

## 目次

Instagramを始めました!

CIRメッセージ  
「ドイツの健康保険」

レポート：2020年5月  
& 6月の国際交流活動

ALTメッセージ「コロナウ  
イルスのネガティブから見  
つけたポジティブ」

国際交流イベント  
・ スケジュール  
・ 紹介

## Contents

We Started an Instagram  
Account!

CIR Message:  
Krankenversicherungen  
in Deutschland

Report:  
International Activities  
(May & June 2020)

ALT Message:  
Finding the Positives  
Amongst the Negatives  
During COVID-19

Upcoming Events!  
Please Look on  
Facebook for English  
Information!

延岡市

# 国際交流 Newsletter



ドイツの薬局 (ドイツの健康保険に関する記事: ページ2)

## Instagramを始めました! [We Started an Instagram Account!](#)

国際交流推進室としてInstagramページを開設することになりました! 当ページで国際交流事業やホストタウンのイベント、そしてホストタウンの相手国を紹介したいと思います。ストーリーで、イベントの紹介などもします! Instagramアカウントを持っている方は、是非、「nobeoka\_international」というアカウントを確認し、写真が気に入ったら、フォローやシェア等をよろしくお願ひします。懐かしいイベントの写真もシェアしていますので、イベントに参加したことがある皆さんも写っているかもしれません!

We recently started an Instagram account to post pictures of international events and keep you informed about the exchange with our Host Town partner countries, Germany and Myanmar! We will also announce exchange events in our Instagram Stories! Please check out our new “nobeoka\_international” account and follow us if you enjoy the pictures! We are currently updating the page with pictures from our favorite events from the last years. Have you ever participated in one of our events? You might find yourself in one of the pictures!

## CIRメッセージ



ブブリス カリナ  
延岡市国際交流員

Carina Bublies  
(CIR) Coordinator for  
International Relations

## Keywords

### キーワード

(日本語・ドイツ語)

ほけん

## 保険

die Versicherung

ぎむ

## 義務

die Pflicht

こうしゅうにゅう

## 高収入

das hohe  
Einkommen

いしゃ

## 医者

der Arzt

国によって、健康保険に関する規制や権利、自己負担金が違いますね。日本に住んでいる外国人から日本でお医者さんに診てもらうことは自身の出身国より負担金が安いと何回も聞きました。ドイツ人からすると、それはちょっと違います。

Je nach Land sind die Regelungen, Ansprüche und Kosten in Bezug auf Krankenversicherungen sehr verschieden. Von vielen Ausländern in Japan habe ich gehört, dass Arztbesuche in Japan billiger als in ihrem Heimatland sind. Aus deutscher Sicht ist das aber etwas anders.

## ドイツの健康保険 Krankenversicherungen in Deutschland

ドイツでは1883年から健康保険制度があります。ドイツは世界で最初に社会保険を制度化した国です。一番最初の健康保険の対象者は労働者でした。時とともに、健康保険に入っている人が増えて、今のドイツでは保険に入っていない人はほとんどいません。2007年の医療改革により、現在はドイツに住んでいる人たちには健康保険に入る義務があります。

以前は高収入の人の中には、自分の意思で保険に入っておらず、個人でリスクを負っていた人もいましたが、今は法的強制保険や私的保険等から選択し、健康保険に入る必要があります。法的強制保険の場合、負担金額は所得により変わりますが、給付請求権は保険に入っている人は全員一緒です。

In Deutschland gab es die erste Krankenversicherung schon 1883. Damit war Deutschland weltweit das erste Land mit einer Sozialversicherung. Diese erste Krankenversicherung galt vor allem für Arbeitnehmer. Im Laufe der Zeit hat sich Anzahl an Krankenversicherten erhöht und heute gibt es kaum noch Personen in Deutschland, die nicht krankenversichert sind. Durch die Gesundheitsreform von 2007 gilt mittlerweile in Deutschland sogar eine Versicherungspflicht für alle Einwohner und Einwohnerinnen .

Zuvor hatten einige Personen mit hohem Einkommen freiwillig auf eine Versicherung verzichtet und das Risiko im Krankheitsfall selbst getragen. Nun sind sie aber in der Pflicht entweder der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) oder zum Beispiel einer privaten Krankenversicherung beizutreten. Im Falle einer GKV ist der zu zahlende Beitrag vom Lohn abhängig, der Leistungsanspruch jedoch für alle Versicherten gleich.



