

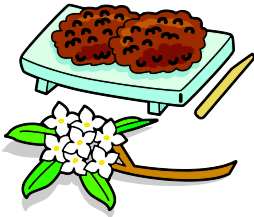


**【来自厚生劳动省的消息】 为了加深对遗华日本人理解的论坛会**

こうせいろうどうしょう **【厚生労働省からのお知らせ】** ちゅうごくざんりゅうほうじんとう **中国残留邦人等への理解を深めるシンポジウム** りかい ふか しんぽじうあ

于平成 23 年 11 月 5 日（星期六），在广岛市中区的广岛县民文化中心，由厚生劳动省举办了“为了加深对遗华日本人理解的论坛会”，当天在毛毛细雨中，约有 450 名前来参加。

首先，由“剧团道化”演出了以遗华日本人回国定居后的生活为题材的话剧《吉林食堂～おはぎの美味しい中華料理店～》。



(接下页)

へいせい 23 年 11 月 5 日(土)、広島市中区にある広島県民文化センターにおいて、「中国残留邦人等への理解を深めるシンポジウム」が行われました。当日は小雨が降るなか、約 450 人もの方々が集まりました。

シンポジウム前半は、劇団道化による、中国残留邦人の帰国後の暮らしを題材にした演劇「吉林食堂～おはぎの美味しい中華料理店～」の舞台公演がありました。(次頁に続く)

**目 录**

1~2	【来自厚生劳动省的消息】 为了加深对遗华日本人理解的论坛会 致已回国定居的遗华日本人及遗孀太日本人
3	【公益財団法人中国残留孤儿援护基金】 有关“家庭助理员育成以及取得有关护理资格的援助事业”的通知
4~5	《征稿》我的家乡
6~9	思考如何活用护理保险①
10~11	考取一个资格⑩ “护理管理人员(护理支援专门人员)”
12	新闻摘要(2011年9月21日~12月20日)
13~15	信息技术用语③博客
16~19	喝杯咖啡休息一会儿⑤ “ご返事? お返事?(答复)”
19	各地为中国归国者开辟的墓地一览
21~23	健康商谈室 认知症的基础知识⑦
24	编后记
24	订正

**目 次**

【厚生労働省からのお知らせ】 中国残留邦人等への理解を深めるシンポジウム 永住帰国した中国残留邦人、樺太残留邦人のみなさまへ
【公益財団法人中国残留孤儿援護基金】 「ホームヘルパー養成および介護関連資格取得援助事業」のお知らせ
《投稿》私の故郷
介護保険の上手な活用法を考える①
資格を取ろう⑩
「ケアマネージャー(介護支援専門員)」 ニュース記事から(2011年9月21日~12月20日)
IT用語③ブログ
コーヒーブレイク⑤
“ご返事? お返事?”
各地の中国帰国者のための墓地一覧
健康相談室 認知症の基礎知識⑦
編集後記
訂正

(接前页) 此后, 由从事新闻报道的记者大谷昭宏先生主持了与中国归国者的公开讨论会, 与此同时, 还由中国归国者演出了舞蹈、太极拳及大合唱等的精彩节目。

## 致已回国定居的 遗华日本人及遗粹太日本人

对凡符合以下法定条件的60周岁以上的遗华日本人及遗粹太日本人, 执行支付满额的老龄基础年金的制度。



要领取满额的老龄

基础年金, 必须办理申请手续, 受理申请的期限为: 自符合法定条件日起算, 5年为限, 在开始执行此制度的平成20(2008)年1月1日即已符合法定条件者的申请截止日期为: 平成24(2012)年12月31日, 尚未提交申请者, 请与本厚生劳动省联系。

咨询电话:

03-5253-1111 (分机 3468)

03-3595-2456 (专线)

厚生劳动省网址:

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/engo/dl/zanryukoji12-01.pdf>

●符合以下所有法定条件的遗华日本人及遗粹太日本人均均为对象。

1. 自明治44(1911)年4月2日至昭和21(1946)年12月31日的出生者。(注)
2. 自回国定居日起, 连续一年以上在日本国内有定居的住址者。
3. 昭和36(1961)年4月1日以后初次回国的定居者。

(注) 在昭和22(1947)年1月1日以后的出生者, 有被批准为对象的可能。

(前頁より) 後半は、ジャーナリストの大谷昭宏さんの司会で、中国帰国者の方々を交えたパネルディスカッションを実施しました。その他、中国帰国者の方々による舞踊、太極拳、コーラスが披露されました。

## 永住帰国した中国残留邦人、

### 樺太残留邦人のみなさまへ

次の要件に当てはまる60歳以上の中国残留邦人や樺太残留邦人の方々に對し、満額の老齡基礎年金を支給する制度があります。

老齡基礎年金を受給するには申請が必要です。申請の受付期間は、要件に当てはまってから5年間です。この制度が始まった平成20(2008)年1月1日時点で要件に当てはまっていた方については、平成24(2012)年12月31日が申請の締め切り日になります。まだ申請がお済みでない方は、厚生労働省までご連絡ください。

【問い合わせ先】03-5253-1111(内線3468)

03-3595-2456(直通)

【厚生労働省ホームページ】

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/engo/dl/zanryukoji12-01.pdf>

●次の全てに当てはまる中国残留邦人、樺太残留邦人の方が対象となります。

1. 明治44(1911)年4月2日から、昭和21(1946)年12月31日までに生まれた方※
2. 永住帰国した日から引き続き1年以上日本国内に住居のある方
3. 昭和36(1961)年4月1日以後に初めて永住帰国した方

※ 昭和22(1947)年1月1日以降に生まれた方でも、対象となる場合があります。

## 公益財団法人中国残留孤儿援護基金 有关“家庭助理员育成以及取得 有关护理资格的援助事业”的通知

(公財)中国残留孤儿援護基金，为帮助在经济上有困难的归国者及其家属实现容易就职及提高专业知识，针对“家庭助理员 1、2 级课程培训讲座及护理福祉士、护理管理人员（护理支援专门人员）”的参训人员及其家属，提供 50% 的学费援助（未满一千日元即舍去，上限是 5 万日元）。此项援助对象包括第一代归国者以及第二代、第三代及其配偶。详细内容请向援護基金事務局咨询。

※申请时，只限于在“接受培训前”或是“接受培训期间”，如果是“培训结束后”的申请，不予援助。

### 咨询机关：

(公財)中国残留孤儿援護基金  
〒105-0001  
東京都港区虎ノ門1-5-8  
オフィス虎ノ門1ビル  
TEL 03-3501-1050  
URL <http://www.engokikin.or.jp/>



## 公益財団法人中国残留孤儿援護基金 「ホームヘルパー養成および介護関連 資格取得援助事業」のお知らせ

(公財)中国残留孤儿援護基金では、経済的に困難な帰国者の自立支援や就業上のキャリアアップ(資格向上)のために、ホームヘルパー 1、2 級課程養成講座および介護福祉士、ケアマネージャー(介護支援専門員)受験対策講座を受講する帰国者とその家族に対して受講料の 5 割(千円未満切り捨て。上限 5 万円)を援助しています。対象は、帰国者一世二世三世とそれぞれの配偶者です。詳細については援護基金事務局までお問い合わせください。

※申請書は「講座の受講前」或いは「受講期間内」に限り受け付けます。「受講終了後」の申請に対しては援助を致しません。

### 問い合わせ先：

(公財)中国残留孤儿援護基金  
〒105-0001  
東京都港区虎ノ門1-5-8  
オフィス虎ノ門1ビル  
TEL 03-3501-1050  
URL <http://www.engokikin.or.jp/>



## 《征稿》

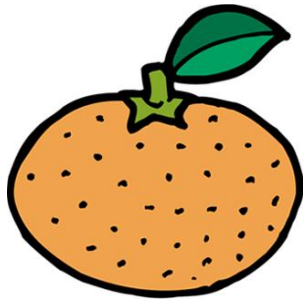
## 我的故乡

我的故乡是浙江省温州市。浙江省位于中国东南部的沿海地带，沿着长江下游南岸注入钱塘江，分为东・西两边。是自古以来就有工商业繁荣昌盛之称。浙江省的省会坐落在杭州市。

温州市位于浙江省南部，瓯江下游的港口城市，是出产茶叶・橘子・轻工业制品的集散地。这里祖祖辈辈靠经商来维持生活。温州人很会做生意，由此，温州市在中国国内也出了名。

另外，虽然温州橘子很出名，在日本也有耳闻“温州橘子”但好像并不是原产地。

顺便说一下，“温州橘子”在日本一个偶然的机会，被命名为是



乎是来自出名的橘子产地中国温州。代表橘子类的一种，所指的是这个，果实是扁球形果皮较薄里面没有核、很好吃。听说在日本关东以南的温暖地带、以及北米、西班牙、韩国、土耳其等国家都在栽培。“早生温州橘子”等的品种很多，可是收割的时期却有所不同。

