



## 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)」2022年9月号 (Vol.37) 発行:(公財)高知県国際交流協会

说起高知，你会想到什么呢？本期，我们将为您介绍高知居民“必备”的高知文化——“夜来节”以及“漫画”。让我们一起体验高知文化，健康快乐生活！

**一起来体验高知文化吧！**  
高知の文化を体験しよう！

高知県に住んでいる人ならぜひ知っておきたい「高知と言えば！」という文化を紹介します。それは、「よさこい」と「まんが」です。多くの人に親しまれている高知の文化を体験し、健康で文化的な高知生活を楽しんでください！

### 高知夜来节信息交流馆 高知県国際交流員 李 朗

说起高知的夏天，就决不能少了夜来节。在本期的Tosawave中，我与KIA的工作人员一同来到“高知夜来节信息交流馆”，与夜来节礼宾的西川先生进行了交流。

### 夜来节的历史及特征

1954年，高知刚刚经历了由战争及南海地震所带来的巨大伤害，人们过着颠沛流离的生活。为了给高知人民的生活带来欢乐，受德岛县富有强力节奏感的阿波舞启发，夜来节便在这一年里诞生了。举办日期被选为8月10日及11日，于当时是高知夏天降水量最少的时期。此外，8月9日举办前夜祭，8月12日举办后夜祭。夜来节舞有3条基本的规则。1. 使用的乐曲中需加入“夜来节鸣子舞”的曲调；2. 需手持鸣子，向前行进；3. 每个队伍都需有一台“地方车（配有音响设备的卡车。各舞队不同）”。1972年，夜来节舞首度亮相海外舞台（法国）。1992年，以北海道首次举办“YOSAKOI 索朗节”为首，夜来节逐渐闻名于全国乃至世界舞台。目前，世界已有多达33个国家及地区拥有自己的夜来节舞队。



1-① 高知夜来节情报交流馆  
高知よさこい情報交流館



1-② 交流室可免费借用。

コミュニティールームは無料（=0円）で借りられます。



1-③ 体验夜来节舞。

よさこい鳴子踊りを体験しました。

北海道で「よさこいソーラン祭り」が始まり、全国そして世界へと広がり、とても有名になりました。いまは世界33の国と地域によさこいチームがあります。

### 館内の様子

入館してすぐ目に入ったのは、多言語翻訳されているパンフレットです（英・中・韓）。館内の紹介や高知の観光スポットが載っています。館

### 场馆内部

走进馆内，首先映入眼帘的便是经翻译成英语、中文、韩语三种语言的观光手册，介绍场馆内部以及高知各大旅游景点。展示区内展有历届夜来节中实际使用的服装、奖牌、海报等，

游客还可在此了解到有关夜来节的一些奇闻趣事。此外，来客不仅还可以在观影室观看第一届夜来节的影像，以及参观夜来节舞现场的微缩模型，还可以在体验区实际穿着夜来节的服装、跳夜来节舞，以及制作鸣子。交流室中可以免费使用桌子、椅子、白板等。如需使用，请联络高知夜来节信息交流馆进行预约。馆内也设有免费Wi-Fi。

## 馆内的体验区（服装、舞蹈、鸣子制作）

馆内可跟随视频解说，免费体验夜来节舞基本形的“正调夜来节鸣子舞”。视频配有英文字幕。夜来节舞的服装及鸣子也可以免费借出。此外，来客更可以自己动手，体验制作只属于自己的鸣子。彩色鸣子一副1500日元，白木鸣子一副1000日元。（一副2支）来客可以根据自己的喜好，自由设计鸣子的颜色。我便以高知蔚蓝的天空及大海为思路设计了自己的鸣子。欢迎大家多多前来体验！

### ○高知夜来节情报交流馆

780-8022 高知市播磨屋町1丁目10番1号  
 电话：088-880-4351  
 传真：088-880-4352  
 メール：honkeyosakoi@gmail.com

内は、よさこい祭りに関する展示コーナーがあって、意外な裏話も知ることが出来ます。他にもよさこい祭りで使われた本物の衣装やメダル、会場の様子を描いたミニチュア、第1回よさこい祭りの様子を上映しているシアタールーム、よさこい祭りの衣装や踊り体験・鳴子づくり体験コーナー、そして過去のよさこい祭りのポスター等もあります。コミュニティルームは、机やイス、ホワイトボードがあって、無料（＝0円）で使えます。予約は、高知よさこい情報交流館に連絡してください。館内には無料のWi-Fiもあります。