ドイツではお医者さんに診てもらくと、基本的に医療保険が全部の金額を負担してくれます。それは一般のお医者さんにかかる場合だけではなく、歯医者さんに行く場合でも一緒です。ただし、特別な治療を選ぶ場合、保険外になる可能性があります。薬の10%の金額が5ユーロ（約600円）以上の場合、5ユーロを含む10%は自己負担金となります。ただし、自己負担金は最大でも10ユーロに限られています。

入院費用もほとんど無料です。1日です。10ユーロで、1年度に28日を超えると、29日目から無料になります。

ドイツに住んでいる人が病気になっても、治療の支払いについて心配する必要がほとんどありません。

Geht man in Deutschland zum Arzt, so übernimmt die Krankenversicherung in der Regel alle anfallenden Kosten. Dies beinhaltet auch normale Termine beim Zahnarzt. Nur wenn man spezielle Sonderleistungen will muss man selbst zahlen. Für Medikamente zahlt man nur einen Anteil von 10%, aber auch nur wenn dieser über 5 Euro ist. Die Maximalsumme liegt bei 10 Euro.

Auch Aufenthalte im Krankenhaus kosten kaum etwas. Pro Tag zahlt man nur 10 Euro, wobei der Aufenthalt ab dem 29. Tag pro Kalenderjahr sogar gar nichts kostet.

Wenn man in Deutschland also krank wird, so muss man sich kaum Sorgen um die Arztkosten machen.

やつきよ  
薬局  
Die Apotheke

くすり  
薬  
das Medikament

びょういん  
病院  
das Krankenhaus

# レポート:2020年5月 & 6月の国際交流活動 Report: International Activities (May & June 2020)



## ドイツ人選手への応援動画 Cheering Video for German Athletes

延岡市は、東京オリンピック・パラリンピックに向けて、ドイツやミャンマーを相手国とするホストタウンの取組を推進しており、スポーツや文化交流を行っています。

同じように、全国にはドイツを相手国としたホストタウンに登録されている多くの自治体があります。今回はその中のひとつで以前から連携してホストタウンの取組を行っている豊橋市との合同プロジェクトで、ドイツ人選手向けの応援動画を撮影しました。そのため、延岡学園高等学校に訪問し、ドイツ語で応援のメッセージを撮りました。他に兵庫県豊岡市と東京都青梅市もプロジェクトに参加しました。

Nobeoka City is acting as a “Host Town” for the Olympic and Paralympic Games in Tokyo with Germany and Myanmar as a partner country.

Besides Nobeoka, various other municipalities in Japan also registered as host towns for Germany. One of these cities is Toyohashi in Aichi prefecture. For a new project, Nobeoka and Toyohashi worked together and filmed various people cheering for German athletes. Filming started in May at the Nobeoka Gakuen High School. Toyooka in Hyogo prefecture and Ome in Tokyo also participated in this project.

## 広報のべおかの「ホストタウンコラム」 Host Town Column in the City Magazine

ドイツとミャンマーをより知ってもらうため、6月から広報のべおかの新しいコーナー「ホストタウンコラム」で相手国のドイツとミャンマーのことを紹介しています。6月号の記事はドイツやミャンマーの人気観光スポット、7月号の記事はスポーツについてです。

In June, a new “Host Town Column” was started in the Nobeoka City magazine to introduce various aspects of our partner countries Germany and Myanmar. The topic for the first Japanese article is famous sightseeing spots in Germany and Myanmar, while the second article in July is about sports!



## ALTのラジオ番組「NobeChat15」 ALT Radio Program “NobeChat15”

5月から、延岡市のALTがFMのべおかのラジオ番組「NobeChat15～てげやさしい英会話教室～」に登場しています。ALTが簡単な英会話を教える番組です。テキストはFMのべおかのホームページ、または毎週火曜日の夕刊デイリーに掲載されています。時間帯は8月末までの毎週水曜日、16時15分から16時半までの15分間です。

Since May, Nobeoka City's ALTs have been appearing in a radio program called “NobeChat15”, which airs on FM Nobeoka. In this program, the ALTs teach some easy English. Lesson materials can be found online on the FM Nobeoka homepage or printed in the Yukan Daily Newspaper every Tuesday. The show airs for 15 minutes every Wednesday through the end of August from 16:15 to 16:30.



## 国際交流イベントの再開 Re-start of International Events

新型コロナウイルスの影響で、3月からすべての国際交流イベントが中止や延期になっていましたが、6月10日に久しぶりに「ドイツ語講座や国際交流フリートーク」を再開しました。マスク着用や検温等、注意点がたくさんありましたが、今まで勉強したドイツ語を復習しながら、「家族」というテーマについて勉強できました。そして、6月17日は「ドイツ語で話してみよう！～ドイツ語フリートーク」も開催できて、ドイツ語や日本語で音楽について会話しました。

In response to the spread of the novel coronavirus, international events in Nobeoka have been cancelled or postponed since March. On June 10th, we were finally able to restart two of our regular events, the “German Class for Beginners” and the “International Free Talk”. Although everyone had to wear a mask, check their temperature, and follow other preemptive measures, we were able to review some German words and sentences from previous sessions, and talk about “families”.

