

Filipino

Magasin ng
impormasyon
sa pamumuhay
Libra!

<<Contents>>

P.1
maningning na tala ▶

P.2
Mga Ospital sa Akita Ken na
Mayroong Konsultasyon sa
Iba't ibang Wika

P.3
Na ang bagong sistema sa
pamamahala sa pagtira ng
isang dayuhan sa Japan

P.4
Simpleng Lutong Hapon

もくじ <<目次>>

P.1
かがや ひと
輝き人 ▶

P.2
あき た けんない がいこく ご たいおう そう
秋田県内の外国語対応の総
ごうびょういん
合病院

P.3
あたら ざいりゅうせいど はじ
新しい在留制度が始まりました

P.4
にほん かんたん かていりょうり
日本の簡単な家庭料理

せい か つ じ ょ う ほ う し

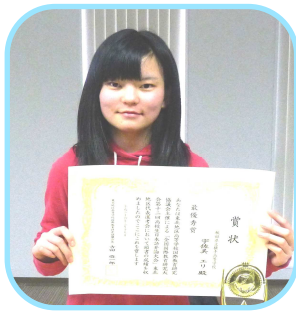
生活情報誌

えいあいえい!!!

Vol.6

Maningning na tala ▶ かがや ひと 輝き人 ▶

(Maningning na tala), ay tumutukoy sa mga taong nagsusumikap mamuhay sa Akita. Sila ay kahangahanga at walang kupas na nagniningninging tulad nga mga tala.
「輝き人」のコーナーでは、秋田県在住の輝いている外国出身の方をご紹介します。



Ang taong ipakikilala ngayon ay nanalo sa ika-12 Japanese Speech Contest Tohoku Area at nasa pangalawang taon na sa high school.

今回は、第12回国際理解・国際協力のための日本語弁論大会東北地区大会で最優秀賞を受賞した高校2年生です。

Pangalan : Usami Eri
Kasalukuyang Tirahan : Yokote City
Lugar ng Kapanganakan : China
(Chooshun)

なまえ う さ み
名前 : 宇佐美エリ
きょじゅうち よこて しざいじょう
居住地: 横手市在住
しゅつしんこく ちゅうごく ちやうしゆん
出身国: 中国(長春)
しよくぎょう あき た けんりつよこて こうとうがっこう
職業 : 秋田県立横手高等学校
ていじせい ねん
定時制2年
ざいにちれき ねん
在日歴: 3年



Trabaho: Estudyante-Yokote
HighSchool (irregular student)
Tagal ng Pagtira sa Japan: 3 taon

①Anong masasabi mo sa buhay estudyante?

Nagsisikap ako sa math, member din ako ng Kendo Club. Sa China, mahigpit ang guro namin pero ang guro rito ay mabait at palagi kaming pinupuri. Masaya ako kapag nag-uusap kami tungkol sa China.

がっこうせいかつ ①学校生活はどうか。

べんきょう すうがく がんば ぶ かつ けんどうぶ しょそく ちゅうごく せんせい きび にほん せんせい
勉強では数学を頑張っていて、部活は剣道部に所属しています。中国の先生は厳しいのですが、日本の先生はとても優しく、よく褒めてくれます。先生と中国の話をするのがとても楽しいです。

②Anong masasabi mo tungkol sa pinanalunan mong speech "Shuang Shou" ?

Ang China at Japan ay katulad sa magkabilang kamay natin. Kung titingnan ang mga ito ay parehong kamay. Subalit mayroon silang pagkakaiba. Katulad ng pagkakahawig natin sa buhok, mata, o kulay ng balat, ang panlabas na anyo ay magkahalintulad ngunit ang ating kasaysayan at kultura ay magkaiba. Ang alitan ng dalawang bansang ito ay katulad sa pag-aaway ng kanan at kaliwang kamay. Mahal ko ang China at Japan. Magkahawak-kamay, naniniwala akong maaring magkaroon ng magandang kinabukasan ang mga bansang ito.