去年我回到久别的故乡，看到了家乡的变化和发展。以前的矮房子变成高楼大厦，马路

## 《投稿》

わたし ふるさと  
私の故郷

私の故郷は、浙江省温州市です。浙江省は中国南東部の東シナ海に面する省で、長江下流の南を占め、銭塘江によって東西に分かれています。古くから商工業が盛んで、省都は杭州です。温州市は中国浙江省南部の都市で、温州湾に注ぐ瓯江の下流の港町として、茶・蜜柑・軽工業製品の集散地となっています。ここは商人の街で、人々は代々商売で生計を立てています。温州人は商売上手なため、温州市は中国国内でも有名な町になりました。

また、温州市は蜜柑の産地で有名ですが、日本でもよく聞く「温州蜜柑」の原産地というわけではないそうです。ちなみに温州蜜柑は、日本で突然変異して生まれ、蜜柑の産地で有名だった中国の温州にちなんで名づけられたようです。蜜柑類の代表的一品種で、普通蜜柑といえばこれを指します。果実は黄橙色の扁球形、果皮は薄く、通常種子が無く、美味です。日本の関東以南の暖地や、北アメリカ、スペイン、韓国、トルコなどで栽培されているようです。収穫時期が違う早生温州など、品種が多い蜜柑です。

昨年、私は故郷へ帰り、郷里の発展を実感しました。昔の低い家は、現在高層ビルになりました。そして、道が広くなり、昔は自転車とバイクの町でしたが、今は自動車自動車の町になりました。各家庭で車を持つことも普通になりました。どんどん変化して、生まれ育った故郷はまるで異国のよ

变得很宽, 从前满街都是骑自行车和摩托车的人, 可现在变成了满街都是汽车, 各家庭普遍也有了自己的车。这里逐渐地发生变化, 生我养我的故乡好似异国他乡。大家的生活要比以前富有, 又有了繁华的街道, 全然一新的城市诞生了。

几年前家乡工业有了发展, 最近又加快了发展的步骤。举个例子: 钮扣大量生产和皮革制品大量加工, 国际贸易自由投资也越加活跃, 制作的皮革制品和钮扣大量地出口于意大利、法国、美国、日本等国家。在成功的基础上又投资于房地产。他们不但在国内投资而且还在世界各国买土地又买房子, 还去迪拜及日本投资房地产。

温州是一个值的一游的城市, 欢迎四面八方的好友来我的故乡做客。

2011 年 12 月 18 日

MN

(按投稿的原文有一部分有所修改)

うでした。

生活が前より裕福になり、繁華街もあります。全く新しい都市になりました。

何年か前から、故郷では工業が発展し、最近ではそれがスピードアップしています。

例えば、ボタンの大量生産と皮製品的大量加工などが行われています。国際貿易

や自由投資が盛んになったことで、生産した皮製品とボタンをイタリア、フランス、アメリカ、日本などに大量輸出しています。

さらにそれらで成功をおさめると、次は不動産投資を始めました。最近は、国内だけ

ではなく、世界中の土地とマンションを購入できるまでに成長し、例えば、ドバイ

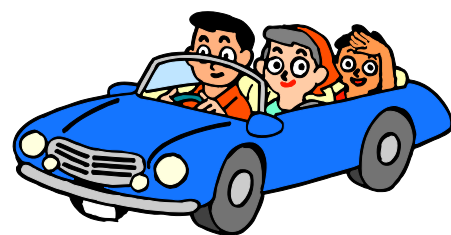
や日本にまで手をのばしているほどです。

温州市はとても魅力的な街になりました。皆さん、機会があったら是非私の故郷の温州市を見に行ってください。

2011 年 12 月 18 日

MN

(投稿の原文をもとに一部修正を加えました。)



## 思考如何活用护理保险①

### 做好走向衰老的思想准备

我们听说把家庭与亲情看得很重的中国传统思想



认为，当双亲需要护理的时候，一般都是由家人或亲戚来进行“家庭护理”的。日本也曾经在过去的很长时间内，均以家人、特别是儿媳或女儿女性为中心护理父母。只有家人承担护理老人任务所带来的结果是，负责护理的人变得十分孤立无助，许多人感到身心疲惫，于是出现了“护理地狱”及“护理抑郁症”等说法。在这样的情况下，展望急速走向高龄化的日本社会，基于不仅仅依靠家人，而是让所有生活在日本的人相互支撑这样一种理念，自 2000 年起，日本出台并开始实施护理保险制度，之后日本的护理状况发生了巨大的变化。

对于遗华日本人及其配偶来说，衰老是一个无法避免的问题，没有人能保证自己不会有需要别人帮助的时候。在身体健康时关注护理保险制度，以便做到万一有一天不得需要护理的时候，能够为自己及家人做好活用护理保险的心理准备，您觉得这样是不是很好呢？

### 何谓护理保险制度？

简单地说，护理保险就是从生活在日本的人们手里广泛征收护理保险金，并以征集来的护理保险金为财源，向需要护理的人提供护理服务这一制度。满 40 岁的人原则上都需要加入护理保险（注 1），满 65 岁以后，若因疾病或残疾而需要享受护理服务；或是并非时时都需要护理，只是需要有人帮着做家务或穿衣等事情时，就可以考虑利用护理保险了。（注 2）

## 介護保険の上手な活用法を考える①

### 老いに向けた心の準備

家族や親族のつながりを大切にしている中国の伝統的な考え方では、親の介護が必要になったら、家庭で身内が世話をする「家庭養老」が一般的だったと聞きます。日本でも長い間、親の介護の担い手は、家族、とりわけ嫁や娘といった女性が中心でした。介護を家族だけで引き受けた結果、介護する人が孤立し、心も体も疲労する状況があちこちで生まれ、「介護地獄」とか「介護うつ」といったことは言葉まで聞かれるようになりました。そんな中、急速に高齢化が進む日本社会を見据え、介護を家族だけでなく、日本で暮らす人全体で支えていこうという考え方のもと、2000 年に介護保険制度がスタートし、以来介護の状況が大きく変わりました。

残留邦人や配偶者の皆さんにとっても、老いは避けて通れない問題です。いつか誰かの助けが必要になる時が訪れないとは限りません。元氣なうちから介護保険制度について関心を持ち、万一介護が必要になった時に、ご自分やご家族のために、上手に介護保険を利用できるよう心の準備をしておいてはいかがでしょうか。

### 介護保険制度とは？

簡潔にまとめると、日本で生活する人たちから広く介護保険料を集めて、これを財源に介護の必要な人たちに介護サービスを提供する仕組みです。原則 40 歳になったら介護保険に加入し（注 1）、65 歳になった後、病気や障害のために介護が必要になった時や、介護が常に必要というわけではないけれど、家事や身支度等の支援が必要になった時に、介護

利用护理保险时，首先需要向市区町村提交申请，并接受护理级别审查（需要护理的程度认定）。

护理服务有派遣家庭助理员（助理家务及护理的专门人员）及去设施接受护理（用车接送被护理者当天往返设施，享受餐饮及洗浴服务，参加兴趣小组活动等）等各种各样的类型。需要护理的级别经审查得出后，利用者就可以与护理管理人员（敬请参照 P10 内容）所在的护理事务所签约，在由护理管理人员与本人及家人进行商谈的基础上，尽可能地按照利用者的希望制定一套护理计划（接受怎样的服务，及能够利用多少服务）。之后，利用者就可以根据其计划享受护理服务了。

那么，享受护理事务所需要支付的费用中的九成，都是来自护理保险及税金，个人需要负担的仅为一成。遗华日本人中享受生活支援补贴金的人，其所接受的补贴金里包括护理保险费的。