On June 17th, “Let’s try speaking in German together! ~ German Free Talk” was also held. We used German and Japanese to talk about music.



## ALTメッセージ



小西実樹

延岡市教育委員会

Miki Konishi

Nobeoka City BOE

こんにちは。私の名前は小西実樹です。私は延岡市の小中学校でALT(外国語指導助手)として勤めています。今年で2年目です。私の出身地はアメリカのバージニア州にあるレストン市です。レストンはワシントンD.C.の郊外です。私の趣味は料理と食べる事です。特に和食が好きです。延岡のラーメンは最高だと思います。残念ながら、今年で延岡での生活が終わります。7月にアメリカへ戻ることにしていますので、是非、皆さんとお別れの挨拶をしたいと思います。

Hello everyone! My name is Miki Konishi. I am a second-year ALT working at elementary and junior high schools in Nobeoka. I am from Reston, Virginia, a suburb of Washington D.C. I enjoy cooking and eating, especially Japanese food. I think that Nobeoka has great ramen! Unfortunately, this will be my last year in Nobeoka. I plan on moving back to the U.S. in July so I hope I can see more people before I leave!

## Keywords

### キーワード

(日本語・英語)

こうせいげん

## 渡航制限

travel restrictions

にさんかたんそ

## 二酸化炭素

carbon dioxide

ちきゅう

## 地球

earth, world

おせん

## 汚染

pollution

## コロナウイルスのネガティブから見つけたポジティブ

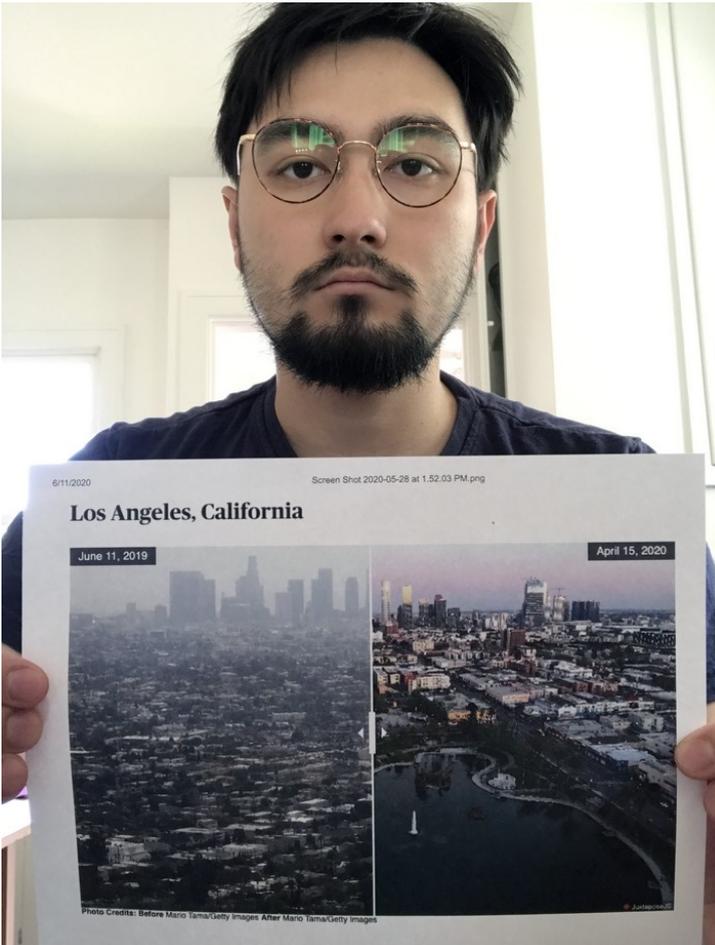
Finding the Positives Amongst the Negatives During COVID-19

最近、新型コロナウイルスの所為で私達の生活は大きく変わりました。家族や友達を失った人は、2度と昔の生活に戻ることは不可能だと私は思います。マイナスな事が多いながら、プラスな変化も起きていることを知っていますか。全世界で渡航制限を実施しているので、通勤や旅行に行っている人が減り、空気が清浄になっているそうです。二酸化炭素を吐く車が減り、地球の環境にとっていいことだと聞きました。特に汚染が酷い地域は目に付くほどの変化が起こっているそうです。渡航制限の前と後に写真を撮って、大きな変化を実感した人もいます。すぐくないですか？

