

请做好防灾的准备！

夏季至秋季是日本的台风多发时期。为了尽量减少损失，请确认最新的气象信息，尽早做好台风及洪水的防范应对措施。

➤ 室外防范措施

请关好窗户及挡雨板。清理排水沟和侧沟，保持排水通畅。如在院子或阳台上摆放有盆栽或垃圾桶等，可能会被风吹跑，为了防止物品被吹跑请固定好或者移至室内摆放。

*风雨变强后再进行处理作业是十分危险的，请密切关注台风消息，尽早采取应对措施。

➤ 室内防范措施

强风时物品从外面飞来，窗户玻璃可能会破裂，请拉上窗帘和百叶窗。

为了防备停电，请准备好便携式收音机，手电筒，蜡烛等，充电宝要提前充好电。

为了防备断水的情况，请准备好饮用水。

停电断水会给生活带来极大的不便。请储备好最低限度的生活必需品。



储备用品单（以3天的份量为目标进行储备。）

饮用水（1人1天3升水）	便携式收音机	常备药
食品（可常温保存，直接食用的食物）	手机充电宝（最好还有干电池式充电宝）	报纸（从防寒到垃圾处理都可以使用）
桌式瓦斯炉及备用的瓦斯罐	干电池	身体清洁湿巾
一次性纸杯，纸盘	简易厕所	口罩
厨房用保鲜膜	除菌湿纸巾	塑料袋
手电筒	液体牙膏	打火机，火柴

➤ 避难所是为在家里生活困难者作为可以安身的场所而开设的。如果家里安全，请留在家中生活。若在家中无法安全生活时，可以考虑到朋友家避难。去避难所是否更好，请慎重考虑进行判断。

➤ 为了保护自己免受洪水和泥石流的灾害，请查看灾害地图确认自己的住所，学校，公司是否地处危险的地方。灾害地图是标注了可能发生洪水房屋浸水或地质灾害等地区的地图。



灾害地图
仅限日语



传递筑波市的信息

筑波市通过官方网页，官方社交媒体，つくスマ（筑波市信息传递应用程序），用英语，汉语，韩语，简明日语传递信息。

多语言网页

用智能手机浏览
1 点击菜单



2 选择语言



官方社交媒体

twitter



facebook



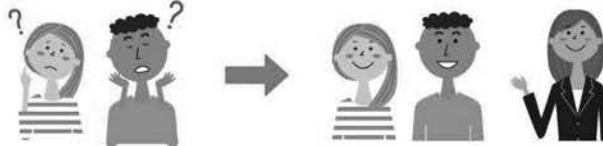
つくスマ

（筑波市信息传递应用程序）



筑波市外国人咨询窗口

筑波市为市内居住的外国人设置了咨询窗口。生活上遇到的烦恼可以通过以下20种语言进行咨询。也能提供市役所内的翻译服务。注意不提供市役所外的翻译服务。严格保密。免费咨询。



可应对语言：英语，汉语，韩语，葡萄牙语，西班牙语，菲律宾语、越南语，泰语，法语，尼泊尔语，印地语，俄语，印度尼西亚语，缅甸语，辛哈拉语，蒙古语，柬埔寨语，乌尔都语，孟加拉语，乌克兰语

咨询日及时间：周一至周五8:30-12:00, 13:00-17:15

咨询地点：筑波市役所5楼 国际都市推进课

咨询方法：英语，汉语请致电或通过电子邮件咨询，其他语种请亲临窗口咨询。

电话号码：029-883-1313（需支付通话费用。）

Email: ctz035@city.tsukuba.lg.jp

在ZOOM上学习！

成年外国人日语讲座。（2022年10月～2023年2月）

班级	日间课程	夜间课程	日语水平	教材费
	每周			
日本語 1	周三	周二	日语初学者	2,640日元
日本語 2	周三	周二	学习日语50小时以上者	2,640日元
日本語 3	周四		CEFR A1级别者	2,640日元
日语交流会	周四		学习日语300小时以上者 JLPT N4或CEFR A2以上级别者	无

