

Narashino International Association



NIA SQUARE ファウエア

Quarterly News

第56号

2001年12月1日
習志野市国際交流協会

Special

大韓民国、キムチ マシソヨ

What's New

ALT. ニューフェイス

Report

2001、タスカルーサ派遣

Report

フィンランドの祭り

Information

N.I.A. 事業報告

N.I.A. Youth

世界のお菓子

Challenge

ザ・英文クロスワード

大韓民国ー「キムチ マシソヨ！（おいしいよ）」

申 敏 (N.I.A.会員)

現在のキムチの形は、1600年代に唐辛子が常用され始めてからできたものです。本当のキムチは、三国時代に遡ることができます。そこから長い歴史を持っています。ここでは、韓国人の人々のキムチにたいする思いや自然にある食文化がそのまま食べ物になったキムチ、そして、韓国の文化が凝縮されているキムチについてお話してみます。

キムチの製造過程や材料の栄養価について難しい言葉がでてきますが、日本の人々に少しでもキムチの本当の姿をお知らせしたいと思います。そしてこれを機に韓国により深い関心を持ってください、そして私の祖国への思いも読みとっていただければ大変嬉しいです。

キムチの由来

人類は食糧を保存するためにまず日に干して水分を蒸発させる。即ち、乾燥という方法を考えました。その後、人々は塩漬けをして保存する方法を、さらには、それを発酵させる貯蔵方法を開発してきました。キムチは、この貯蔵方法の発展の賜物だと言うことができます。私たちの先祖は、塩田で生産した塩を利用して、食品を塩漬けにする方法を実践しました。これがキムチの始まりです。当時の韓国は、炭水化物が主成分であるコメを主食にする農耕社会でしたから、ビタミンや各種のミネラルを野菜から摂取しなければなりませんでした。そこで

野菜の収穫がない厳冬期は、白菜を塩漬けにして食べたというわけです。昔の文献からも野菜の長期保存のために単純な塩漬けが行われていたことが推察できます。中国にも日本にも塩、みそ、醤油で作る漬物がありますが、これらは、発酵の初期の段階で食べるのが一般的に

美味とされています。しかし、キムチは、完全に発酵させるため五種類以上の野菜（白菜、大根、ネギ、ニンニク、人参等）に魚貝類の塩カラなどを加えて、七種類ほどの個々の味覚を味わえるように作られています。当初のキムチの材料は、ほとん

んど大根でした。夏は、醤油漬け、秋から春までは塩漬けで食べていたという記録が文献に残っています

さて、16世紀に日本から入った唐辛子は、17世紀後半からキムチに取り入れられるようになり、さらに19世紀には、キムチャン キムチ（越冬のための調味野菜や魚貝類をふんだんに使ったものを指し、他の季節に食べる物をキムチと言います。これが日本でも一般的に知られているキムチです。）に最適な白菜（結球白菜）が中国から入り、韓国でも生産されるようになりました。こうして現在のキムチが誕生しました。



申敏さんの結婚式

こうしてキムチは、四季や気候、各家庭によって異なる食生活の中で多様な発展を遂げ、韓国人々の生活に定着してきました。

キムチの語源

キムチは、塩漬け野菜～沈菜の総称です。沈菜は、チンチエと発音し、長い年月の間に次のように変化してきました。即ち、チンチエからテインチエ、そしてキムチエからキムチへと変化した。

キムチの化学成分

キムチは、発酵食品です。発酵とは、腐敗を意味することもありますが、むしろ健康によい食べ物として世界中の食文化の一端を担つてきました。チーズ、ヨーグルト、ピクルスなどは、欧米の代表的な発酵食品です。キムチは、熟成過程で酸による殺菌が行われ、良質の菌が野菜の糖分と一緒に甘味を形成します。キムチには、数種類の発酵菌がふくまれていますが、この旨味を引き出すのが、リューコナスタック メンセンテロイズ（乳酸菌のようなもの）という菌です。次に、ラクトバシラス プラトラムという菌は、殺菌作用をするために酸を放出し、それによってキムチに酸味が生じます。この他にもデキストラン（澱粉や纖維素その他ブドウ糖の天然の重合物の総称）という菌は、腸を活性化し、食物纖維と相乘して、消化不良や便秘に効果をもたらします。

他の発酵食品のように外から菌を添加するのではなく、キムチには、それ自体にこれらの菌を自家生成するところにキムチの良さがあります。ある人は、キムチには300種類もの菌が生きていて、温度、湿度、菌の増減により熟成のためのよい状態を作り出しているといいます。

キムチの菌は、5℃で50日ぐらいで増殖のピークを迎え、これを境に減少していきます。ですから、50日目ぐらいのキムチが最も味が良く、しかも栄養価が高いのです。ヨーグルトなどは、製造過程で殺菌を施しますが、キムチは、自身に殺菌作用があるためその必要がありません。

キムチは特別の知識がなくても野菜を適切に塩漬けにすれば菌が生まれ、健康に良い食品になります。最近では成人病やガンの予防にもよいと言われています。自家製キムチ是非挑戦してみませんか？

キムチの効能

キムチは、白菜、大根、キュウリ、ヨルム（大根のわかいもの）が基本的な主材料で、これにさまざまな薬味を加えた複合食品です。材料それぞれに栄養的な特質がありますが、ニンニクを例にとりその効果について触れてみます。