じゅうしつ だいいめい そうしゆ りょうて おも ②受賞したスピーチの題名「双手shuang shou(両手)」には、どんな思いがあるのですか。

ちゅうごく にほん りょうて かんけい おな み りょうて じつ びみょう ちが しみ め
中国と日本は「両手」のような関係で、同じように見える両手も、実は微妙に違います。つまり、髪や目の色、姿かたちはよく似ていますが、歴史や文化は異なっています。両国がいがみ合うのは、両手同志が殴りあうことと同じです。私は両国が好きです。これからは手と手を取りあって新しい未来を造っていきなすと思っています。

Mga Ospital sa Akita Ken na Mayroong Konsultasyon sa Iba't ibang Wika



あきたけんない がいこくごたいおう そうごうびょういん 秋田県内の外国語対応の総合病院

- E** Ingles / 英語 えいご
- C** Intsik / 中国語 ちゅうごくご
- ★** Iba Pang Wika / その他 た

Pangalan ng Lugar しちょうそんめい 市町村名	Pangalan ng Ospital びょういんめい 病院名	Pangalan ng Departamentong Medikal しんりょうかめい 診療科名
Odate City あおだてし 大館市	Odate Municipal General Hospital あおだてし りつそうごうびょういん 大館市立総合病院 ☎0186-42-5370	E Digestion/Pediatrics/ENT/Orthopedics しょうかきかしょうにかせいびんこうかせいけいげか 消化器科・小児科・耳鼻咽喉科・整形外科
Akita City あきたし 秋田市	Nakadori General Hospital なかだおりそうごうびょういん 中通総合病院 ☎018-833-0115	E Mayroong Lahat ng Departamentong Medikal すべ しんりょうかうけつけ 全ての診療科受付
	Akita University of Medicine あきただいがくいがかくふふそくびょういん 秋田大学医学部附属病院 ☎018-834-1111	E C ★ Isang Departamento ay Ingles lang ENT (Ear Nose Throat) -Chinese, Korean, German, Malay, Indonesian, Portuguese Magtanong kung nangangailangan ng serbisyo sa mga wikang ito. いちぶかせいごせいびんこうかちゅうごくごかんこくご 一部の科で英語。耳鼻咽喉科では中国語・韓国語・ドイツ語・マレー語・インドネシア語・ポルトガル語可能。要問合せ。
	Akita Adults' Disease Medical Care Center あきたけんせいじんびょういりょう 秋田県成人病医療センター ☎018-835-9911	E Circulatory Department じゅんかんきか 循環器科
	Neurovascular Research Center あきたけんりつのかけつかんけんきゅう 秋田県立脳血管研究センター ☎018-833-0115	E Neurosurgery Department のうしんけいかせいんけいないか 脳神経外科・神経内科
Senboku City せんぼくし 仙北市	Kakunodate General Hospital しりつかくのだてそうごうびょういん 市立角館総合病院 ☎0187-54-2111	E Digestion, Surgery, Neurosurgery, Orthopedics, OB-Gynecology, Neuropsychiatry, Urology しょうかきないかげかのうしんけいげかせいけいげかさんふじんかしんけいせいしんかひにょう 消化器内科・外科・脳神経外科・整形外科・産婦人科・神経精神科・泌尿器科
Daisen City だいせんし 大仙市	Senboku Kumiai General Hospital せんぼくくみあいそうごうびょういん 仙北組合総合病院 ☎0187-63-2111	E C General Consultation そうごううけつけ 総合受付
Yuri Honjo City ゆりほんじょうし 由利本荘市	Honjo First Hospital ほんじょうだいいちびょういん 本荘第一病院 ☎0184-22-0111	E Mayroong Lahat ng Departamentong Medikal うけつけすべ しんりょうか 受付・全ての診療科
	Yuri Kumiai General Hospital ゆりくみあいそうごうびょういん 由利組合総合病院 ☎0184-27-1200	E Neurosurgery Department, Cardiovascular Surgery のうしんけいげかせいんそうけつかんげか 脳神経外科・心臓血管外科

※Kung kayo ay nais magpakonsulta sa ibang wika kailangang tumawag at alamin kung mayroong ganoong serbisyo bago magpunta sa ospital.