1-④ 体験制作鳴子。  
鳴子づくり体験



1-⑤ 左：彩色（2支一副）1500日元、  
右：白木（2支一副）1000日元  
左：カラー（2本1組）1,500円、  
右：白木（2本1組）1,000円

ていするシアタールーム、よさこい祭りの衣装や踊り体験・鳴子づくり体験コーナー、そして過去のよさこい祭りのポスター等もあります。コミュニティルームは、机やイス、ホワイトボードがあって、無料（＝0円）で使えます。予約は、高知よさこい情報交流館に連絡してください。館内には無料のWi-Fiもあります。

### かんない たいけん 館内の体験コーナー （衣装・踊り・鳴子づくり）

“踊り”は基本形の「正調よさこい鳴子踊り」を動画に合わせて踊ることができます。無料（＝0円）です。英語字幕もあります。“衣装”と鳴子も借りられます。また“鳴子づくり”が体験できます。カラーの1,500円か、白木1,000円から選びます（どちらも2本1組です）。いろいろな色を組み合わせて自分の鳴子を作れます。私は、高知の空と海をイメージした鳴子を作りました。みなさんもぜひ体験してみませんか？

### こうち ○高知よさこい情報交流館

〒780-0822 高知市はりまや町1丁目10番1号  
 TEL：088-880-4351  
 FAX：088-880-4352  
 メール：honkeyosakoi@gmail.com

## 在漫画的王国土佐体验作画！ 高知市国际交流员 孟如慕

### 在高知城下画漫画

高知有着“漫画王国·土佐”的称号，在全日本都是数一数二的漫画大县。著有《面包超人》等的柳濑嵩老师，著有《小阿福》等的横山隆一老师等，众多漫画大家均出身高知。此外，高知每年还会举办“漫画甲子园”，来自日本全国以及国外的高中生齐聚一堂，争锋高中漫画王者的宝座。

听闻高知市内有一家场馆，不仅可以免费阅读大量漫画，还可以自己动手亲自体验绘制漫画，我和KIA的工作人员便来到了“高知漫画BASE”（以下称“漫画BASE”）来一探究竟。



2-① 漫画角色在1层入口处等待您的光临  
1階の入り口から漫画でお出迎え



2-② 1层设有AR（增强现实）展示。只要下载APP，便可以用您的手机拍摄照片，仿佛置身于漫画的世界中。  
館内の1階には、AR（拡張現実）の展示があり、携帯でアプリをダウンロードすると、漫画の世界に入ったような写真が撮れます。

## まんがの王国・土佐で作画体験をしてみた！ 高知市国際交流員 メン ルム

### こうち 高知の城下で漫画を描いてみよう

高知は「まんが王国・土佐」とも称されるほど漫画文化が盛んなことを、皆さんはご存知ですか？高知は、『アンパンマン』のやなせたかし先生、『フクちゃん』の横山隆一先生など、日本を代表する漫画家を輩出しました。また、日本全国や海外の高校生たちが漫画を描いて競い合う「まんが甲子園」を開催するなど、日本有数の漫画文化が盛んな県です！

たくさんの漫画を読めるだけでなく、実際に作画を無料で体験できる施設があると伺い、私とKIAスタッフは高知市内にある「高知まんがBASE」（以下、「まんがBASE」）を訪れました。



2-③ 浏览历届漫画甲子园获奖队伍（笔者）過去のまんが甲子園の受賞チームを検索中（筆者）

## 全集中！画之呼吸

“漫画BASE”所在地为离高知城不远的高知县立公文書館内。在馆内3层的“漫画交流室 漫画室”中可以体验作画。我们刚一步入房间，就看到男女老少不同年龄段的来客安静地画着漫画。

此次我们用专业漫画家也会使用的平板电脑，体验了一把漫画绘画。指导我们绘画的是工作人员的山下女士。山下女士也是一位专业的画师，就连“漫画BASE”的官方角色都出自她手。这次我选了一个我自幼钟爱的角色进行绘画。我这辈子画画就没好看过，可是在山下女士耐心的指导下，我逐渐了解到了一些绘画的技巧，画出来的成品也比预想的要画的好一些。

## 随时随地，画你所愿！

体验后，我们同负责人的桑尾先生进行了交流。场馆建设于2年前，受疫情影响，开馆不久便被迫临时停业。除了阅读以及绘制漫画，通过漫画增进来客间的交流也是场馆的重要目的之一。目前场馆来客以小学生为主，谈到场馆今后的发展时，桑尾先生希望在现有基础上，增加来馆的初高中生及县外、海外来客群体。

我从小便喜爱日本的漫画及动画片，也因此学习了日语。此次可以体验漫画人的工作，感觉得到了一个很宝贵的机会。欢迎大家多多到访“高知漫画BASE”，体验高知美好的漫画文化！