ニンニクは、ネギやタマネギに比べて、熱量が高く、

タンパク質、脂肪、炭水化物、鉄分、チアミン（ビタミンB1の国際的名称）、ビオフラビンを多く含んでいます。あのニンニク特有の臭いは、アリシンという成分です。このアリシンはビタミンB1と結合して新たな活性ビタミンをつくります。ニンニクは、昔から、利尿、高血圧、結核、動脈硬化、百日咳、肝臓の強化などに薬用効果があるとされています。成人病や大腸ガンの予防にもなります。便秘で悩んでいる人、ビタミンが不足しがちな人、キムチを食べると元気になりますよ。

キムチの四季

韓国の家庭で作られるキムチの種類は、300種以上あります。また新しいタイプのキムチが次々に考案されています。四季がはっきりしている韓国では、季節によって材料の野菜も異なります。また、地方によっても、色々のキムチがありますので思いつくままに列挙してみます。

四季別キムチ

春：新鮮な白菜キムチや三つ葉キムチ

夏：ヨルムキムチやキュウリキムチ（別名オイキムチともいう）

秋：唐辛子キムチや細ネギキムチやゴマの葉キムチ

冬：薬味をどっさり使ったキムチ（冬のビタミン不足を補うため）

各地方のキムチ

ソウル：ずいきキムチ

京畿道：チョンガキムチ（チョンガとは大根の一種）、ナバキムチ（角切りの大根や梨が入ってる水キムチ）、ピヌルキムチ（大根を鱗状に切ったキムチ）

慶尚道：ニラキムチ、ごぼうキムチ（糖尿病に良いと言われている。唐辛子とニンニクの効いた物）、蔓キムチ（豆の蔓）

全羅道：コトウルペギキムチ（いぬやくしそう）、トンチイミ（大根の水キムチ）、カッキムチ（からし葉）

忠清道：ソッパジ（大根、白菜、魚貝類の贅沢なキムチ）、チョンガキムチ、大根キムチ。

江原道：魚貝キムチ（イカ、タコ、牡蠣、魚）、ソッコリキムチ（魚の頭、鰓を入れた大根）、イカキムチ（イカと大根）、蔓人参キムチ。

黄海道：カボチャキムチ（カボチャと白菜と大根の葉）、ポッサンキムチ（塩漬けの白菜でキムチの薬味を包んで食べる）。

平安道：白キムチ（唐辛子の入らないキムチ）、ソッパジ、ナスキムチ。

日本の皆さんにとって一番馴染みのキムチ、「白菜の

当座漬け「コツチヨリ」の作り方を教えます。今の季節は白菜で作ってみて下さい；

材料：白菜 1/4、塩 大5、小ネギ 1束、ニンニク 1ヶ、生姜 1カケ、唐辛子 150g、醤油 大1、海老塩辛 大1、砂糖 大1、ゴマ 少々、ゴマ油 少々。

作り方：① 白菜は1枚ずつ洗い塩をまぶし1時間から2時間位おく、② ①を水洗いしてザルに入れ水切りする、③ ②を食べやすい大きさに手で縦方向に裂く、④ 海老塩辛をみじん切にする、⑤ ニンニクと生姜を摩り下ろす、⑥ 醤油と唐辛子と④、⑤をボウルに入れ良く混ぜる、⑦ ネギを5cm位に切る、⑧ ③と⑥と⑦に砂糖、ゴマ、ゴマ油を入れ良く混ぜて器に盛って出来あがり。

キムチのことについて書きました。キムチは、韓国を代表する食品、いえ、民族の土台になっている物といつてもいいほど大切な文化です。キムチがなければ生きていくことが難しい。皆様 是非色々なキムチを食べてみて下さい。きっと、やみつきになりますよ

キムチ以外のこと

韓服 (hanbok)

韓服は、直線と柔らかい曲線とが美しく調和された韓国の伝統衣装です。女性は、短い丈のチョゴリ（上着）とゆったりした長い丈のチマ（スカート）が優雅さを醸し出しております。韓国の伝統衣装の韓服には、韓国人の美意識がよくあらわれています。韓服の特徴は、身体の曲線を外に表さないゆったりとしたシルエットです。このような形は、身体の動きを出せる限り拘束しないものであります。基本的に韓服は、男性の場合、パジ（ズボン）とチョゴリが基本でチョッキとマコジャ（チョゴリの上に更に重ねて着る襟のない上着）があります。女性は、チマとチョゴリという構成になっています。その上にコートにあたるトゥルマギを羽織ります。今のような服装が出来あがったのは、朝鮮王朝時代（1392—1910年）からで、色は白やヒスイ色のような淡いトーンが好まれています。タホン（多紅）チマやセク（色）トンチヨゴリなどの原色の多く使われた韓服もありますが、やはり韓国で最も好まれる色は、白で現在でも華麗な刺繡の施された白い服は楚々とした美しさで人気が高いものです。礼法、素材、色相等は、身分によって違うし季節によっても違います。しかし、結婚等の祝いの日には、平民も貴族が着る華麗な色彩の服と装身具を着用することができます。今では、普段あまり着られなくなりましたが、正月やお盆、結婚式などの祝いの日は正装で皆でお祝いします。最近では、韓服の長所に実用性がくわわった「生活韓」が人気です。

サッカー

伝統的に韓国の国民は、サッカーが好きです。サッカ

ーは、いつ、どこでも簡単に試合ができる出来ますし、又、これといった道具も必要なためこのスポーツを好む傾向があります。サッカーは、スピード、体力、チームワーク等が要求されるスポーツなので体力増進の面から好む人も多いです。来年は、い

よいよ韓国と日本でワールドカップが共同開催されますね。成功することを共に祈りましょう。この他、韓国固有の護身術であるテコンドー、ボクシング、シルムをはじめ若い世代に人気のバスケットボール、アーチェリーやゴルフ、卓球があります。冬には、スキーやスケートに興じる人々も多く、スケートのショートトラックは、国際的な水準に達しています。