此外，遗华日本人利用护理服务时所需支付的一成费用，也是由公费来负担的。

注 1) 年龄在 40 至 64 周岁之间、享受生活保护、没有加入医疗保险的人，虽然不能加入护理保险，但如果是因为因脑血管疾患等国家指定的特殊疾病而导致需要护理的话，可以通过生活保护制度来享受护理服务。

（咨询机关：福祉事务所等）

注 2) 即使不满 65 周岁，但如果年龄在 40 至 65 周岁之间、加入了医疗保险、国家指定的疾病（特定疾病）而导致需要护理的话，可以享受护理服务。

（咨询机关：护理保险担当课）

保险の利用を考えます。（注 2）

介護保険の利用に際しては、まず市区町村に申請し、介護がどの程度必要なかの判定（要介護度認定）を受けなければなりません。

介護サービスには、ホームヘルパー（家事援助や介護を行う専門家）の派遣や通所施設の利用（日中、送迎車を利用して施設に通い、食事や入浴サービスを受ける他、趣味活動に参加するなどして過ごす）をはじめ、さまざまなものがあります。「要介護度」の通知をもらったら、利用者はケアマネージャー（本紙 10 頁参照）のいる介護事業所と契約し、ケアマネージャーは本人や家族と相談の上、できるかぎり希望に沿う形で具体的なプラン（どのような介護サービスをいつ、どれだけ利用するか計画）を作ります。利用者はこのプランに基づいてサービスを受けることになります。

実際に利用したサービスの料金については、9割が介護保険料や税金で賄われ、1割が自己負担となります。中国残留邦人等生活支援給付を受けている方は支援給付費の中に介護保険料が含まれた形で支給されています。また、実際に利用したサービス利用料の自己負担分 1割についても公費で負担されます。

注 1) 生活保護を受けている 40 歳から 64 歳の人で医療保険に加入していない人は、介護保険に加入できませんが、脳血管疾患など国の定める特定の病気が原因で介護が必要になった場合には、生活保護制度で介護サービスを利用することができるようになっています。（問い合わせ先：福祉事務所等）

注 2) 65 歳未満であっても、医療保険に加入している 40 歳以上 65 歳未満の方は、国が定める特定の病気が原因で介護が必要になった場合



## 需要利用护理保险时怎么办？

在满 65 周岁那个月份，你将收到寄自你所居住的市区町村政府的护理保险证。这份保险证可以说是一份证明，只要到了需要利用护理保险服务的时候，就能提出申请。据说有的人不知道这是十分重要的证件，而把它弄丢了。如果有这样的情况，敬请大家再申请一份。此外，如果到了需要利用护理服务的时候，敬请首先提出申请，然后接受护理级别审查。这些手续可以由本人办，也可以请家人、亲戚代办。各市区町村政府的护理担当窗口负责办理申请，请在窗口填写提交申请时的必要事项（自己的姓名其住所），并连同护理保险证一同提交。

从提交申请到接受审查，需要分以下几个步骤：

### 1 走访调查

办理申请的市区町村，为了决定申请人需要什么级别的护理，将会派遣调查员进行调查。除了到申请人家里以外，要是申请人正在住院的话，调查者也会前往申请人所住的医院进行调查。调查者会在实施调查前联络申请人，因此，最好是选择一个对申请人病情熟悉的家人都能在场的时日，让调查者来。调查者除了询问申请人身心状况（询问有关日常生活的动作，提一些试探认知症程度的问题以及医疗方面的问题）以外，还会观察申请人的举动。这些调查关系到护理级别的认定，因此，对于申请人来说，可谓是最为紧要的关头。请不要紧张，或是故意表现得比平时利索健康，最好是让调查者看到一个真真实实的自己。要是觉得对方所提的几个基本问题无法说清某些事情（来自语言及文化差异的孤立及不安等心理

には、介護保険制度を利用できます。

（問い合わせ先：介護保険<sup>たんとうか</sup>担当課）

## 介護保険を利用したい時は

65 歳<sup>たんじょうび</sup>の誕生<sup>つき</sup>の日に、あなたが住んでいる<sup>す</sup>市区町村<sup>しくちやうそん やくしよ</sup>の役所<sup>やくしよ</sup>から介護保険<sup>しやう ゆうそ</sup>証<sup>しやう</sup>が郵送<sup>ゆうそう</sup>されてきます。これは、いつでも必要になったら介護保険の利用を申請<sup>しやうめい</sup>できますよという証明<sup>しやうめい</sup>書<sup>しよ</sup>のようなものです。大切な物<sup>たいせつ</sup>だと気付<sup>きづ</sup>かないで無く<sup>な</sup>してしまう例<sup>れい</sup>があるようですが、その場合は再発行<sup>さいはっこう</sup>してもらいましょう。そして、介護サービス<sup>じやうたい</sup>が必要な状態<sup>じやうたい</sup>になったら、まず申請<sup>しんせい</sup>して、どの程度<sup>ほんにん</sup>介護が必要な状態<sup>ほんにん</sup>かを判定<sup>はんてい</sup>してもらいましょう。申請<sup>しんせい</sup>は本人<sup>ほんにん</sup>だけでなく、家族<sup>しんぞく</sup>や親族<sup>か</sup>などが代わ<sup>か</sup>って行<sup>おこな</sup>うこともできます。市区町村<sup>まどぐち</sup>の介護担当<sup>う</sup>窓口<sup>つ</sup>などで受け付けていますので、そこにある申請書<sup>しんせいしよ</sup>に必要事項<sup>じこう</sup>（自分<sup>じぶん</sup>の名前<sup>なまえ</sup>や住所<sup>じゅうしよ</sup>など）を記載<sup>きざい</sup>し、介護保険<sup>かいごほけん</sup>証<sup>しやう</sup>を添<sup>そ</sup>えて提<sup>てい</sup>出<sup>しゆつ</sup>します。

申請<sup>しんせい</sup>から認定<sup>にんてい</sup>までは次<sup>つぎ</sup>のような手順<sup>てしゆん</sup>で話<sup>はなし</sup>が進<sup>すす</sup>みます。

### ① 訪問調査

申請<sup>しんせい</sup>を受けた市区町村<sup>ほうもんちやうさ</sup>が、介護<sup>かいご</sup>の必要度<sup>じやうさ</sup>がどのくらいかを調査<sup>ちやうさいん</sup>するために調査員<sup>はけん</sup>を派遣<sup>はけん</sup>します。自宅<sup>じたく</sup>の他<sup>ほか</sup>、本人<sup>ほんにん</sup>が入院<sup>にゅういんちゆう</sup>中なら病院<sup>じせん</sup>に来てくれます。事前<sup>じぜん</sup>に調査員<sup>れんらく</sup>から連絡<sup>れんらく</sup>が来るので、本人<sup>ほんにん</sup>の状態<sup>じ</sup>をよく知<sup>し</sup>っている家族<sup>かぞ</sup>等<sup>ら</sup>が同席<sup>どうせき</sup>できる日時<sup>にちじ</sup>を選び<sup>えら</sup>ましょう。調査員<sup>ちやうさいん</sup>は本人<sup>ほんにん</sup>から心身<sup>しんしん</sup>の状況<sup>じちじやうせい</sup>など（日常生活<sup>じちじやうせい</sup>の動作<sup>どうさ</sup>）についての質問<sup>しつもん</sup>、認知症<sup>にんちしやう</sup>の判定<sup>はんてい</sup>に関する質問<sup>かん</sup>、医療<sup>いりやうめん</sup>面の質問<sup>き</sup>）を聞き取<sup>と</sup>る他<sup>ほか</sup>、動作<sup>どうさ</sup>などを観<sup>かん</sup>察<sup>さつ</sup>します。要介護<sup>じやうご</sup>度の判定<sup>はんてい</sup>に関わり<sup>かん</sup>ますので、利用者<sup>じゆうりやう</sup>にとっては最大<sup>さいだい</sup>の山場<sup>やまば</sup>ともいえる重要な<sup>じゆうりやう</sup>場面<sup>ばめん</sup>です。緊張<sup>きんちやう</sup>し過ぎ<sup>す</sup>たり、またい<sup>いじやう</sup>つも以上<sup>いじやう</sup>によく見<sup>み</sup>せようとし<sup>し</sup>たりしないで、あ