※Hulyo 6, 2012 ※2012年7月6日現在 ねん がつ にちげんざい

※Maliban sa mga ospital na nakasulat sa itaas, mayroon pang ibang mga ospital na may konsultasyon sa ibang wika. Tumawag sa AIA para sa karagdagang impormasyon.

※都合により、外国語対応ができない場合もありますので、事前にご確認ください。

※上記以外の病院でも外国語対応可能な場合がありますので、AIAまでお問合せください。



Mula noong ika-9 ng Hulyo, 2012, nagsimula na ang bagong sistema sa pamamahala sa pagtira ng isang dayuhan sa Japan!!!

ねん がつこのか あたら ざいりゅうかん りせいど はじ
2012年7月9日から新しい在留管理制度が始まりました!!!

Nakasulat sa ibaba ang lista ng mga pagbabagong ito !

ねん がつこのか はじ あたら ざいりゅうかん りせいど
2012年7月9日に始まった新しい在留管理制度のポイントをおさらいします!

Laabolish na ang alien registration card system, itataguyod ang residence card na sistema. がいこくじんとうろくせいど はいし ざいりゅう こと 外国人登録制度が廃止され、「在留カード」が交付されます。

いぜん bago/以前

- *Ang mga walang hawak na residence permit ay mabibigyan ng 「certificate of alien registration」.
- *Kailangan magpunta sa malapit na tinitirhang city hall upang makakuha ng 「certificate of alien registration」.
- *Kung kayo ay nakarehistro na sa 「alien registration」kailangan itong ipa-validate tuwing ika-5 taon ayon sa regulasyon (ang mga taong may hawak ng permanent at special permanent visa ay tuwing 7-taon kailangan mag pa-validate),(sa mga edad na 16 taong gulang pababa ay iba)

- ざいりゅう し かく も ひと がいこくじんとうろくしょうめいしょ ほつこう
*在留資格を持たない人にも「外国人登録証明書」が発行されています。
- がいこくじんとうろくしょうめいしょ し ちょうせんやくば てつづ
*「外国人登録証明書」は市町村役場で手続きします。
- がいこくじんとうろく げんそく ねん えいじゆうしや とくべつえいじゆうしや ねん かくにん
*「外国人登録」をして原則5年ごと(永住者・特別永住者は7年ごと)に確認申請を行います。(16歳未満は異なる)



げんざい ngayon/現在

- *Sa mga may hawak ng residence permit ay mabibigyan ng 「residence card」!
- Sa mga walang residence permit ay hindi mabibigyan ng residence card.
- *kailangan pumunta sa immigration office upang mag request ng 「residence card」
- *ang expiration ng 「residence card ay tuwing 7-taon」,at ang iba naman ay hanggang matapos lang ang permit.(sa mga edad na 16 taong gulang pababa ay iba)

- ちゆうきざいざい ざいりゅう し かく も ひと ざいりゅう こと ざいりゅう
*長期滞在の在留資格を持つ人に、「在留カード」が交付されます! 在留資格を持たない人には交付されません。
- ざいりゅう にかうこくかん りきやく てつづ
*「在留カード」は入国管理局で手続きします。
- ざいりゅう ゆうこうきげん えいじゆうしや ねん いがい ざいりゅうきかん
*「在留カード」の有効期限は永住者は7年ごと、それ以外は在留期間の満了日までです。(16歳未満は異なる)

Ang pinakamahabang residence period ay 5 taon. ざいりゅうきかん さいちゆう ねん 在留期間が最長5年になります。

- *「japanese/asawa ng may hawak na permanent residence」ay 1 taon・3taon
- *di kasali ang mga 「industrial interprice」,「technical practice」at ang mga hawak na working permit na may residence qualification ay 1 taon・3taon.
- *「overseas student」ay anim na buwan~2taon 3 buwan.