ハングル (HANGELL)

ハングルは、韓国固有の文字です。「ハングル」の意味は、「偉大なる文字」です。10個の母音と14個の子音からなり、夫々の子音と母音が組み合って一つの文字を作ります。ハングルは、朝鮮王朝時代の第4代世宗大王（王位1416—1450年）と学者等によって作されました。韓国語を表す文字がなかった当時、難しい漢字を知らない百姓達のためにこの大王は、文字の創製に取り掛かりました。そして、1446年に「訓民正音—フンミンジョンウム」を発表しました。これはハングルの昔の名称であります。この「訓民正音」は、1997年にユネスコで世界記録文化遺産に登録されて世界的に価値を認定されました。

漢字

表記は、ハングルでも日本語と共に漢字が基になっている言葉が多いです。「安心」、「家具」、「気温」、「散歩」、「市民」のように、漢字も意味も発音も殆ど同じであるものも少なくないです。「空港—コンハン」、「国立—クンニップ」、「文化—ムンファ」など漢字が同じでも発音が異なるものもあります。挨拶に良く使われる「アンニヨン」も「安寧」のことであることが分かると親しみやすいですね。

「キムチ」のことを中心に韓国の服装、言語、スポーツと興味のある一部を思うがままに書いてみました。是非韓国のこと好きになって下さい。



チマ チョゴリを着て

JETプログラム

「語学指導等を行う外国青年招致事業」(JETプログラム)は、日本における外国語教育の充実を図るとともに、青年交流による地域レベルでの国際交流の発展を図ることを通じて、日本と外国との相互理解を増進し、わが国の国際化の促進に資することを目的に、1987年から実施されている事業です。

全国で2000年度には39カ国から6078名の外国青年が、日本を訪れる事業に参加しています。

JETプログラムには、職種が2種類あります。

(1) 国際交流員

CIR (Coordinator For International Relations)

国際交流活動に従事する者、地方公共団体の行政部門等に配置され職務に従事する。

(2) 外国語指導助手

ALT (Assistant Language Teacher)

語学指導に従事する者、教育委員会、中・高等学校等において職務に従事する。

習志野市もALTの採用を1987年度より行い、外国青年の数も順次増加し、2001年8月より市内7中学校に1人配置できる体制となりました。

ナオキ カネコ (アメリカ出身)



こんにちは。サンフランシスコで生まれ育ちました。私は日系アメリカ人ですが、国籍は、サンフランシスコならではの様々な国の要素を持っています。様々な国の人々と知り合い、多くの色んな文化に触れることが出来ました。父は東京生まれ、母はハワイで生まれました。ハワイと日本を何回も訪れることができ、恵まれた子供時代を送りました。日本を訪れるのは、今回で6回目です。デイビスにあるカリフォルニア大学を卒業しました。サンフランシスコから北に約1時間のところにあります。生理学、副専攻の日本語と経済学の学位を取得しました。趣味はバスケットボールとゴルフです。読書や音楽鑑賞も好きです。将来、スポーツドクターになりたいと考えております。ALTを希望した理由は子供達相手の仕事が好きということと、自分の日本語を試してみたいということからです。そしてまた、私の日本の祖母とより交流を深めたいからです。あまり、英語が話せない彼女のためにまず、私が先に日本語を学んで日本の文化をもっと理解したいと思っています。来日して、今日で約2ヶ月経ちましたが(10月初旬現在)、毎日を楽しく、習志野での生活を楽しんでいます。

ジョシュア ライドインアワー (アメリカ出身)



私は1978年にフロリダで生まれました。両親は私が1歳の時、離婚し兄と祖父母のところに預けられました。その後、私達一家はドイツに移り住みました。その軍事基地のアメリカ人だけの幼稚園、小学校に通っていました。ドイツ人に囲まれた生活をしていたにも拘らず、私の友人はアメリカ人ばかりだったのです。妹が生まれたのは1982年でした。私達は余り仲が良くなく、まさに私が問題児になった時期のことでした。私は活発過ぎて、いつも問題を起こしていました。ドイツに6年間住んでからテキサスのランパサスに移り小学校を卒業して、中学に入りました。3年後に再び、ドイツに戻り中学を卒業し、高校に行き2年間いました。優秀な生徒ではなく、平均以下でした。歴史や国語に興味を抱きましたが真剣に学ぼうとはしませんでした。3年後にドイツを離れアラバマ州に定住することになりました。高校を卒業した後、何をしようか決めていなかったので、大学受験に挑み、タスカルーサ市にあるアラバマ大学に入学を許可されました。ニュー カレッジと呼ばれる興味深いプログラムを見つけました。これは生徒が主導的にクラスを作り、テーマ毎に教授を選んで、自主管理のもとで学術研究を行うことが許されるていたのです。この方式に

ALTの職務内容は、中・高等学校において日本人教師の外国語授業の補助を中心に教材作成やクラブ活動への協力等、学校現場での職務が主体です。その他、地域における国際交流活動への協力も職務内容になっています。

ALTと地域の連携

N.I.A.では、職務に支障のない範囲で、ALTに交替で事務局に来て頂くことになりました。毎週月曜日、教育委員会への勤務後来ることになりますので午後3時以降になります。

このALT活動の目的は、

- 1、市内の中・高校生が、授業以外でALTと交流する機会を設ける。
- 2、N.I.A.会員や市民が、外国青年と交流を行ひ諸外国の情報を得たり、日本の文化や習慣を教える場とする。
- 3、ALT自身も幅広い人達と交流を図ることにより、日本での生活が利便になり、日本語を学ぶことができる。