問題), 照顾申请者的人可以做一些补充, 这些都会作为特记事项而被调查者记录下来, 说不定还会反映到下面的第二次判定中呢。

## 2 审查・第一次判定

将调查结果输入电脑后, 得出电脑判定, 以及根据申请人主治医生(经常给申请人看病的医生)所写的意见书所作出的、围绕护理级别的第一次判定。即使申请人没有主治医生, 也还是要求需有医生的意见书, 因此, 最好是根据自己现下存在问题的身体状况, 上医院找一个合适的科, 告诉对方自己要申请护理保险, 就可以就诊并得到医生的意见书。

## 3 审查・第二次判定

由专家组成的护理认定审查会来作出第二次(最终决定)判定

## 4 发出认定通知

通常情况下, 申请者本人将会在一个月之内收到认定结果的通知单及写有护理级别的护理保险证。只是, 如果主治医生寄回来的意见书到得比较晚的话, 那么也许第二次判定所花的时间要长一些。

或许大家会认为这些手续又复杂又麻烦, 但是, 由于全国各地有着众多的申请人, 因此, 不得不采取一种共通基准来公平审定。此外, 这种机制也是出于考虑到为了根据申请人及其护理者的情况, 尽可能地向其提供相应的服务而制定的。

(未完待续)

(H)



りのままの状態を知ってもらいましょう。基本的な質問だけでは伝えきれない事情(言葉の壁や文化の違いからくる孤立感や不安感などの心理面など)について、介護をしている人から補足説明すれば特記事項に記録され、後に述べる二次判定に反映してもらえるかもしれません。

## ② 审查・一次判定

訪問調査の結果を入力したコンピューターによる判定と、主治医(かかりつけの医師)の意見書をもとに、要介護度について一次判定が出ます。主治医がいない場合も医師の意見書は必要ですから、現在困っている体の状態に合わせて診療科を選び、介護保険の申請をしたい旨伝えて、受診すれば意見書を書いてくれます。

## ③ 审查・二次判定

専門家で構成された介護認定審査会で、二次判定(最終決定)が出ます。

## ④ 認定の通知

通常は申請から一か月以内に、認定結果の通知書と要介護度が書かれた介護保険証が、本人のもとに届きます。ただし、主治医からの意見書の返送が遅れるともう少し長くなることもあります。

みなさんには複雑で面倒な手続きに感じられるかもしれませんが、全国に大勢の申請者がいるため、共通の基準で公平に判定しなければなりません。また、利用者の状態や介護する人の事情にあわせて、できるだけ相応しいサービスを提供できるようにと考えられた仕組みなのです。(次号に続く) (H)

## 考取一个资格⑱

### “护理管理人员(护理支援专门人员)”

⑱

这次所介绍的是跟以前曾经在本刊中登载过的家庭助理员(第 28 期)及护理福祉士(第 29 期)有着很大关系的一项资格护理管理人员。护理管理人员的正式名称是“护理支援专门人员”。



家庭助理员及护理福祉士的工作是对需要护理的人直接提供生活助理或护理;而护理管理人员的工作则是制定护理计划,一边与提供护理服务的单位进行协调,一边在为他人提供支援护理的过程中起着领导、领航作用。因此可以说,护理管理人员是具备充分经验和知识的福利专家。

也有人说干护理管理人员这一行很辛苦。只是,它关系到护理・福利方面的所有细节,因此这一项工作非常重要,也十分有意义。

作为一名护理管理人员,可以在很多单位工作。有义务配置护理管理人员、与护理有关的事务所自然不用说,就是保险公司及福祉用具销售公司等民营企业,以及市政府等机关,也开始出现了配置护理管理人员的动向。

在人口老龄化越来越严重的日本,护理管理人员可以说是一种不可或缺的存在。

#### <怎样才能成为护理管理人员呢>

要想成为护理管理人员,需要经过几个步骤。首先,要通过对护理支援专门人员实际业务研修参加考试。合格之后,还要参加由各都

## 資格を取ろう⑱

「ケアマネージャー(介護支援専門員)」

今回ご紹介するのは、以前、本誌の「資格を取ろう」でご紹介したホームヘルパー(第 28 号に掲載)や介護福祉士(第 29 号)と関係の深い資格です。ケアマネージャーは正式には介護支援専門員と言います。

ホームヘルパーや介護福祉士が介護の必要な人への介護サービスに直接携わる仕事だったのに対して、ケアマネージャーは介護サービスの計画を立てて、介護サービス事業者と連携を取りながら、介護支援におけるリーダー的な役割を果たします。十分な経験と知識を兼ね備えた介護のスペシャリストとも言えます。

大変な仕事という声もあるようですが、介護全般にかかわる重要な仕事であるため、とてもやりがいのある仕事です。

就職先は幅広く、ケアマネージャーの人員配置を義務付けられている介護関連の事務所はもちろん、保険会社や福祉用具販売会社などの民間の会社、市役所などでも配置の動きが見られています。

ますます高齢化が進む日本において不可欠な仕事と言えるでしょう。

#### <ケアマネージャーになるには>

ケアマネージャーになるためには、いくつかの段階を経なければいけません。まず、介護支援専門員実務研修受講試験に合格し、次に各都道府県で実施される介護支援専門員実務研修を受講する必要があります。また、この試験を受ける際には、医療

道府县政府机关实施的対护理支援专门人员实际业务研修。另外，参加此实际业务研修，还需要具备医疗及福祉方面的资格，以及丰富的实际业务经验。比如，持有医生或护理福祉士的执照，并且参与了与执照准许范围有关的工作，其时间在五年以上等。具体事宜，敬请向各都道府县所设置的社会福祉协议会咨询。

### < 考核 >

考核每年实施一次，迄今为止均于 10 月实施。考核范围为：支援护理方面知识、保健医疗服务方面知识，以及福祉服务方面知识（根据报考者所持执照种类，有时也会免去部分考核内容）。大部分都道府县基本上采用的都是选择题方式（五选一）。此项考核的平均及格分数为百分之七十左右。

※具体事宜，敬请浏览各都道府县的社会福祉协议会开设的网页。

要是您对这一资格感兴趣，同时又没有报考实际业务考试的条件或执照的话，那么，最好是先取得家庭助理员或护理福祉士资格，然后投身到护理工作第一线，积累一些经验以后再考护理管理人员的资格。正如本文所提到的那样，尽管护理管理人员资格并非一时半会儿就可以拿到，但是一旦拿到这项资格，可以在各种各样的、与护理有关的单位工作，因此，当一名护理管理人员，追求自己理想的护理服务，难道不是很好的一件事情吗！

（公財）中国残留孤儿援护基金向意欲参加针对家庭助理员、护理福祉士及护理管理人员（护理支援专门人员）资格考核讲座的归国者及其家人提供援助。敬请参照第 3 页内容。

(K)

や福祉分野の資格や豊富な業務経験が求められます。例えば、医師免許や介護福祉士などの資格を持ち、その資格の関連業務を 5 年以上経験しているようなことが必要です。詳しくは、各都道府県社会福祉協議会にお問い合わせください。

### < 試験 >

試験は年に 1 回、今までは毎年 10 月に実施されています。試験範囲は、介護支援分野、保健医療サービス分野、福祉サービス分野です。（保有している資格によっては免除される分野があります。）ほとんどの都道府県がマークシート方式（5 肢複択）を採用しており、7 割程度の正答率で合格となっています。

※詳しくは、各都道府県社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

今回の資格に興味を持った方で、実務研修受講試験を受けるための条件である資格や経験のない方は、まず、ホームヘルパーか介護福祉士の資格を取り、介護現場で経験を積んだ後に、ケアマネージャーを目指すのがいいと思います。本文中にあるように、ケアマネージャーはすぐになれるものではありませんが、幅広く介護分野の仕事にかかわれるので、ケアマネージャーになって理想の介護を追求するのもいいのではないのでしょうか。

（公財）中国残留孤儿援护基金では、ホームヘルパーおよび介護福祉士、ケアマネージャー（介護支援専門員）受験対策講座を受講する帰国者とその家族に対して援助を行っていますので、P3 の記事をご覧ください。(K)

## 新聞摘要



(2011 年 9 月 21 日～12 月 20 日)

10 月 13 日 (星期四)