对象・・・筑波市居住者，或在市内工作者及其家属

定员・・・每班10人，按先到顺序

听课费用・・・2,000日元

申请方法・・・2022年9月1日（周四）9:00AM～

在线填写申请表格后提交，或用邮件发送至筑波市国际交流协会，请用主页上的申请表发送

咨询处：筑波市国际交流协会 TEL:029-869-7675

Email:japanese@inter.or.jp



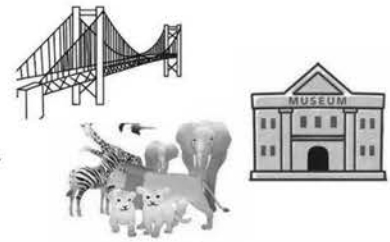
申请表格

11月13日（星期日）是茨城县民日

茨城县名的由来？

距今1300年前编纂的有关这个地区的古文书中记载了朝廷派遣的武士在流氓的家中挂上荆棘（荆棘的日语发音：ibara）击退了他们的事迹，因此后来被称为茨城县。

茨城县民日当天，可享有各种设施的优惠。



设施名	地点	设施的特征	费用
茨城县天心纪念五浦美术馆	北茨城市	以近现代为主的日本画美术馆。位于五浦海岸上坐拥太平洋美景的美术馆。	免费入场
神峰动物园	日立市	饲养了大象，狮子和老虎等约 70 种动物的动物园。附近还有游乐园。	免费入园
龙神大吊桥	常陆太田市	建在龙神水坝上的吊桥。桥长375米，坝上距离湖面100米。	过桥费用全免
袋田瀑布	大子町	日本三大名瀑之一。高120米，宽73米。	观赏瀑布设施 免费入场
近代美术馆	水戸市	位于千波湖畔，收藏了 4,000 件来自国内外的近现代艺术作品。	免费入场
偕乐园本园・好文亭	水戸市	日本三大名园之一。以观赏红叶的著名地点而广为人知。	免费入场
县陶艺美术馆	笠间市	介绍近现代陶瓷艺术家的作品	免费入场
县植物园	那珂市	可观赏约600种5万株的植物	免费入园
大洗海洋塔 (大洗マリンタワー)	大洗町	从3楼的观景台可以欣赏到360度的大全景。	免费入场
水世界县立大洗水族馆 (アクアワールド県 大洗水族館)	大洗町	以日本第一的鲨鱼饲养数量为傲。可以看到约580种，68,000只海洋生物。	入场费打折优惠
茨城县花卉公园 (茨城県フラワーパーク)	石岡市	可以欣赏到大约 900 种的县花玫瑰。从11月上旬到11月中旬是秋玫瑰的最佳观赏时间	入场费打折优惠
筑波小狗乐园 (つくばわんわんランド)	筑波市	日本最大的猫狗主题乐园，饲养了90种500只猫狗。	入场费打折优惠

因举办筑波马拉松，11月13日（周日）将实行交通管制。

筑波马拉松时隔三年后再次举办。

筑波马拉松是每年汇集来自全国各地的长跑健儿的市民马拉松。

当天赛道周围的道路将实行交通管制。

如果自驾汽车，请配合绕道措施。

关于交通管制和绕道措施，请听从工作人员的指示。

来自图书馆的通知

从10月4日（周二）起，图书馆的馆藏检索能显示英语菜单。

不仅是图书馆内的设备，网上的藏书检索也可以显示英语菜单。

中央图书馆内也有外语书籍、绘本、杂志、报纸等，请多多使用。



红薯



秋天是吃红薯的最佳季节。茨城县的红薯产量居国内第二，红薯干产量居国内第一。超市中有出售不同种类的红薯，以红薯的质地主要分为三种类型。

松软口味(ほくほく系)・・・红东
绵软口味(しっとり系)・・・鸣门金时，
红萨摩，绢蜜，甘萨摩

粘糯口味(ねっとり系)・・・安纳芋，红春香
红薯干是将蒸好的红薯切成薄片后干燥制成的食物。虽然据说起源于静冈县，但因为茨城县有适合生产红薯的土壤和冬季干燥的气候，所以生产量也有所增加。红薯干的表面上有时沾有白色的粉末。这是红薯自我分解后产生的糖份在表面结晶后的物质，并非霉菌。

“为什么超市的烤红薯这么甜？”

随着烤红薯机的出现，现在在很多地方都可以买到烤红薯了。红薯机用低温加热红薯。并将红薯淀粉转化为麦芽糖，令红薯更甜。这就是为什么超市烤红薯这么好吃的原因。



使用了红薯的食谱

大学红薯

外脆内软，十分美味。

材料（2～3人份量）

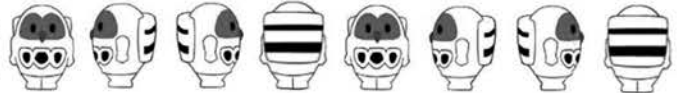
红薯・・・200克
砂糖・・・30克
水・・・15cc
黑芝麻・・・适量
酱油・・・5cc（不放也可以）



做法

1. 将带皮的红薯切成不规则形状。
2. 在水中浸泡5分钟，然后用纸巾擦干。
3. 在煎锅中倒入2厘米的油，用中火加热。加入红薯慢慢煎炸。（油炸两次的话，外皮更酥脆。）
4. 将糖、水和酱油放入锅中搅拌均匀，等待出现细小气泡时关火。
5. 将炸好的红薯加到4中，蘸上料汁。
6. 最后撒上黑芝麻后完成。

与福昆船长一起学习防灾 —灾害地图编—



2022年2月，茨城县公布了桜川和谷田川的一部分流域的新洪水淹没设想区域。今后将会反映在筑波市的灾害地图中。

灾害地图可在市役所的网站，市役所一楼的「市政情报コーナー」和各窗口中心获取。洪水淹没设想区域等有可能因补充和重新评估而有所更改。请定期查看最新的灾害地图。土地低于周围时，低洼地区和沼泽·池塘填充造地的地方，有可能会更容易被淹没。搬家时，请直接确认住宅周围的环境。