今回は、以上の計画を、お知らせすることに合わせて、習志野市のALTの皆さんプロフィルを紹介いたします。

素晴らしい自由を見出しました。キャンパスでの学術研究や社会生活に大変興味を抱くようになり環境哲学士の称号をもらい、今年5月に大学を卒業しました。学校新聞の編集者になり、一年間コラム欄の執筆を担当しました。視野を広め、知識や経験のない違った世界を知るため、タスカルーサ姉妹都市プログラムで来日しました。

アジト カウル（インド出身）



皆さんはじめまして。8月JETの参加者として日本に来ました。今年インドから初めて2人のALTが選ばれました。私は千葉で、もう一人は三重県で働くことになりました。インドというと、誰でも先ずカレーを思い浮かべるかも知れませんが、インドは大きな国で、多民族国家です。ですから、30種類ほどの言葉が使われています。ヒンディー語（インドの国語）と英語は公用語として使われています。私は四つの言葉、即ちヒンディー語、英語、パンジャーピー語（私の母語）と日本語が出来ます。日本では、毎日子供に接することによっていろんな勉強をしています。今、私は子供達に英語を教えるとともに、インドの文化について色々紹介しています。こうした活動を通じて国際交流がどいどうか分かってきました。皆さんどうぞよろしくお願ひします。

エドモンド ホー（オーストラリア出身）



私の名前はEdmond Hoです。今年で24歳になります。現在5中に勤務しています。日本での滞在を通して日本語の勉強と日本文化を深く追求したいです。8月初旬に来日、楽しい時を過ごしています。習志野の人とたくさんお話ししたいです。皆さん気軽に声を掛けてくださいね。趣味は読書とスポーツです。ラグビー、バスケット、テニス、スカッシュ、その他のスポーツも好きです。

タマラ ラナツンガ（イギリス出身）



皆さん初めまして。イギリスのマンチェスターから来ました。そこで生まれましたが、両親はスリランカ人です。7月に来ました。日本は初めてで、習志野に来ることができてとても嬉しいです。すてきなところですね。お会いした人達はとても親切で助かります。7中で教鞭をとっていますが、母国で働いているようです。頼りになる先生方や元気一杯の子供達に感謝しています。大学では心理学を専攻しました。楽しく「教え、学ぶ」手法を実践しています。日本の食べ物、大好き。ザルそば、お好み焼きは特に美味しい。読書、音楽鑑賞が趣味ですが、日本に来てからは、ハイキングが加わり美しい田舎にも行ってきました。とても素晴らしいのは、富士山に登ったことです。疲れましたが、展望の素晴らしさに感動しました。もっと一杯日本を見たいと思っています。日本語をもっと勉強し日本での滞在が楽しいものになるように頑張ります。どうぞよろしくお願ひします。

ケイト ウォレス（ニュージーランド出身）



こんにちは。8月に来ました。6中で英語を教えています。ALTになるきっかけは色々ありました。母国の学校で先生になる訓練中に外国の学生を介して、私も異なる言葉や文化に触れてみたいという気持ちがどんどん膨らみました。それに、二人のニュージーランドの友達とJETへの参加者からの影響です。以前日本でALTとして教えたことや生活したことがいかに素晴らしいかなど、様々な経験談を聞いていました。そして、日本でALTとして働くことは、外国文化を知り、日本語を学ぶ絶好の機会と考えたからです。ニュージーランドの東海岸の町、ティマルで生まれました。姉と妹がいます。姉の家族はロンドンに、妹と私は日本に来る前、クリストチャーチにいました。私の趣味はスポーツです。中でも、テニスやバスケットボールが好きです。また野外での活動、ハイキングが好きです。音楽を聴くこと、読書、美術館巡りも好きです。日本滞在中に日本の地方を巡り、北海道にスキーやハイキングに行きたいですね。今、日本料理、特に海産物やお米の料理を楽しんでいます。習志野で、多くの人々と早くお話しできるように日本語と日本文化を学びたいものです。

マイケル リーガル（カナダ）



1999年の7月、日本にきました。英文学、歴史、そしてTEFL (Teaching English as a Foreign Language) の学位を大学で終わらせたばかりだったのです。当時、私はいったい将来何をしたいのか、分かっていませんでした。私はただ、日本での新しい仕事と生活に理由を見出したかっただけだったので。しかし、ここ2年間に人生の目的がはっきりしてきました。日々の生活に必要な日本語は習得し、今はさらに、何年かこの国にいようと思っています。来年にはTEFLの修士を受けようと考えています。そして、近い将来、大学もしくは集中講座で英語を教えたいと思います。それから、私には自分の個人的な希望や目標以上に重要なことがあります。それは習志野での英語教育です。今までのそして現在のALTのお陰で、習志野の英語教育は着実に伸びており、子供の英語力も同じように伸びています。

最後に、目的達成のために応援してくださった習志野の皆様に感謝したいと思います。習志野の子供たちへ：ありがとうございます。皆さんの先生になれたことは決して忘れません。本当にすばらしい経験になりました。

しまいとし
2001年の姉妹都市タスカルーサへの青少年派遣は、7月15日から30日まで16日間の日程で実施しました。
こんねんど ちゅうがくせい くわ めい ちゅう こうこうせい いんそつきょういん さんか たいがくえいこけんしゅうじょ しゅうかん えいごなんしゅう
今年度から中学生も加わり、26名の中・高校生と引率教員2名が参加し、アラバマ大学英語研修所で2週間の英語研修
う しゅうまつ けいけん せいかつ ふんか こころ のこ なつ おも
を受けました。週末にはホームステイも経験し、アメリカの生活や文化にふれて心に残る夏の想い出となったようです。
こんかい ぜんいひん けいさい いちぶ せいと
今回は、全員のレポートは掲載できませんので、一部の生徒のレポートを抜すいし紹介します。