厚生労働省于 12 日宣布, 今年度新认定了一名遗华孤儿 (男性)。新认定的遗华孤儿名为杜春泉先生, 他于 11 月 29 日暂时回国, 并发出要求提供有关其寻亲信息的呼吁。此次是时隔两年访日调查。

11 月 30 日 (星期二)

战争结束后不久便在中国与亲人分离、于今年度被新认定的遗华孤儿杜春泉先生 (推算年龄为 67~68 岁, 居住在中国辽宁省沈阳市) 29 日为寻找亲人而暂时回国。杜先生将在日本滞留到 12 月 10 日。

12 月 6 日 (星期二)

警视厅 5 日宣布, 因致使两名在路上与自己发生争执的路人受重伤, 涉嫌杀人未遂及非法持刀枪罪而逮捕了以遗华孤儿第二、三代为中心的帮派“怒罗权”中势力最大的团伙“大伟”之四名实际头目。四名嫌疑人否认有罪。

12 月 11 日 (星期日)

10 日, 为寻找亲人而暂时回国的杜春泉先生, 未能实现与其亲人见面便离开羽田机场飞往中国。

### ① 请注意

本栏目的新闻皆为一般报章的报道摘要。因此, 并非为政府正式公布之内容, 其中一部分还包含媒体的观察消息, 敬请注意。

## ニュース記事から

(2011 年 9 月 21 日～12 月 20 日)

10 月 13 日 (木)

厚生労働省は、12 日、今年度新たに男性 1 名が中国残留孤儿と確認されたことを発表した。新たに認定されたのは、杜春泉さん。11 月 29 日に一時帰国し、肉親に関する情報提供を呼びかける。訪日調査は 2 年ぶり。

11 月 30 日 (火)

終戦直後の中国で肉親と別れ、今年度新たに中国残留孤儿と認定された杜春泉さん (推定年齢 67~68 歳、中国遼寧省瀋陽市) が 29 日、肉親捜しのため一時帰国した。杜さんは 12 月 10 日まで滞在する。

12 月 6 日 (火)

警視庁は 5 日、路上でトラブルになった男性 2 名に大けがを負わせたと、中国残留孤儿 2、3 世を中心とするグループ「怒羅権」の最大勢力「大偉」の実質的リーダーら 4 名を殺人未遂と銃刀法違反容疑で逮捕したと発表した。4 名は容疑を否認している。

12 月 11 日 (日)

肉親捜しのため一時帰国していた杜春泉さんが 10 日、肉親との対面を果たせないまま、羽田空港から離日した。

### ① ご注意

本欄の内容は、すべて一般の新聞などで報道された内容を要約して掲載しているものです。したがって、政府が公式に発表したものではなく、一部には報道機関の観測記事なども含まれていますので、ご注意ください。



## 信息技术用語③ 博客

大家是否听说过“博客”这个词呢？想必很多人都对此早有耳闻吧。比如经常听人说看过某某名人的博客，或是某某人开博客了，等等。其实，简单地说，博客不妨说成是一种通过网络来浏览的“图像网页”。近来，越来越多的人为了让大家知道自己每天的生活情况，还在自己开设的网页上设置留言板，以便看的人写下自己的意见及想法，以此来尝试与素不相识的人进行网上交流与互动。如此这般，可供人们在网上写下自己每天的记录（日记），或是将自己拍摄的照片或录像公开的数码文件，就是人们所说的“博客”。

最近，包括一些著名人士在内都纷纷开设了自己博客，那么，“博客”到底与网页有着什么样的不同，为什么开设、浏览博客的人会越来越多呢？

开设“网页”需要一定的知识（比如需要通晓版面设计及互联网语言），且更新信息时也需要花费较多的时间和人力。因此，要每天给网页追加、更新信息，是一件很不容易的事情。倘若企业或是个人经营者做生意时，要想通过互联网公开信息的话，如果其网页设计得不够独到、不能给浏览者留下强烈印象的话，是不会有人的。这样的话，就需要请专业人员来为自己做网页，当然也要花钱。做一个网页大约 20 至 50 万日元，很多好的网页甚至需要 100 多万日元。只是，如果掌握了技术的话，就可以随心所欲地设计自己喜欢的版面和图像。

## IT 用語③ ブログ

皆さんは、「ブログ」という言葉を聞いたことはありますか？名前だけは知っているという方も多いのではないのでしょうか？有名な人のブログを見たとか○○さんがブログを始めたとかよく聞いたことがあると思います。簡単に言えば、インターネットで閲覧する画面「ホームページ」の一種とすることも構わないと思います。最近では、みんなに自分の毎日の様子を知ってもらったり、それに対する意見や考えをブログ内のコメント欄で問いかけたりして、見知らぬ人との交流を模索する人が増えてきました。このようにインターネット上に自分の日々の記録（日記）や自分が撮った写真や動画を公開するためのデジタル文書を「ブログ」と呼んでいます。

最近では、著名人をはじめブログを始める人が多くなりました。では、「ブログ」が、「ホームページ」とどのように違い、なぜ利用する人が増えているのでしょうか？

「ホームページ」はある程度の知識（レイアウト構成やインターネット言語など）が必要で、更新するのに時間と手間がかかります。よって毎日情報を追加更新するのはなかなか大変です。もし企業や自営業の人が、商売でインターネット上に情報を公開すると、読み手に、よりインパクトの強いデザイン性の優れたものでないと見てもらえません。その場合、外部へ委託することになり、当然費用もかかります。20万円から 50 万円、いいものになると 100 万円を超えることは珍しくありません。ただ、技術さえあれば、自分の思い通りに画

与此相比，如果是接通了互联网的话，开设“博客”既不需要花钱还可以免费做网页。没有掌握特殊技术的人，也可以轻而易举地每天都更新最新信息。只是，博客的页面是事先设计好的（模板），因此制作起来很方便，但无法根据自己的喜好自行设计修改。

开设个人网页（博客）时需要注意的是，不要过分登载个人信息。还有容易跟个人对上号的照片、风景、住所及日记内容也需要特别小心。

最后，我们为大家介绍一下开设“博客”的主要步骤（将根据网络服务商的不同而稍有不同）：

① 访问提供免费开设博客这项服务的网络商网页。

可以访问下述网址，以了解各网络服务商所制定的开设博客的步骤。

<http://freeweblog.news-site.net/index.html>

现在在日本，最有人气的是“Ameba 博客”，还有模板种类繁多的“FC2 博客”，另外就是支持汉语的“excite 博客”等。

- ② 输入并登录你的邮箱号码等（可能的话，登录免费邮箱为好）。
- ③ 登录完毕之后，所登录的邮箱里就会收到让你访问的网址，点击网址并输入个人信息（向博客服务商提供自己的个人信息）
- ④ 选择你喜欢的模板，输入内容，然后点击“保存”。
- ⑤ 完成。

面をレイアウトすることが可能です。

その点「ブログ」は、インターネットに接続されている環境なら、費用もかけずに無料で作成することができます。特別な技術がなくても簡単に、最新の情報を日々更新することも可能です。ただ、既定のレイアウトの画面（テンプレート）があるので簡単に作成できるかわりに、自分で思い通りに画面をレイアウトすることはできません。

個人の「ブログ」を作る際の注意点は、個人の情報を載せすぎないことです。個人が特定されやすい写真、風景、住所並びに日記の内容には特に注意してください。

最後に、無料で作成する「ブログ」の主な手順を紹介します。（サービス会社によっても多少の違いあり）

① 無料のブログサービスを行っている会社のホームページにアクセスします。各社のブログ作成手順は、以下の URL にアクセスしてください。

<http://freeweblog.news-site.net/index.html>

現在日本で一番人気が高い「Ameba ブログ」、テンプレートの種類が多い「FC2 ブログ」、中国語にも対応している「エキサイトブログ」等があります。

- ② メールアドレス（できれば、フリーメールが良い）等を登録します。
- ③ 登録したメールアドレスにアクセス URL が届くので、それをクリックし、個々の情報を入力します。（ブログ会社への個人情報登録）
- ④ 好きなテンプレートを選び、内容を入力し、「保存」をクリックします。
- ⑤ 完了です。

想了解更多详细信息的人, 敬请浏览各博客  
服务商所开设的网页。(M)

もっと詳しく知りたい人は、それぞれの  
ブログサービス会社のホームページを見てくださ  
い。(M)

① 利用「Ameba 博客」制作的博客范例

① 「Ameba ブログ」から作成したブログ例



② 利用「FC2 博客」制作的博客范例

② 「FC2 ブログ」から作成したブログ例



## 喝杯咖啡休息一会儿⑤

### “ご返事? お返事? (答复)”

大家好！让我们单刀直入地进入正题，请大家思考一下。下面 (1) (2) (3) 三个句子，分别是①这一说法正确呢，还是②这一说法正确？

(1) 对朋友说“結婚おめでとう！”(恭喜你们结婚！)的话，那么对朋友的父母应该怎么说呢？

- ① “結婚おめでとうございます。”
- ② “結婚おめでとうございます。”  
(恭喜他们结婚！)

(2) 问朋友“元気？”(你好吗?)可对方如果是老师的话，该怎么问呢？

- ① “元気ですか？”
- ② “元気ですか？”  
(您好吗?)