### ○高知漫画BASE

入场・作画体验 免费  
营业时间 星期一・三・五 12:00~18:00  
星期六・日・节假日 10:00~17:00  
780-0850 高知市丸之内1丁目1番10号（高知县立公文書館内）  
TEL：088-855-5390  
官方网站：https://kochi-mangabase.jp



2-④ 体验绘画。山下女士耐心地指导着笔者。  
作画体験中、丁寧に教えてくれる山下さんと筆者



2-⑤ 可阅读大量漫画。  
左起山下女士、笔者、桑尾先生  
たくさんの漫画を読むことができます。  
左から山下さん、筆者、桑尾さん

## 全集中！絵の呼吸

「まんがBASE」があるのは、高知城近くの高知県立公文書館内です。施設の3階にある「まんが交流室 まんがルーム」で作画体験ができます。部屋に入ると、子どもも大人も静かに絵描きに没頭していました。

私たちが今回体験したのは、タブレットを使用したデジタル作画です。プロの現場でも使用されています。スタッフの山下さんが丁寧に指導してくれました。山下さんは絵描きのプロで、「まんがBASE」のイメージキャラクターも描いています。今回私が描いたのは、子どもの時から大好きだったキャラクターです。昔から絵心はないのですが、絵を描く時の基本やコツなども山下さんが教えてくれたので、予想したよりうまく描けました。

## いつでも気軽に、漫画を描こう！

体験後、私たちは総括責任者の桑尾さんに話を伺いました。この施設ができたのは2年前で、コロナの影響ですぐに休館となった時期もありました。漫画や絵描きを楽しんでもらうことはもちろん、それを通じて利用者同士の交流を深めることも目的の一つです。施設の今後について、メインの利用者である小学生層はもちろん、中高生層や、県外や海外から来た利用者も増やしていきたいとお話しされていました。

私も小さい頃から日本の漫画やアニメが好きで日本語を勉強してきたので、このように実際に作る側の作業を体験させてもらえる機会はとても貴重だと思います。「高知まんがBASE」、皆様ぜひ行って、高知の素晴らしい漫画文化を体験してください！

### ○高知まんがBASE

入館・作画体験 無料  
営業時間 月・水・金12:00~18:00 土・日・祝日10:00~17:00  
休館日 火・木・年末年始（臨時休館日あり）  
〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目1番10号（高知県立公文書館内）  
TEL：088-855-5390  
WEB：https://kochi-mangabase.jp

## 高知的生活Q&A “高知有性价比高的运动场所吗？”

高知县国际交流员 张慧盈&Minda

高知的生活Q&A 「運動がしたいですが、安くできる場所がありますか？」

高知县国际交流員 テオ ヴァレリー&デットマン ミンダ

当然有！高知县内有数家可供居民使用的公共体育馆。本次，国际交流员张慧盈和Minda还有KIA的工作人员就要一起前往高知市综合体育馆，采访体育馆的运营管理机构——高知市体育振兴事业团的工作人员冈田先生。

Q：体育馆内可以进行哪些活动呢？

A：高知市综合体育馆内设有游泳池、健身房等，价格都很亲民。还能和朋友一起打乒乓球、羽毛球、篮球等！具体费用可以咨询体育馆。

はい！高知県内には住民が使える公共の体育館がいくつかあります。今回、国際交流員のミンダ、ヴァレリー、KIAスタッフの3人で高知市総合体育館に行き、体育館を管理している（公財）高知市スポーツ振興事業団の岡田さんに話を聞きました。

Q：体育館で何ができますか？

A：高知市総合体育館では、プールやトレーニング室などを安く利用できます。体育館で友達と楽しく卓球やバドミントン、バスケをすることもできますよ！料金はお問い合わせください。

Q: 想要使用健身房的话, 事先要怎么申请呢?

A: 首先需要参加体育馆使用说明会, 申请“利用者登录证”。然后, 在自动售票机购买利用券, 和利用者登录证一起提交到窗口就可以使用了。



3-① 左:张慧盈 右:Minda 我们拿到利用者登录证啦!

左:ヴァレリー 右:ミンダ  
利用者登録証ゲットしました!

Q: 怎样才能申请到“利用者登录证”呢?

A: 第一次使用体育馆的人需要参加体育馆使用说明会。工作人员会讲解健身房的使用方法, 并实际演示各种器材的使用方法。说明会时长约1小时。



3-② 正在学习健身理论

トレーニングの理論を勉強中



3-③ 健身器材的使用方法

機械の使い方を習います

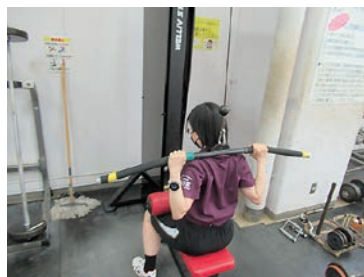
Q: 体育馆开设体育课程吗?