氏名	所属学校	氏名	所属学校
紅露聰子	習志野市立第一中学校	片野坂 恵	習志野市立習志野高等学校
山田聰美	習志野市立第二中学校	藤井 章太	習志野市立習志野高等学校
萱場茉莉絵	習志野市立第三中学校	内村 隆広	習志野市立習志野高等学校
前園はるか	習志野市立第四中学校	神力博子	私立麗澤高等学校
谷本紘子	習志野市立第五中学校	金子 敦子	千葉県立千葉西高等学校
チョー・ショー	習志野市立第六中学校	青柳 さと子	私立女子学院高等学校
飛田美咲	習志野市立第七中学校	浅野 愛美	私立東邦大学付属高等学校
廣濱園子	習志野市立習志野高等学校	安保 樹	千葉県立船橋西高等学校
齊藤里奈	習志野市立習志野高等学校	白土 藍子	千葉県立八千代東高等学校
林里香	習志野市立習志野高等学校	中坪佑介	千葉県立船橋高等学校
菊池理英子	習志野市立習志野高等学校	村山 真治	私立市川学園
布施朝子	習志野市立習志野高等学校	亀井 翼	私立千葉英和高等学校
若栗沙依子	習志野市立習志野高等学校	波岡 慶匡	東京都立戸山高等学校

英語にもなまりがあるよ

まえぞの

前園はるか（市立第四中学校）

わたし なつ しゅう 前園はるか（市立第四中学校）
私は、この夏アラバマ州タスカルーサ市に行きました。
私が特に印象に残ったのは、毎日の授業とホームステイです。

ホームステイでは、アメリカの暮らしと性格を知りました。私がステイさせていただいたレベッカさん宅は、とても大きくかわいいお宅でした。

レベッカさんはいつも私を気遣ってくれました。とても親切で、私が買い物が好きということを知ったら大きなショッピングモールや大きな本屋に連れて行ってくれました。レベッカさんのお母さんは、よく話しかけてくれたのですが、言っていることを理解するのは難しかったです。というのは、日本語にもなまりがあるように、きっと南部の発音だったんだと思います。

このような経験をもとに反省点が見えてきました。1つは英語を勉強するということは教科書で勉強するだけではないということです。アメリカの歌でもなんでもいいから耳を鍛えていきたいです。

2つめは英語の発音は1つじゃないということです。もっといろんな人に会いたい、話したいと思いました。私は、また絶対に違う国を訪れたいです。

素晴らしい思い出

ちょー しょー

張筱（市立第六中学校）

こんかい しまいとしこうりゅうぎょうじ さんか
今回、姉妹都市交流行事に参加して、私は多くのことを学んだと思います。初めは緊張ばかりでなかなか行動に移せなかったけれど、タスカルーサのやさしい人たちと触れ合うことで大きく成長したように思います。

いちばん 一番の思い出はやっぱり貴重な体験になったホームステイです。ホストファミリーは本当の家族のように接してくれて、うれしかったです。ホストマザーが作ってくれたおいしい料理。ローストビーフや自家製アイスクリームなどアメリカンな味はきっと一生忘れられません。また、教会に初めて行きました。歌を歌ったり、聖書を読んだり、結構面白いところでした。ホストファミリーからとても多くの事を学びました。

タスカルーサでの最終日の答礼パーティーでは、ピアノの独奏、また友達との合奏をしましたが、拍手と「ブランボー!!」の喝采を浴びてとても感激しました。改めてアメリカの人はいい人たちだなあとと思いました。

タスカルーサ

とびた みさき

飛田 美咲（市立第七中学校）

私は今回アメリカに行って本当に良かったと思っています。どうしてそう思うのか。それには、3つの理由があります。

1つめの理由は、自分の英語が相手に伝わって自信が持てたからです。でも、「チャンス!!!」と思った時に、自分から話し掛けることが出来ませんでした。いつも、相手から話し掛けてくれるのを待っていたのです。でも、すぐに自分から話せるようになりました。それは、アメリカ人と話すのが、とても楽しくなったからでした。

2つめの理由は、いくつかのコトを発見できたからです。どんなコトを発見したのかというと、日本人とアメリカ人についてです。日本人は、「それは間違ってるよ」とは、なかなか言えません。でもアメリカ人は、これと言います。私はこのコトは知っていたけれど、それにも

かかわらずショックでした。

最後の理由は、すばらしい先生方とすばらしい仲間と一緒に、アメリカに行くことができたことです。本当にありがとうございました。

私はアメリカで、すばらしく楽しい生活を送ることができました!!!

アメリカの食事はつらかった

中坪 佑介 (県立船橋高校)
僕はアメリカで困難に直面した。例えは、僕はアメリカで食べ物が食べられなかつた。僕は辛い状態におかれただ。アメリカの食べ物は僕には合わない。他には、僕は風邪を引いた。僕は先生達によって病院に運ばれた。僕はこの時とても驚いた。

僕はアメリカ人が僕を心から歓迎してくれたコトに感動した。自然も美しく、寮も快適で良かったのですが、やっぱり僕にとっての一番の収穫は人々の心の大きさ、温かさに触れたコトです。短い期間でしたが、ここで学び、経験したことは僕の人生観を変えました。僕は決してアメリカでの日々を忘れない。またいつか僕はアメリカを訪れるつもりです。

もう一度タスカルーサに行きたい!!