(3) 在餐厅吃饭，应该对服务员说什么？(想要水时)

- ① “水、ください。”
- ② “水、ください。”  
(请来杯水)

(1) 的正确答案是① “結婚おめでとうございます。”；(2) 的正确答案是② “元気ですか？”；(3) 的正确答案是② “水、ください。”我们常常听到许多人说带“ご”和带“お”的句子很难。因此，在这一期里，我们就打算跟大家一起来探讨一下“ご”和“お”分别放在什么样的句子前面。

首先，先来看一下带“ご”或“お”的句子与不带“ご”和“お”的句子有着什么样的区别。在上面的句子中，说话人通过给句子加进“ご”和“お”，来表示对朋友之双亲及老师的尊重，或为了有意识地把日语说得更漂亮。

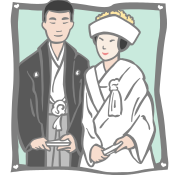
那么，“ご”和“お”分别用在什么样的句子前面呢？为了观察和解决这个问题，我们收集了一些带“ご”和“お”例子。

## こーひーぶれいぐ⑤

### ～ご返事? お返事?～

みな 皆さん、こんにちは。さて早速ですが、次の

(1)(2)(3)はそれぞれ①②のどちらが正しいか、考えてみてください。



(1) 友だちには「結婚おめでとう！」と言いますが、友だちの親にはどのように言いますか？

- ① “結婚おめでとうございます。”
- ② “結婚おめでとうございます。”

(2) 友だちには「元気？」と尋ねますが、先生にはどのように尋ねますか？

- ① “元気ですか？”
- ② “元気ですか？”



(3) レストランでウエイトレスにどのように言いますか？

- ① “水、ください。”
- ② “水、ください。”



正しいのは、(1)は① “結婚おめでとうございます。”、(2)は② “元気ですか？”、(3)は② “水、ください。”です。多くの方から「ご」を付ける言葉と「お」を付ける言葉があり、難しいという声を聞きました。そこで今回は、みなさんと一緒に「ご」と「お」はそれぞれどんな言葉の前に付くのか考えてみたいと思います。

その前に、「ご」や「お」がある場合とない場合とは何が違うのか、少し確認しておきましょう。上の例では、「ご」や「お」を付けることで、話し手は友だちの親や先生を立てたり、美しい日本語を意識したりしているのです。

それでは、「ご」と「お」はそれぞれどんな言葉の前に付くのでしょうか。それを考えるために、下に「ご～」と「お～」を集めてみました。



えー  
A

「<sup>ジュウシヨ</sup>住所」「<sup>リヨウ</sup>ご利用」「<sup>ジュウシャ</sup>ご乗車」「<sup>ヨヤク</sup>ご予約」「<sup>シンバイ</sup>ご心配」  
 「<sup>シヨウカイ</sup>ご紹介」「<sup>レンラク</sup>ご連絡」「<sup>キニユウ</sup>ご記入」「<sup>クロウ</sup>ご苦労」「<sup>ケンコウ</sup>ご健康」

住址 填写 乘车 预约 担心  
 辛苦/辛劳 介绍 联系 利用 健康

びー  
B

「<sup>なまえ</sup>お名前」「<sup>かね</sup>お金」「<sup>ねが</sup>お願い」「<sup>こめ</sup>お米」「<sup>さけ</sup>お酒」  
 「<sup>まつ</sup>お祭り」「<sup>あじ</sup>お味」「<sup>からだ</sup>お体」「<sup>てら</sup>お寺」「<sup>てあら</sup>お手洗い」

姓名 钱 愿望 米 酒  
 祭祀/庙会 味道 身体 寺庙 洗手间

您有没有感觉到它们之间的一些区别？  
 带“ご”的 A 组里的词汇都是由两个汉字组成的，而且全是音读<sup>注1</sup>，而带“お”的 B 组里的词汇，既有表示“姓名”、“钱”等均由汉字组成的词，也有像“愿望”、“祭祀/庙会”等由汉字和平假名组成的词，而且，它们都是训读<sup>注2</sup>。

注1 起源于中文的念法。

注2 根据从中国传来的汉字之意思，赋予其相应的日语发音之念法。

日本的汉字有训读和音读两种念法，只用音读发音的词汇被称为汉语，与此相对应，只用训读来发音的词是日本固有的，多属日常生活中的基本词语，我们把它们叫做和语。也就是说，如果是汉语的话，前面带“ご”；而若是和语，就带“お”。只是，有时也并非那么简单，请看下列词语：

何か違いがあるように感じませんか。「ご～」になっている A の言葉は、漢字二字のものばかりですね。そしてそれらの言葉は全て、いわゆる音読み（注1）の言葉です。一方、「お～」になっている B の言葉は、「名前」や「金」のように漢字だけのものもあれば、「願い」や「祭り」のように漢字と平仮名から成っているものもありますね。そしてそれらの言葉は全て、いわゆる訓読み（注2）の言葉です。

注1：中国語起源の読み方です。

注2：中国から伝来した漢字の意味を考え、それに合った日本の言葉の発音をあてた読み方です。

日本には、音読みと訓読みという二つの読み方があります。音読みの言葉は漢語と呼ばれています。一方、訓読みの言葉は日本固有の言葉で、日常の基本的な言葉に多く使われ、和語と呼ばれています。つまり、漢語の場合は「ご」が付き、和語の場合は「お」が付くということのようですね。しかし、そんなに簡単でもなさそうです。次の漢語はどうでしょうか。

しー  
C

「<sup>ヤサイ</sup>お野菜」「<sup>リョウリ</sup>お料理」「<sup>シヨクジ</sup>お食事」「<sup>デンワ</sup>お電話」「<sup>キョウリョウ</sup>お給料」  
 「<sup>サイフ</sup>お財布」「<sup>シャシン</sup>お写真」「<sup>チャワン</sup>お茶碗」「<sup>ヤクソク</sup>お約束」「<sup>シヨウガツ</sup>お正月」

蔬菜 菜肴 吃饭 电话 钱包  
 工资 饭碗 照片 约定 元旦

啊呀，应该带“ご”的词，怎么带的是“お”呢？好吧，让我们来比较一下 A 组“ご+汉语”和 C 组“お+汉语”里的词。

和 A 组相比，C 组里的词都是我们在日常生活中常用的词语。也就是说，汉语成为日常生活中的常用语后，人们就不把它视为汉语，而把它看作是和语了。

语言如同一种生物，它会因着每个时代之使用者的不同而不断地发生变化。就拿“返事”来说，有人把它念成“ご返事”，也有人念成“お返事”。“返事”是汉语，所以，在过去有可能把它念为“ご返事”。但是，随着日常生活中使用频度的提高，有人开始把它念作“お返事”了。现在，我们对“返事”的认识，可能尚在变化之中，说不定在未来的日本，将渐渐没有人将其念成“ご返事”。

最后，让我们来归纳一下带“ご”的词句和带“お”的词句。基本的原则是“ご+汉语”、“お+和语”，但随着在日常生活中使用频度的提高，即便是汉语，也会被当作和语，而变成“お+汉语”。

那么，请大家思考一下在下列词语中哪些应该带“ご”，哪些应该带“お”呢？

(M)

