

# 大分信息

国际交流广场杂志 vol.21 2011.3

## 日本习惯——花粉症

春暖花开季节发作的过敏性鼻炎，叫春季花粉症。花粉症的症状与感冒很相似，主要是鼻塞、流鼻涕、喷嚏、咽喉痒痛等，有时也有流泪、眼睛红肿、头重的症状。严重者有可能会演变成鼻窦炎、哮喘或耳部感染。这时最好到医院耳鼻喉科、呼吸科或变态反应科就诊。

目前常用的药物主要有抗组胺药物、鼻用激素和鼻用减充血剂，但这些药品必须在专科医生的指导下使用，否则可能会因用药不当而不能达到应有的疗效甚至产生耐药或一些副作用。以下将介绍预防方法及对策，供大家参考。

日常生活中的预防方法：（1）外出时尽量避免与花粉接触。（2）尽量避免把花粉带入屋内。（3）保持清洁打扫、减少屋内的花粉。（4）外出时活用媒体介绍的花粉飞扬信息。（5）勤除住所周围的杂草。

花粉症时的对策：（1）外出时随时戴口罩，保湿、保温，还可减少入鼻内的花粉。（2）眼睛红肿痒痛时，可用清洁的冰镇毛巾冰敷。（3）改善生活习惯，疲劳、烟酒、辛辣食品都可加重症状。（4）定期接受医院的检查和药物治疗。

特别是今年花粉量将比去年增加2至10倍，并飞散时间也比往年提前。花粉症治疗重在早期治疗，花粉飞散前（1月中旬开始）提前服用抗组胺药物，日常生活中多饮用含乳酸菌、儿茶酸饮料，服用汉方小青龙汤也有效用。

## \* 3份的大分县主要活动

3月1日	<u>游览马车开始仪式</u> 汤布院每年告知春季来临的仪式活动。 场所：JR 由布院车站前广场 咨询：由布院观光事务所 0977-85-4464
3月1日～ 4月3日	<u>别府八汤温泉节</u> 别府市铁轮温泉一带将以“铁轮汤烟、梦幻、大地星点”为题，铁轮各处温泉地夜晚点彩灯增加节日氛围。场所：大分县别府市铁轮温泉一带 咨询：别府市旅馆饭店组合联合会事務局 0977-22-0401
3月5、6日	<u>第22届儿童电影节</u> 每年大家一起决定题目，放映父子两代都观赏上的电影。场所：由布市汤布院公民馆 咨询：由布市汤布院公民馆 0977-84-2604 由布市商工观光课 0977-84-3111
3月上旬	<u>久住高原烧荒</u> 久住高原告知春季来临的仪式活动。由于草原如不经管理，则变荒林，放牧的牛羊则会受害虫骚扰，所以每年都进行烧荒活动。 场所：竹田市久住町久住高原 咨询：久住综合支所商工观光课 0974-76-4255
3月12日	<u>种菌种、培养蘑菇</u> 场所：大分农业文化公园 时间：10:00—12:00 费用：1500日元（午饭、2棵菌木） 定员20名，须预约。咨询：0977-28-7111

3月22日	<p><u>大型豪华游览船游览会</u></p> <p>大分县首次通过大型豪华游览船[レジェント・オブ・ザ・シーズ] 迎来大批中国的观光客。并将在3月22日下午3点开始，招募的100人参观游览船内设施。</p>
-------	---

**大分县国际交流广场活动（国际交流广场 tel:097-533-4021）**

他加禄语的免费咨询：可用他加禄语进行相谈，如遇到什么烦恼、或想用母语交谈交朋友的话，请来广场。

时间：3月5日 13:00—16:00 相谈员：吉武珞投拉女士（大分县菲律宾友好协会）出身菲律宾

国际电影—加拿大篇：3月5日 13:30 开始，将在 iichiko 综合文化中心 地下1层映像馆将放映加拿大电影『ザ・コーポレーション』。放映后将邀请来自加拿大的 Philip Anastasopoulos 先生与大家一起讨论加拿大现状。

理解法国文化讲座：来自法国的国际交流员安普德苏尼女士将来场，以[法国的高升之路]为题为大家介绍法国文化。免费参加，不须预约。场所：iichiko 综合文化中心 地下1层 小映像馆 时间：3月19日 14:30—16:30

外国人免费咨询：3月6日、16日 13:00—16:00，大分县外国住民为对象，国际交流广场每月都举办免费咨询活动。如需汉语咨询时，可提前2天预约。

日语漫谈：国际交流广场为了加深国际交流，举行的畅谈会。3月的题目为料理。時間：3月26日 13:00~14:30

国际理解讲座（交流篇）：普普通通的两位年轻女孩花了10个月世界一周旅行。她们的经验以对话形式向大家公开。

场所：iichiko 综合文化中心 地下1层 小映像馆 时间：3月12日 13:30—15:30

免费发放外语书：国际交流广场每年春季整理广场图书，并免费发放图书。每人至多可拿10本图书。

时间：3月7日—3月12日 场所：国际交流广场 交流空间

**\* 编者闲谈**

在日本生活越长越感觉到人与人之间的关系有着不可思议的诚实：在通往农村乡道的汽车站附近的小塔蓬里，放着一袋又一袋的新鲜蔬菜，旁边的破木牌上注明100日元一袋并无人看守，全凭顾客自觉把钱放到菜边的类似储蓄罐的盒子里。在车站路边等人时，突然会有不认识的老太太把东西寄托给你说：“帮我看一下东西，我去趟厕所”。在日本，丢了东西不用着急，因为一般情况下捡到的人会送到附近的警察局。可见日本国民意识之高。

大分县内的各种生活信息及便利消息还可以通过上网 (<http://www.oitaplaza.jp/chinese/>) 及手机的网上免费杂志 OIPM 可了解。手机的网上杂志 OIPM 分日语、简明日语、英语、汉语3国语言发信。登记方法很简单，先从手机上发空邮件，然后按照返回来的邮件内容进行登记。请选择1种语言之后再发一次空邮件。免费登记。汉语：chn@oipm.jp

<p>编辑发行：(财)大分县文化体育振兴财团 国际交流广场 〒870-0029 大分市高砂町 2-33 OASIS 广场 21 地下1层 工作时间：9:30—19:00 休息日：周日、节假日及第2、4周的周一、周六 电话：097-533-4021 传真：097-533-4052 E-mail: chugokugo@emo.or.jp 网址：http://www.oitaplaza.jp/</p> <p>* 国际交流广场懂中文的工作人员每周星期四(10:00—13:00)，第2、4周星期二(13:00—16:00)会在此工作。如在生活、工作上遇到烦恼时，尽请来广场咨询。</p>	<p>国际交流广场的地址：从大分站大约走10分钟，OASIS (オアシス) 广场 21 的地下1层。</p>
---	--

[大分信息]还可以通过网上阅览。如在[网站 chugokugo@emo.or.jp](http://www.oitaplaza.jp) 登记，可在每月第一个星期四邮寄给您[大分信息]最新版。