白土 藍子 (県立八千代東高校)
私はこのプログラムを通して、とても楽しい時を過ごすことができ、また貴重な経験をすることができました。この研修から沢山のことを学びました。英語はもちろん、文化や習慣のことなど様々です。私にとって大学に滞在できることはとても大きな喜びでした。

私はいつかもう一度タスカルーサに行きたいです。そして今度は長い間ホストファミリーの家に滞在したいです。なぜなら、私は滞在中、あまりよく英語を話すことができなかったからです。それにもかかわらず、ファミリーのみんなは私に優しくしてくれました。彼らの優しさは決して忘れません。だからこそ私にはもっと英語を勉強する必要があるのだと思います。そして将来はぜひアメリカに住みたいです。

2週間の英語研修を終えて

布施 朝子 (市立習志野高校)
今思えば、私達の過ごした2週間は夢のように感じる。毎日が新鮮でわからないことだらけで、いろんな発見があった。帰るときはきっと誰もが「まだ日本に帰りたくない」と思っていたに違いない。それほど楽しかったんだ。

毎日、スタッフや先生方がいろんな所へ連れて行ってくれたのですごく忙しい日々だったけど充実していた。答礼パーティーでは感動と別れが辛くて泣いている人が何人も目についた。空港でスタッフの皆さんと別れるときは私も涙が止まらなかった。

今言えることは、行って本当に良かったということ、物事に対する考え方があつと変わったということ。少し視野が広がった感じだ。この研修で得たものは語学力だけではなかつたはずだ。

実り多きアラバマ大学での研修

林 孝子 (習志野市立第三中学校教諭)

2001年7月15日から30日までの期間、アメリカの姉妹都市、タスカルーサ市へ派遣された中学生7名、高校生19名は、無事アラバマ大学での英語研修を終えました。習志野市の姉妹都市であるタスカルーサ市にあるアラバマ大学、ELI(語学研修所)は英語を学ぶのには最適な環境でした。初めは、英語を話すのにも消極的だった生徒達がいつのまにかアラバマの人たちと楽しそうに交流し、英語を使うことにも意欲を持つようになっていました。このアラバマでの語学研修を率いて感じたことをいくつか報告したいと思います。

①All English 英語を日本で学ぶ場合、やはり障害となるのは日本語が使えるという安心感でしょう。この研修の優れている所は、本場アメリカで英語を教えるのを専門にしている先生方の授業を直接、受けられることでしょう。しかも、大学寮内での生活やレクリエーション、ランチの場面に至るまで、英語を話せる学生や高校生達との交流が図られ、常に生徒達は英語を話すチャンスに恵まれています。

②Southern Hospitality タスカルーサに行って驚くのは、単なるアメリカとの文化の違いよりもむしろ、『人々の温かさ』であると思います。大学の先生方、ホストファミリーの方達が親切だったことはもちろんですが、タスカルーサでは、道路であった初対面の私達に気軽に“Hello.”と声をかけてくれたり、スーパーのレジで困っていると後ろの人が声をかけて助けてくれたりと人の優しさが身にしみた思いでした。アメリカに行く前とは異なり、『人に親切する』ことの大切さを学んで帰ってくることができました。

③Home Stay このプログラムの中では、1週目の週末の約2日間を現地の一般の家庭(ホストファミリー)の中に入れて過ごすホームステイがあります。ホームステイを経験したことのない生徒が多く、最初はホームステイに不安を感じていたようです。『英語をもっと勉強しておけば良かった』というあせりもあったのでしょうか。しかし、ホームステイから帰ってきた生徒達は本当に楽しそうに、その家庭で過ごしたことを語り、一回りたくましくなったようにさえ感じました。ホストファミリーの方達と過ごした2日間は特別な思い出となり、より一層『英語を勉強しよう』という意欲を持ったようでした。

④Civil Rights Museum バーミンガムにある公民権博物館を最後に見学しました。ここで、生徒達は人を差別することの悲惨さや醜さを目の当たりにし、『平等』とは何かを深く考えたのではないかと思いました。

私の名前はマリエル・ハワードです。去年の7月にオーストラリアから日本に来て、3つの小学校でALTとして英語を教えていました。

NIAで毎週木曜日日本語を勉強しています。親切な先生が教えてくれてとても楽しいです。いろんな出来事にも参加します。特に習志野市の夏祭りでサンバを踊ったことが大変楽しかったです。

私は10年間オーストラリアに住んでいます。しかし、スウェーデンに生まれて、すぐフィンランド人の両親とフィンランドに戻って、フィンランドで育てられました。たくさんの日本人がオーストラリアに旅行をしたり、日本にいるオーストラリア人からオーストラリアについて教えてもらえますからオーストラリアの事がよく分かっていると思います。だから今回、フィンランドについて教えたいと思います。

私は祭りが大好きです。日本にはたくさんの祭りがあるから「祭りの国」だと思います。

私も去年たくさんの夏祭りに行きました。盆踊りを見たり太鼓を聞いたり金魚を掏ったり日本の文化を勉強しました。いろんな国の文化は、一番はっきりそれぞれ国の祭りの時表れると思います。フィンランドは日本より祭りが少ないですが、この祭りと祝いを観察するとフィンランドの国や文化や人の考え方方がよく分かるようになると思います。