あれ？「ご」が付くはずなのに、「お」が付いていますね。では、Aの「ご+《漢語》」の場合と、Cの「お+《漢語》」の場合を比べてみましょう。

Cは、Aに比べると、<sup>わたし</sup>私<sup>せいかつ</sup>たちが日常生活の<sup>なか</sup>中でよく使う言葉ではないでしょうか。つまり、漢語が日常生活の中でよく使われるようになり、<sup>みじか</sup>身近な言葉になると、漢語という<sup>くら</sup>認識が薄れ、和語のように扱われるというわけです。

言葉は<sup>い</sup>生き<sup>もの</sup>物のように、その時代<sup>じだい</sup>その時代<sup>じだい</sup>で、言葉を使う人<sup>ひと</sup>によって<sup>へんか</sup>変化するようです。たとえば、「返事」ですが、「ご返事」と言う人がいる一方で、「お返事」と言う人もいます。「返事」は漢語ですので、<sup>おそ</sup>恐らく以前は「ご返事」が<sup>いっぱん</sup>一般的だったと思われます。しかし、日常生活の中でよく使われるようになり、「お返事」と言う人が<sup>で</sup>出てきたと考えられます。現在、「返事」<sup>たい</sup>に対する私たちの認識<sup>しんし</sup>に変化<sup>しやう</sup>が生じている<sup>とちゆう</sup>途中<sup>ちゆう</sup>なのかもしれません。もしかしたら、<sup>み</sup>未来<sup>らい</sup>の日本では、「ご返事」と言う人がいなくなっているかもしれませんね。

<sup>さいご</sup>最後に、「ご」を付ける言葉と「お」を付ける言葉についてまとめてみましょう。基本的には「ご+《漢語》」「お+《和語》」ですが、漢語であっても、日常生活の中でよく使われ身近な言葉になると、和語のように扱われることになり、「お+《漢語》」になるということです。

さあ皆さん、次の言葉の中で、「ご」を付ける言葉はどれか、「お」を付ける言葉はどれか、考えてみましょう。

(M)

\*\*\*\*\*

(1) 協力  
配合



(2) 久しぶり  
好久不见



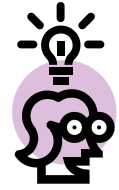
(3) 見学  
参观



(4) 薬  
药



(5) 考え  
想法



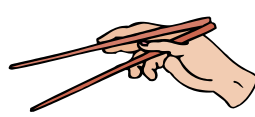
(6) 菓子  
糕点



(7) 旅行  
旅行



(8) 箸  
筷子



(9) 化粧  
化妆



(10) 説明  
说明 / 解释



\*\*\*\*\* (正确答案在下面) \*\*\*\*\* (答えはこのページの下にあります。) \*\*\*\*\*

### 各地为中国帰国者开辟的墓地一覧

接续上期为您补充介绍, 有关中国帰国者墓地的新消息。

以下墓地具有地区限制, 基本上以所在地自治体居民为对象。



### 各地の中国帰国者のための墓地一覧

新たに中国帰国者のための墓地情報が寄せられたので前号に補足してご案内します。

以下は地域限定のもので、概ね墓地所在地の自治体居住者が対象です。



	所在地(交通) / 所在地 (交通)	联系方式/問い合わせ先
ながのの野けん県	まつもと市 なかやまれいえん 中山霊園	中国帰国者家族会 かいちょう おさむらつやこ 会長 長村艶子 TEL:0263-32-3339 〒390-0804 長野県松本市横田 4-6-14
みやぎ城けん県	せんたいし 市宮墓地 いずみ墓園 じよせい 助成：宮城県、仙台市	中国帰国者世話人会〔管理運営〕 せわにんかい かんりうんえい こもん うしいえみちこ 顧問 氏家美智子 TEL:022-271-6567

答え：正确答案 \*\*\*\*\*

- (1) 協力 (2) お久しぶり (3) ご見学 (4) お薬 (5) お考え
- (6) お菓子 (7) ご旅行 (8) お箸 (9) お化粧 (10) ご説明

\*\*\*\*\*

## 健康商談室

### 認知症の基礎知識⑦

以前，我们给大家介绍了“认知症的病情发展”，这一期，我们打算为大家介绍一下“容易混淆的状态”。

#### 容易混淆的状态

##### ◆容易与认知症混淆的主要状态

说是认知症，可是引发这种疾病的原因却是多方面的。另外，其状态也各不相同。就是没有罹患认知症的人，有时也会表现出与认知症相同的状态。此类疾病・状态中，最容易与认知症相混淆的，是“谵妄症”与“抑郁状态”。而如果对“谵妄症”和“抑郁状态”进行妥善治疗的话，其症状是可以得到改善的，这一点与认知症有着非常重要的区别。

## 健康相談室

### 認知症の基礎知識⑦

以前に「認知症の経過」を扱いましたが、今号では「間違われやすい状態」について紹介します。

#### 間違われやすい状態

##### ◆認知症と間違われやすい主な状態

認知症といっても、原因となる病気はたくさんあります。また、その状態も多様です。認知症と異なる病気であっても、同じような状態を示すことがあります。このような病気・状態のなかで特に間違われやすいのが「せん妄」と「うつ状態」です。「せん妄」や「うつ状態」は適切な治療を行うことで改善するので、これらと認知症の区別は大変重要です。

《認知症と間違われやすい主な状態》

《容易与认知症混淆的主要状态》

谵妄症

源于药物的症状      源于衰老的健忘症

抑郁状态



	主な特徴 主要特征	認知症との違い 与认知症的不同之处
加齢によるもの忘れ 随着年龄的增长而出现的健忘情况	・人の名前が思い出せないことがたまにある 偶尔会想不起来他人的名字 ・度忘れをする 老忘事儿 ・ある体験の一部を忘れる（一昨日）	・ある体験の一部を忘れる（認知症では、食事をしたことそのものを忘れるなど、ある体験の全部を忘れる） 忘记自己经历的部分事情（而认知症患者则会忘记自己刚刚吃过饭等，将自己经历的某件事情全部忘记）



	<p>味噌汁の具を忘れた、昨夜のTV番組の俳優のフルネームを度忘れた、など)</p> <p>忘记自己所经历的部分事情(想不起来前天喝的酱汤是什么配料;想不起来昨晚电视里那个演员的姓名等)</p>	<p>• ものの忘れはあっても日常生活に支障はない</p> <p><b>即使忘事儿也不会对日常生活造成影响</b></p> <p>• 時間や場所などがわからなくなることはない</p> <p><b>不会失去对于时间及自己所在地点的判断能力</b></p> <p>• きわめて徐々にしか進行しない</p> <p><b>症状发展及其缓慢</b></p>
<p>うつ状態 抑鬱状態</p>	<p>• 抑うつ気分がある(気持ちが沈む、楽しくない、気力がわかない)</p> <p><b>心情压抑(情绪低落、不开心、打不起精神)</b></p> <p>• 意欲が低下する(何もしたくない)</p> <p><b>积极性不断低落(什么都不想做)</b></p> <p>• 不安な気持ちや焦燥感が強い</p> <p><b>心情异常不安及焦躁</b></p> <p>• 不眠や倦怠感がある</p> <p><b>伴随失眠及倦怠状态</b></p>	<p>• 抑うつ気分が継続する</p> <p><b>心情持续压抑</b></p> <p>• 会話によるコミュニケーションは支障なくできる</p> <p><b>能够照常实现会话等与人的沟通</b></p> <p>• 記憶は正常</p> <p><b>记忆力正常</b></p> <p>• 自殺願望を伴う場合があるので認知症との鑑別が重要(認知症とうつ状態が併発していることもあるので注意が必要です)</p> <p><b>有时会伴随自杀的想法,这一点在与认知症进行辨别时非常重要(有时认知症会与抑郁症并发,因此需要加以注意)。</b></p>
<p>せん妄 谵妄症</p>	<p>• 幻視がある(壁に虫が見える、体に昆虫が付いているのが見える)</p> <p><b>会出现幻视(看见墙上有虫子,或是看见自己身上爬着昆虫等)</b></p> <p>• 不安や焦燥感があり、落ち着きがない</p> <p><b>伴随不安及焦躁,心情无法静下来</b></p> <p>• 軽い意識障害があり、ぼんやりしたり、返答に時間がかかったりする</p> <p><b>出现轻微的意识障碍,发呆或是需要花费较长时间才能回答他人问题</b></p>	<p>• 症状、状態が始まった時期を特定することができる(何月何日の夜から、など)</p> <p><b>开始出现症状、状态时,可以对其进行断定(说得出来是几月几号的晚上开始的,等等)</b></p> <p>• 夜間に増悪することが多い(夕刻から夜にかけて症状がひどくなる)</p> <p><b>晚上恶化的情况比较多(从黄昏开始一直到夜间,症状会转向恶化)</b></p> <p>• 記憶の障害はそれほどでもないが日常</p>