- にほんじん えいじゆうしや はいぐうしやとう ねん ねん
*「日本人/永住者の配偶者等」は1年・3年
- こうぎょう ぎのうじゆうしや のそ しゅうろう し かく ざいりゅう し かく ねん ねん
*「興行」、「技能実習」を除く就労資格のある在留資格は1年・3年
- りゅうがく かげつ ねん かげつ
*「留学」は6ヶ月~2年3ヶ月



- * 「japanese/asawa ng may hawak na permanent residence」ay anim na buwan・1taon・3taon・5taon
- * di kasali ang mga 「industrial interprice」,「technical practice」at ang mga hawak na working permit na may residence qualification ay tatlong buwan・1taon・3taon・5taon
- * 「overseas student」ay tatlong buwan~4taon tatlong buwan.
- * 「日本人/永住者の配偶者等」は**6ヶ月・1年・3年・5年**
- * 「興行」、「技能実習」を除く就労資格のある在留資格は**3ヶ月・1年・3年・5年**
- * 「留学」は**3ヶ月~4年3ヶ月**

Magbabago na ang patakaran sa pag kuha ng re-entry permit sa immigration. ざいりゅうこくきよか せいど か 再入国許可の制度が変わります。

Kung kayo ay lalabas ng bansang japan upang mag travel sa ibang bansa kailangan munang kumuha ng re entry permit sa immigration.Kung ito ay inyong makakalimutan ay kailangan ulit kumuha ng petition ng residence qualification .Ang pinaka mahabang period ng re-entry permit ay 3 taon(ang special permanent residence ay 4taon).

りょこう いちじでき にほん しゅこく ばあい しゅこくまえ かなら にかうこくかん りきやく
旅行などで一時的に日本を出国する場合は出国前に必ず、入国管理局で
ざいりゅうこくきよか しゅこく てつづ わす あら さしやう ざいりゅう
再入国許可を取得します。この手続きを忘れると、新たに査証をとり、在留
し かく しんせい ざいりゅうこくきよか かげん ざいりゅう ねん とくべつ
資格を申請しなければなりません。再入国許可の期限は最長3年(「特別
えいじゆうしや ねん
永住者」は4年)。



Dalhin ang residence card,kung lalabas ng bansang japan at babalik ng walang 1 taon ay hindi na kailangan kumuha ng re entry permit. Ngunit,ang mga nasa labas ng japan ay hindi puideng gumawa o mag apply ng extension formalities habang nasa ibang bansa kaya' t mag ingat. ***siguraduhing ipakita ang residence card kung kayo ay lalabas ng bansang japan.**

ざいりゅう も にほん ねん い ない ざいりゅうこく ばあい ざいりゅうこくきよか
在留カードを持っていて、日本に1年以内に再入国する場合は、再入国許可
う ひつよう あたら ざいりゅうこくきよか せいど しゅこく
を受ける必要がなくなります。ただし、新しい再入国許可制度で出国した
かた えんちゆう てつづ と ちゆうい くだ
方は延長の手続きが取れないので注意して下さい!
しゅこく さい かなら ざいりゅう ていじ くだ
***出国する際に、必ず在留カードを提示して下さい!!!**

※ang mga may residence qualification na 「special permanent visa」ay may kaibahan sa mga nakasulat sa contents sa itaas, kaya' t makipag ugnayan sa nakatala o nakasulat sa ibaba.

※「特別永住者」の在留資格の方は上記内容と異なることがありますので、詳しくは下記までお問合せください。



【kontakin】Gaiokujin Zairyu Sougou Information Center
TEL: 0570- 013904(Lunes~Biyernes:8:30~17:15)
(IP telepono・PHS・mula ibang bansa TEL 03-5796-7112)

【問合せ】外国人在留総合インフォメーションセンター
TEL: 0570-013904(平日8:30~17:15)
(IP電話・PHS・海外からはTEL: 03-5796-7112)



Simpleng Lutong Hapon 日本の簡単な家庭料理

Gamitin ang mga gulay na in season katulad ng bell pepper, talong at ihalo sa karneng baboy (Vitamin B1) upang pantanggal ng pagod sanhi ng tag-init.

