



▲湖北亀山広播電視塔と長江



▲泉州・西街の風景



▲熱乾麵(ルーガンミエン)



▲泉州に溶け込む仁寿塔

宜野湾市にお住まいの皆さま、こんにちは。現在、中国・廈門市へ留学中の桑江夏海です。廈門に留学して、早くも5か月が経ち、留学生活も折り返し地点に差しかかりました。授業は決して簡単ではありませんが、中国語や文化を現地でする貴重な機会に感謝しています。

この約半年間、授業のない週末を利用して中国国内を旅行しました。実際に現地を訪れることで、教科書だけでは分からない中国の広さや多様な文化を肌で感じる事ができました。今回はその中から印象に残った場所をご紹介します。最初に訪れたのは、中国・湖北省の省都、武漢市です。武漢は中国中部に位置し、長江と漢江が合流する交通・商業の要所として発展してきました。廈門からは飛行機で約2時間と、アクセスも良好な都市です。武漢の名物料理として知られている

# 留学記 ニイハオ!

アモイ  
中国廈門市  
その2



第20期 海外留学生  
なつみ  
くわえ  
桑江 夏海

が「熱乾麵(ルーガンミエン)」です。沖縄そばに似た麺に、練りごまや肉味噌を絡めて食べる汁なし麺で、地元の人々に長く愛されてきた味を実際に味わうことができました。また、今回の旅の大きな目的は、長江を自分の目で見ることで、夜に眺めた湖北亀山広播電視塔と長江が織りなす景色は美しく、印象深い体験となりました。

11月にはクラスメイトとともに高速鉄道に乗り、福建省の泉州を訪れました。泉州は「海のシルクロード」の起点として知られ、長い歴史と多様な文化が今も色濃く残る都市です。天后宮、清浄寺、開元寺などの歴史ある寺院を巡り、なかでも開元寺にある仁寿塔は泉州の街並みに自然に溶け込んでいました。異なる宗教や文化が共存してきた泉州の歴史的背景を実際に見ることができ、学びの多い旅となりました。

今後も現地の文化や人々との交流を大切にしながら、毎日を楽しみつつ成長していきたいです。ここまでの経験を活かせるよう、一日一日を大切に頑張ります。

## 高齢者のなんでも相談窓口

# “地域包括支援センター”

- ・介護保険や介護予防について知りたい
- ・健康面や認知症について不安や困りごとがある
- ・運動できる場所やサークル等が近所にあるか知りたい
- ・身寄りがなく、財産管理について困っている
- ・高齢者が虐待されているかもしれない
- ・近所に住む高齢者を最近見かけないため心配 など

高齢者の生活を地域のネットワークで総合的に支えます



## 地域包括支援センター

主任ケアマネジャー、保健師・社会福祉士、認知症地域支援推進員

必要に応じて以下の関係機関と連携し支援を行います。

- ・市役所
- ・社会福祉協議会
- ・自治会
- ・民生委員
- ・警察署
- ・介護サービス事業者
- ・医療機関 など

問 介護長寿課 ☎893-4403

▶まずは担当の地域包括支援センターへご相談ください

地域包括支援センター	担当圏域(自治会区)	電話番号
ふてんま	野嵩・普天間・新城・喜友名	☎943-4165
かいほう	伊佐・大山・真志喜・宇地泊・大謝名・大謝名団地・嘉数ハイツ	☎942-8377
ふれあい	真栄原・佐真下・嘉数・我如古・上大謝名	☎897-4165
ぎのわん	赤道・上原・愛知・神山・宜野湾・長田・志真志	☎896-1339