		生活に支障がある 記憶障害并不严重，但会给日常生活带来影响
--	--	----------------------------------

※ 至于如何辨别上述状态，敬请接受专科医生的诊察。

※これらの状態との鑑別については、専門の先生を受診しましょう。

**“谵妄症”与“认知症”的区别**

所谓谵妄症，是指伴随急性脑功能障碍所产生的轻微意识障碍，它使患者的判断能力及理解力下降，并屡屡出现幻觉或妄想，并使患者处于极其兴奋的状态。谵妄症和认知症的区别在于，谵妄症患者其症状在一天里的起伏变化十分剧烈，有的时候“很正常”；而有的时候则“不正常”。不过，有些阿尔兹海默型认知症患者，也会并发谵妄症。

**『せん妄』と『認知症』の違い**

せん妄は、急性の脳障害に伴っておこる軽い意識障害で、判断力や理解力が低下し、しばしば幻觉や妄想があらわれて興奮状態になります。せん妄と認知症の違いは、せん妄の患者さんは一日の中で症状の変化が激しく、「しっかりしている時期」と「そうでない時期」があることです。アルツハイマー型認知症はせん妄を併うことがあります。

	せん妄 谵妄症	認知症 认知症
基本症状 典型症状	注意・意識障害、しばしば幻視・運動不穩 注意・意識障碍，屡屡出现幻視・步态不穩	記憶・認知障害 记忆・认知障碍
発症の仕方	急激	緩徐
発病方式	急劇	徐缓
動揺性 变动性	多い、夜間や夕刻に悪化 很多。在夜间及黄昏恶化	少ない 很少
症状の持続 症状持续时间	数日間～数週間 数天～数星期	永続的 持久
睡眠覚醒リズム障害 睡眠周期障碍	あり 有	まれ 罕见
身体疾患	多い 很多	時にあり 有时
薬物の関与 药物干预	しばしばあり 屡屡需要	なし 不需要

かんきょう 環境の関与	多い	なし
環境干預	很多	无

“抑郁状态”与“认知症”的区别

所谓抑郁状态,是指心情走向越来越低潮的忧郁状态,干什么提不起精神,思考能力也渐渐变迟钝的一种心理疾患。抑郁状态与认知症的最大区别,就是处于抑郁状态的人,往往会诉说“悲哀、寂寞及自责等情感(情绪及感情障碍)”。

『うつ状態』と『認知症』の違い

うつ状態は、気分が落ち込んでいくゆううつな状態、やる気が出ない、思考が遅くなるといった症状が続く病気です。うつ状態と認知症の大きな違いは、うつ状態では「悲しさや寂しさ、自責感など(気分や感情の障害)を訴える」ことです。

	うつ状態 抑郁状态	認知症 认知症
基本症状	抑うつ症状、心気症状	記憶・認知障害
典型症状	抑郁症状、情緒症状	记忆・认知障碍
かんじょう 感情	抑うつ気分持続	ひょうめん せんぱく 表面的、浅薄、動揺
感情	持续出现抑郁情绪	表面性、浅薄、变动性
記憶・認知障害	うった 訴えるほどの低下はない	あり
记忆・认知障碍	没有低到让患者作为一种症状告诉医生	有
げんご かいわ 言語理解・会話	こんなん 困難でない	困難である
言語理解・会話	不存在困难	存在困难
おうとう 応答	ちえん しんし こうりよ 遅延、真摯に考慮して「わからない」という	い わげ さくわ いが にあみ 言い訳、作話、怒り、ニアミス返答、考えようとし
応答	较慢, 认真考虑后回答“不知道”	找理由、编瞎话、愤怒、张口就答、不假思索
感情の持続	数週間~数ヶ月	永続的
情緒持続時間	数星期~数月	持久性
うつ状態の既往	多い	少ない
抑郁状态的既往病历	较多	很少
自殺願望	しばしば	少ない
自杀的想法	屡屡	很少

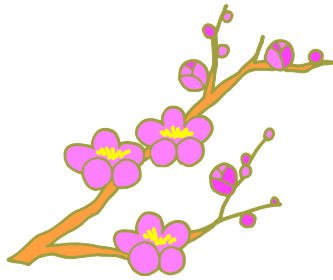
「認知症の基礎知識」(認知症を知るホームページwww.e-65.net)より抜粋  
 摘自《认知症之基础知识》(关于认知症的网页 www. e-65. net)

编后记

新年好！去年是大地震、节电等让我们重新审视自己生活的一年。我们所有职员都衷心希望并一如既往地竭力为您提供有用且充实的信息，以使您在新的一年里收获多多！

在这一期里，我们为您介绍来自本中心学员的作品。今后，我们也将继续登载大家的学习成果，我们期待着您踊跃投稿！（600 字左右，日中文皆可）

此外，若您有什么希望我们登载的信息（如考取资格的信息等），也敬请通知我们。（T）



編集後記

新年あけましておめでとうございます。
去年は震災、節電と生活を大きく見直す一年でした。今年も皆さんにとって実り多い年になるよう、職員一同生活に役立つ充実した情報をお届けしていきたいとおもいます。

今号では、当センターの受講生から寄せられた作品を紹介しました。今後、皆さんの学習成果などを掲載していきます。たくさんの方の投稿をお待ちしています（600文字程度で日中両文可）。また、今後掲載してほしい情報（資格情報など）があればお知らせください。（T）

『天天好日』第 58 号 2012 年 2 月 15 日発行
（天天好日の発行月：5・8・11・2 月）

【編集発行】

中国帰国者支援・交流センター（首都圏センター）

〒110-0015 東京都台東区東上野 1-2-13
カーニープレイス新御徒町 6 階
TEL：03-5807-3171/FAX：03-5807-3174
E-mail：info@sien-center.or.jp
http://www.sien-center.or.jp

【各地の支援・交流センター】

北海道中国帰国者支援・交流センター（北海道センター）

〒060-0002 札幌市中央区北 2 条西 7 丁目 1
北海道社会福祉総合センター3 階

TEL：011-252-3411

東北中国帰国者支援・交流センター（東北センター）

〒980-0014 仙台市青葉区本町 3-7-4
宮城県社会福祉会館内 TEL：022-263-0948

東海・北陸中国帰国者支援・交流センター（東海北陸センター）

〒461-0014 名古屋市東区榑木町 1-19
日本棋院中部会館 6 階 TEL：052-954-4070

近畿中国帰国者支援・交流センター（近畿センター）

〒530-0026 大阪市北区神山町 11-12
TEL：06-6361-6114

中国・四国中国帰国者支援・交流センター（中四国センター）

〒732-0816 広島市南区比治山本町 12-2
広島県社会福祉会館内 TEL：082-250-0210

九州中国帰国者支援・交流センター（九州センター）

〒810-0044 福岡市中央区六本松 1-2-22
福岡県社会福祉センター 4 階 TEL：092-713-9988

《訂正》 《訂正》

第 57 号の記事に次のとおり誤りがありましたので、お詫びして訂正します。
第 57 号里面有如下的错误之处，现予以订正，敬请谅解。

訂正箇所

订正处

誤 誤

→

正 正

第 57 号 2 頁 右段 下から 10 行 目 第 57 号 第 2 頁 右侧 目录 下面 第 10 行 氷 山 の 一 角 → 一 部

◆24 小时咨询接待电话 03-5807-3176 本中心 24 小时利用留守电话接待各种电话咨询。（学习日语咨询除外）咨询的各位，请拨上述电话。首先听到日语和中国语的引导语、然后、简单讲述一下姓名、电话号（传真号）以及咨询内容。我们接到后、在几天之内会同你联系。另外、每件只能利用 3 分钟、这一点请注意。

◆搬家报告 搬家的时候，为了能准确地收到《天天好日》也请别忘了将您的新住址告诉我们。还有，向当地邮局提交“搬家报告”。