ピーマンやナスなどの夏野菜と豚肉(ビタミンB1)を使ったレシピで夏の暑さに疲れた体をいたわりましょう。

◆ Bell Pepper Stuffed with Pork ◆ ピーマンの肉詰め ◆

Mga Sangkap: para sa 2 katao / 材料(2人分)



Recipe ni: Kikuchi Keiko

Nutritionist ng Nijinomachi Co.

レシピ協力者: 菊地景子さん

((株)虹の街 管理栄養士)

(A)	• giniling na baboy	200 g	(A)	• 豚ひき肉	200g
	• Bell pepper	4 na piraso		• ピーマン	4個
	• sibuyas	¼ ng isang piraso		• 玉ねぎ	1/4個
	• bread crumbs	¼ cup		• パン粉	1/4カップ
	• gatas	2 tsbps		• 牛乳	大さじ2
	• itlog	½ ng isang itlog		• 卵	1/2個
(B)	• asin, pepper	konti lang	(B)	• 塩、コショウ	少々
	• gawgaw	tantiyahin		• 片栗粉	適量
	• salad oil	tantiyahin		• サラダ油	適量
	• Pon Suu	tantiyahin		• ポン酢	適量
	• labanos gadgarin	tantiyahin		• 大根おろし	適量

◆ Paraan ng Pagluto ◆

- Hiwain ng manipis ang sibuyas, igisa sa mantika at palamigin.
- Hiwain ang bell pepper sa gitna ng pahaba, tanggalin ang buto at ang matigas na bahagi at linisin ang loob nito.
- Ilagay ang giniling na baboy sa isang mangkok at lamasin hanggang sa magkadikit ang karne. Idagdag ang A at (ginisang sibuyas).
- Pagulungin ang loob na bahagi ng bell pepper sa gawgaw, punuin ng ③, at wisikan ng gawgaw ang itaas na bahagi ng karne.
- Painitin ang karne sa katamtamang init at ilagay ang mantika. Iprito ang karneng bahagi ng ④ hanggang sa magbrown ng kaunti. Idagdag ang 2 kutsarang tubig, takpan at lutuin sa steam nito.
- Ilagay sa mangkok at ilagay ang sauce B.

◆ Mungkahi ◆

Bilang kapalit ng bell pepper, gamitin ang talong. Hiwain ito ng pahalang at ilagay ang ③ sa pagitan ng dalawang piraso (parang sandwich), lutuin ang magkabilang panig at ilagay ang sauce.

◆ 作り方 ◆

- 玉ねぎをみじん切りにし、炒めた後冷めます。
- ピーマンをたてに切り、ヘタを落とし、種と綿を取り除きます。
- ポウルに豚ひき肉を入れ、粘りが出るまで手で混ぜます。(A)と①を加えて混ぜます。
- ピーマンの内側に片栗粉を薄くまぶし、③を隙間なく詰めて、その上から片栗粉を薄くまぶします。
- フライパンを中火で熱し、サラダ油をひき、④の肉面を下にして焼き色がつくまで焼きます。大さじ2杯の水を入れ、ふたをして蒸らし最後まで火を通します。
- 器に移して、(B)和風ソースをつければできあがり。

◆ ポイント ◆

ピーマンの代わりに、夏野菜のナスを輪切りにし、③をはさみ、両面を焼き(B)をつけてもおいしく食べられます。



財団法人 秋田県国際交流協会
(AIA: Akita International Association)

〒010-0001 秋田市中通2-3-8 アトリオン1階
Atorion Building 1F, 2-3-8, Nakadori, Akita City
【TEL】018-893-5499 【FAX】018-825-2566
【Website】http://www.aiahome.or.jp 【E-mail】aia@aiahome.or.jp

【Open hours/開館時間】月(Lunes)～金(Biyernes) 9:00-18:00

Tumawag sa
018-884-7050

