界が広がります。今の時代には様々な勉強方法があります。大切なのは、自分のペースで楽しく学ぶことです！

加方便”（参考图2）。在亚洲食品店或穆斯林食品店购买的人似乎最多，也有人自己做或网上买。

もっと買いやしくしてほしい」と強く思っています。（図1・図2参考）アジアの食べ物を売っている店や、ムスリムの食べ物を売っている店で買う人が一番多いようです。自分で料理する人、インターネットで買う人もいます。

高知でハラール食を見つけるのはどのくらい簡単ですか？

（1はとても簡単、2は簡単、3は難しい、4はとても難しい）



【C-1】【图1】在高知找到清真食品的难易度如何？

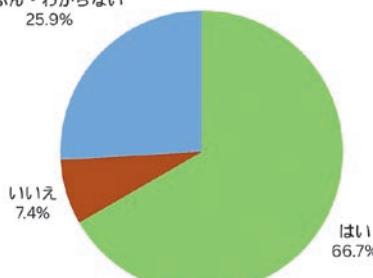
（1非常好找、2好找、3难找、4非常难找）

【图1】高知でハラール食を見つけるのはどのくらい簡単ですか？
（1はとても簡単、2は簡単、3は難しい、4はとても難しい）

遗憾的是，66.7%的答题者有过“不小心吃了禁忌食品”的经历（参考图3）。清真食品难找或吃不到清真食品的理由有：价格贵；店铺远，不方便；清真的肉或材料较少；看不懂（汉字的）食品说明；担心是不是真的清真食品。有答题者提出意见，“要是价格便宜点就好了”，“如果能更容易地判断是不是清真的就好了”，“为了让居住在高知县内的穆斯林更安心、更快乐地生活，希望大家多了解清真食品一点”。

間違ってハラールではない食品を食べてしまったことがありますか？

たぶん・わからない 25.9%



【C-3】【图3】您有不小心弄错吃了非清真食品的经历吗？

（有66.7%、没有7.4%、可能有或不知道25.9%）

【图3】間違ってハラールではない食品を食べてしまったことがありますか？
（はい66.7%、いいえ7.4%、たぶん・わからない25.9%）

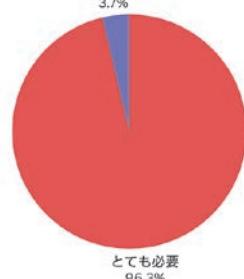
写在最后

如果高知的餐厅、店铺能吃到清真食品，不仅能增加穆斯林客人，对文化习惯不同的人来说，高知县会是一个很宜居的地方。我期盼着有更多店铺可以入手清真食品，这样穆斯林们可以更放心地享受更多美味食品。

20年前（2005年），居住在高知的印尼人为320人，现在是当时的4倍。让我们以建设让穆斯林文化圈的人安心、放心、宜居的高知县为目标，先多了解一些穆斯林的知识吧。

あなたにとって高知でハラールに関しての情報提供の向上が必要だと思いますか？

すこし必要 3.7%



【C-2】【图2】您认为是否有必要加强对高知清真食品的相关信息共享呢？

（非常有必要96.3%、稍微有必要3.7%）

【图2】あなたにとって高知でハラールに関しての情報提供の向上が必要だと思いますか？（とても必要96.3%、すこし必要3.7%）

残念なことに、66.7%の人が、「うっかりハラールではない食べ物を食べてしまったことがある」と答えました。（図3参考）ハラール食を見つけたり、食べたりするのが難しい理由には、●

値段が高い、●店が遠くて行くのが大変、●ハラールの肉や材料が少ない、●食べ物の説明（漢字）が読めない、●本当にハラールかどうか心配になる、これらが挙げられます。「もっと値段が安くなると嬉しい」「ハラールかどうか、もっと分かりやすくなるといい」「高知県に住むムスリムの人が安心して、楽しく暮らせるように、ハラールをもっと知ってくれるといい」という意見がありました。

最后に

高知のレストランや店がハラール食を出せるようになると、ムスリムのお客さんが増えるだけでなく、色々な文化・習慣の人にとって、高知県が住みやすい場所になると思います。ハラール食品が手に入る場所がもっと増えて、ムスリムの人が安心して美味しいものを食べられるようになることを願っています。

20年前（2005年）は、高知に住むインドネシア人は、320人でした。現在は、約4倍になっていることが分かります。ムスリム文化圏の人々にとっても、安心・安全に住みやすい高知県を目指すために、まずはムスリムのことを知ってもらえると嬉しいです。