A: 体育馆有面向儿童、大人、家庭的各種体育课程。课程都是定期开讲, 不同的课程上课次数也不一样, 分为1次、4次和8次。



3-④ 下蹲练习!

スクワット!



3-⑤ 锻炼背部力量!

背中を鍛える!

Q: 怎样申请体育课程呢?

A: 目前有两种方法。一, 现场申请, 填写体育馆的申请表并提交到窗口。二, 邮送申请, 购买往返信封, 填写好必要信息后寄到体育馆。如果申请者过多, 将进行抽选。请关注体育馆官网来确认抽选结果。如使用邮送申请, 体育馆将用邮件通知抽选结果。除此之外, 体育馆也没有可以通过电话进行预约的体育课程。



3-⑥ 公示板上有许多社团海报

掲示板にはたくさんのサークル  
情報があります

Q: 馆内有体育社团吗?

A: 体育馆大厅的公示板有许多社团的海报, 直接和感兴趣的社团联系即可。如果没有联系方式的话, 可以咨询体育馆的事务所。

Q: 怎样能找到家附近的体育馆呢?

A: 由于体育馆由不同的组织管理运营, 请在网上输入“(您所居住的地点)”“体育馆”找寻您家附近的体育馆! 每个体育馆的使用方法也不尽相同, 请通过官网确认体育馆电话号码以及地址, 实际前去了解!

Q: トレーニング室を使うには、どうしたらいいですか?

A: 最初に、事前講習会を受講してトレーニング室を使うための「利用者登録証」をもらいます。券売機で利用券を購入し、利用券と「利用者登録証」を窓口へ提出します。

Q: トレーニング室の「利用者登録証」はどうやってもらえますか?

A: 初回のみ事前講習会の受講が必要です。講習会では教室でトレーニングについて勉強し、トレーニング室で実際に機械を見て使い方を習います。講習日は決まっていますので、体育館に電話して予約しましょう!

Q: スポーツ教室はありますか?

A: はい! 子供向け、大人向け、家族向けなど様々あります。教室は定期的に開催され、内容によって1回・4回・8回のレッスンがあります。

Q: スポーツ教室はどうやって申し込みますか?

A: 方法は2つあります。①体育館で申込用紙に記入し、窓口へ提出。②郵便局で往復はがきを購入し、必要事項を記入後、体育館宛てに送る。応募者が多い場合は抽選になります。必ずホームページで抽選結果を確認してください。②の場合は、はがきでお知らせが来ます。電話で申し込みができる教室もあります。

Q: 長期で通えるスポーツのサークルはありますか?

A: はい! 体育館のロビーにある掲示板のサークルのチラシを見て、サークルに直接連絡します。連絡先が書かれていない場合は、体育館の事務所に連絡してください。

Q: 私の家の近くの体育館をどうやって見つけますか?

A: 体育館は色々な組織が管理しているので、ウェブ検索で「自分の町の名前」「体育館」で探しましょう! 利用方法もそれぞれ違うので、体育館のホームページの電話番号や住所を確認して、実際に行って、使い方を聞いてみましょう!

### ○高知市総合体育館

〒780-8031 高知市大原町158番地  
TEL: 088-833-4061 (具体費用请参考以下网页)  
公益財団法人 高知市体育振興事業団  
WEB: <https://www.kc-sports.or.jp/>

### ○高知市総合体育館

〒780-8031 高知市大原町158番地  
TEL: 088-833-4061  
(料金表などは下記ホームページをご覧ください。)  
公益財団法人 高知市スポーツ振興事業団  
WEB: <https://www.kc-sports.or.jp/>

発行: 公益財団法人高知県国際交流協会 (KIA)  
電話: 088-875-0022 FAX: 088-875-4929 Email: info\_kia@kochi-kia.or.jp  
投稿: CIR・KIA 職員  
中文翻译・校正: 孟 如慕 (高知市CIR), 王 沁雨 (高知市CIR)  
TosaWave: <https://kochi-kia.or.jp/publications/tosa-wave/> (在博客可以看彩色照片)

発行: 公益財団法人高知県国際交流協会 (KIA)  
電話: 088-875-0022 FAX: 088-875-4929 Email: info\_kia@kochi-kia.or.jp  
投稿: CIR・KIA スタッフ  
中文翻译・校正: メンルム (高知市CIR), オウ シンウ (高知市CIR)  
TosaWave: <https://kochi-kia.or.jp/publications/tosa-wave/> (カラー写真をご覧いただけます)