クリスマス

フィンランドの500万の人口の多数がキリスト教福音ルーテル派に属しています。だから一番大きい祝いはクリスマスです。クリスマスは普通クリスマスのイブに祝います。

クリスマスの準備は11月の終わりから始めます。この時からクリスマスまで毎週の日曜日ろうそくをつけます。初め1本だけですけれど毎週1本を加えてクリスマスに4本つけます。このろうそくはキリストの到着と彼の光を表します。子供たちはクリスマスカレンダーの小さい窓を開けたりサンタにプレゼントの希望を送ったりしてクリスマスを待っています。

フィンランド人は家をとても清潔にしています。例えば日本人と同じように家に入る前には靴を脱ぎます。12月にクリスマスのために大掃除をします。それからいろいろなクリスマスのごちそうを作り始めます。フィンランド人はジャガ芋や魚をたくさん食べます。

しかしクリスマスの時一番大切なのはオープンで10時からや間に焼いた10キロのハムです。後は手作りのショウガ入り



ハワードさんと先生の佐久間百合子さん

菓子パンは有名です。

クリスマスイブの朝は、家族と一緒にクリスマツリーを飾ります。フィンランド人は自然が好きなので本物の木はプラスチックより人気があります。

フィンランド人は日本人と同じように先祖を尊敬をしていますからみんなクリスマスのイブの午後お墓参りに行って、亡くなった親戚のお墓の前にろうそくを立てます。フィンランドは北ヨーロッパにあるから冬一番寒い日は-40°Cになり雪がたくさん降ります。それに太陽がこの一番暗い時に地平線の下に隠れているので墓地の何千ものろうそくは真っ暗な空と真っ白な雪の中でとてもきれいで。私としてはクリスマスの習慣の中でお墓参りが一番好きです。

お墓参りの後でみんな家に帰って、サウナに入って、祝いのために自分をきれいにします。サウナはフィンランドの文化の大きな部分を占めます。家と別荘はもちろん、小さいアパートにも付いていて、生活するのに大切な物で、日本人にとってのお風呂のような物かもしれません。日本語の「サウナ」と言う外来語もフィンランド語から来ました。昔はサウナで体を洗うだけじゃなくて、赤ちゃんも生んだり、お通夜もしたり、料理も作ったりしました。現在は少なくとも週に一回家族とサウナに入つて、熱い石の上に水を投げて、蒸氣で体を洗います。夏は白樺の枝で自分の体を叩いてから湖に飛び込みます。冬は湖を覆う氷に穴をあけて冷たい水に入ったり、裸で雪で遊んだりしてからまたサウナで温まります。

クリスマスイブにサウナから出てからごちそうを食べます。家族に小さい子がいたらサンタがごちそうの後に家に来て「いい子がいますか」と聞いてプレゼントをあげます。フィンランド人はサンタがフィンランドに住んでいると思っています。フィンランドの北に日本人の觀

光客もたくさん訪問するサンタの村があります。

イースター

フィンランドの二番目に大切な祝いは4月のイースターです。イースターの前子供たちはゆで卵にペンキを塗ったり皿で特別な草を育てたりしてイースターの飾りを作ります。

イースターの一週間前、子供たちは木の枝を飾って、特別な衣装を着て近所の人々の家に行って、幸運を祈って枝をあげます。近所の人々は交換に子供たちにお菓子をあげます。

イースターの日は家族と集まってごちそうを食べます。イースターの有名な食べ物はイエスの復活を表すチョコレートの卵です。この卵の中には子どものために小さいおもちゃが隠されています。

春祭り

フィンランド人は厳しい冬の後の暖かい春を5月の春祭りで迎えます。その時には雪がもう全部溶けて、木の新しい芽が出ます。夏祭りの日に市民はみんな町の中心に集まって、風船を上げたり行進を見たり知り合いと喋ったりして祝いをします。帰ってから家族と友達と砂糖やレモンや干しぶどうで作った飲み物を飲んで手作りのお菓子を食べます。

真夜中の太陽の祭り

フィンランドの北にある北極圏に属する「ラップランド」と言う地域では11月から1月まで太陽が地平線の上に隠れています。この時はとても暗くてオーロラがよく見えます。



その反対には5月から7月まで真夜中でも太陽が沈まないで外で本が読めるくらい明るいです。フィンランド人はこの白夜を夏至の時の「真夜中の太陽の祭り」で祝います。

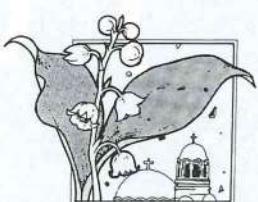
フィンランドには18万以上の湖があるので「何千もの湖の国」と呼ばれています。その湖を囲んでたくさんの別荘があります。フィンランド人はこの「真夜中の太陽の祭り」の日にその別荘に行って、サウナに入ったり、泳いだり、釣りをしたりしてのんびりして過ごします。夜はみんな祭りに集まって、湖の中に大きいかがり火をともして、お酒を飲んで朝まで祝います。

秋

短い夏の後で木の葉の色がきれいな赤や黄色に変わって、気温がだんだん下がります。秋には特別な祭りはないので私はあった方がいいと思います。特に紅葉と初雪の時が不思議な雰囲気を引き起します。

母国語としてフィンランド語を話すフィンランド人は内気だと言われています。しかし、外国からわざわざ遠

くて寒いフィンランドに行ったら、フィンランド人から熱烈な歓迎をうけて、フィンランドの国と文化について説明をしてもらいます。特に祭りと祝いの時に行くとフィンランドの文化がよく分かるようになるかも知れないで、ぜひ一回行って見て下さい。私は日本人の友達をたくさん作ったり日本語を勉強したりお祭りに行ったりして、後1年間日本の生活を楽しみたいと思います。