人口の多いロサンゼルスやニューデリー、ロンドンの写真があります。数週間でその地域の空気はきれいになったそうで

Recently, our lives have been dramatically impacted due to COVID-19. Many people have lost friends and family and our way of living has completely changed. While there are many negative consequences of the corona virus, did you know that there has been some positive that has come from it? Due to travel restrictions being put in place around the world, fewer people are commuting and traveling, resulting in cleaner air. Our earth is very happy with fewer vehicles emitting carbon dioxide. The cleaner air is extremely noticeable in some parts of the world where pollution has been a major issue. People have been documenting this change with photos from before and after the travel restrictions and the results are stunning! Isn't it amazing?

There are some photos of places like Los Angeles, New Delhi, and London that have many people living there. The air in those places became much



す。人口の少ないネパールでも、空気は  
もっときれいになりました。エベレスト山が見  
えるようになりました。

この変化をきっかけとして、人々がどうやって  
車や飛行機で汚染し、それが地球にどんな  
影響があるのか議論になりました。数ヶ月  
でこんなに大きな変化が起きたので、新型  
コロナウィルスが落ちついてからも同じように  
行動を減らしたら、地球にどんな影響があ  
るのか？健康的な環境は私たちの手元に  
あります！

※この記事に関する他の汚染の写真は著作権のため、  
ニュースレターに使えませんが、フェイスブックにリンクします  
ので、ご確認ください。

cleaner after just a few weeks of less  
pollution. Even places with fewer  
people like Nepal experienced  
improvements in air quality. You can  
now see Mt. Everest in the back!

This recent change has sparked  
conversations amongst people about  
how much we pollute by using cars  
and planes for travel and the  
noticeable effects that has on our  
environment. If only a few months of  
decreased pollution can make such a  
noticeable difference, what would our  
world look like if we kept this up even  
as the pandemic passes? The  
possibility for a healthier environment  
is within our reach.

※For copyright reasons other photos showing pollution in  
various regions can't be printed in this newsletter. Please  
check the link on Facebook to see them.

ひこうき  
飛行機  
airplane, plane

かんきょう  
環境  
environment

てもとにある  
手元にある  
within our reach

これからの

## 国際交流イベント Upcoming Events !

7月

July

- 8日（水） ドイツ語講座&ランチと国際交流フリートーク  
時間：11時～13時 場所：社会教育センター 研修室 6
- 15日（水） ドイツ語で話してみよう！ ～ ドイツ語フリートーク  
時間：18時～19時 場所：社会教育センター 研修室 6
- 29日（水） ドイツ語講座&ランチと国際交流フリートーク  
時間：11時～13時 場所：社会教育センター 研修室 6

8月

August

- 12日（水） ドイツ語講座&ランチと国際交流フリートーク  
時間：11時～13時 場所：社会教育センター 研修室 6
- 19日（水） ドイツ語で話してみよう！ ～ ドイツ語フリートーク  
時間：18時～19時 場所：社会教育センター 研修室 6

### ドイツ語講座

ドイツ出身の国際交流員と、ドイツ語を学んでみませんか？

- ※ 申込み不要 ※ 毎月1回～2回 11時～12時 ※ 場所：社会教育センター
- ※ ドイツ語講座の後にランチと国際交流フリートークを開催します。

### ランチと国際交流フリートーク

ドイツ出身の国際交流員と、ご飯を食べながら楽しく日本語で会話してみませんか？

- ※ 申込み不要 ※ 毎月1～2回 12時～13時 ※ 場所：社会教育センター
- ※ ランチと国際交流フリートークはドイツ語講座の後に開催します。
- ※ ランチと国際交流フリートークのみの参加でも大丈夫です。フリートークは弁当を持参ください。

### ドイツ語で話してみよう！～ドイツ語フリートーク

※ 申込み不要 ※ 毎月1回 18時～19時 ※ 場所：社会教育センター

ドイツ人の国際交流員とドイツ語で様々なテーマについて話してみよう。ドイツ語を楽しみながら、レベルアップできます！ドイツ語で話してみたい方、参加してみてください！ 聞いただけでも大丈夫です！

### 発行 Published by

延岡市役所総務部国際交流推進室（総務課内）  
Nobeoka City, International Exchange Promotion Office  
担当：ブリス・カリナ（国際交流員）

### 連絡先 Contact

T e l . (0982) 22-7006  
M a i l : kokusai@city.nobeoka.miyazaki.jp  
〒882-8686 延岡市東本小路2-1



Nobeoka International -  
延岡市国際交流推進室



nobeoka\_international