秋晴れの10月20日(土)、朝早くから見送りに来てくださった市長に手を振りながら、私たちは歴史と文化の町、足利へと出発しました。参加者は全部で26名。残念ながら5名ほどが風邪でお休みでしたが、賑やかなバスツアーとなりました。今回は外国人の方の参加も多く、フィリピンから1名、ブラジルから2名、ペルーから1名、ベトナムから1名、中国から1名と全部で6名の参加がありました。日本以外に5カ国から参加とバラエティにも富んでおり、国際交流協会にふさわしい、楽しい旅行となりました。

朝8時に習志野市役所を出発した私たちは、東北自動車道そして国道50号線を通り、最初の目的地「栗田美術館」に向かいました。この美術館は、伊万里、鍋島を館蔵する、収蔵数世界最大の陶磁美術館です。足利市の郊外にあり、3万坪の自然庭園の敷地内に本館の他、大手門、阿蘭陀館などの和風建築や独自に焼成した磁器タイル壁の近代建築十数棟が点在しています。すばらしい陶磁器を見つつ、庭園を散策した後は栗田荘にてお昼をいただきました。澄んだ空気とすばらしい景色に、食事中の会話にも花が咲いていました。

さて、おなかもいっぱいになったところで私たちは「足利学校」へと向かいました。日本最古の学校として知られるところです。学校の門の前で、入場券の代わりに入学証が一人一人に手渡されました。久しぶりに生徒の気分を味わいながら、図書館、方丈(学生の講義や、学校行事または来客用座敷として利用されたところ)を見学しました。その後、足利の町を散策しながら、それが最も藍染めなどのお土産を買っていました。途中には神社もあり、おみくじをひいて運勢を占いました。私は「半吉」でしたが、「大吉」をひいた人もいて、おみくじの話で盛り上りました。また、歴史を感じさせる町並みは住人によって再生されており、私たちの旅をいっそう楽しいものしてくれました。

たくさんのお土産を手に、3時半ごろ足利を出発し、津田沼に着いたのは夕方の6時。日もすっかり暮れていきました。今回の「文化と歴史の旅」は、国際交流も含め、内容の濃いものとなりました。違う文化や歴史をもった国の人たちとの旅は、日本人の友達と行くそれとはまた違う良さがあります。一緒に食事をすることで、習慣の違いや生活の違いを感じたり、同じものを見て意見・感想を述べ合うことで、価値観や感性の違いを感じたりします。日本人にとってつまらないことが、外国人にとってはとても面白いものであったり、今まで見過ごしていたようなことに外国人によって気づかされたりと発見も多いものです。

今度は、皆さんのがいこくじんの小旅行を企画してみてはいかがでしょうか。習志野にも、谷津干潟など足利に負けない隠れた魅力がいっぱいあります。きっと今まで気づかなかった習志野の良さを発見できることでしよう。

◀足利学校にて



栗田美術館での散策



N.I.A.Youth／いろいろな国のお菓子を作つてみよう!! (世界のお菓子教室)

青少年部会では、今年度から様々な講師をお招きして、いろんな国のお菓子を習っています。今回は、皆さんに4月15日「イギリスのお菓子教室」で習ったスコーンと9月8日「アメリカのお菓子教室」で習ったチャイのレシピを紹介します。手軽に作ることができ、とてもおいしいです。どうぞみなさん、お菓子とお茶をセットで挑戦し、くつろぎタイムを演出して下さい。また、このような身近なお菓子をみんなで作り、試食する会を青少年部会では今後も企画していきます。クッキングを通して、たくさんの友達も作つて下さいね。

スコーンの作り方 (8-10個分)

材料(Ingredients) :

A 無塩バター 60g (普通の有塩のバターを使う時はAの塩を減らす)

牛乳 150cc

A 小麦粉 230g

ベーキングパウダー 大さじ1

塩 小さじ1/4

B バター、ジャム、サワークリーム又はクロテッド・クリーム。

作り方(Method) :

1. オーブンを220℃にセット、予熱する。
2. 天板の大きさに合わせてベーキングシートを切つておく。
3. Aを大きめのボールに入れ、5mm角に切つたバターを指先でよく混ぜ込む。
4. 牛乳を少しづつ加える (スコーンの表面に塗る分を少し残す)
5. 生地がなめらかになるまで手でよくこねる。
6. 棒状にまとめ、8-10等分する。
7. 形を整えて天板にのせ、15分焼く。



トルコ風チャイ

材料

・牛乳 4カップ

・ティーパック 2袋 (オレンジペコ、ダージリン、ブレンド紅茶 など)

・砂糖 大さじ2杯

・チャイパウダー 小さじ1/4

(津田沼パルコ・ララポート内の”レピシエ”で買えます)

作り方

1. 小さな鍋に牛乳を入れ、沸騰しない程度にあたためる。
2. 砂糖、ティーパックを入れ混ぜながら1分ほどあたためる。
3. ティーパックを出し、チャイパウダーを入れる。
4. ティーポットに入れ1~2分蒸らす。
5. 熱いうちに、又は冷たくしていただく。

(「トルコ風チャイ」レシピ翻訳:永坂 香奈)



□ 次回のお菓子教室のお知らせです!!
「アジアのお菓子を作つてみよう」

日 時: 1月13日 (日) 午後1時より

場 所: 菊田公民館 調理室

講 師: 倉田ナリーさん他

参加費: 無料

持ち物: エプロン、ふきん

Letsチャレンジ／ザ・英文クロスワードパズルNo.56/プレゼント付！

〈Across〉

- _____, whose, whom.
- Point of the horizon where the sun rises.
- Long, snake-like fish.
- Prefix meaning new.
- Service Men
- Old Measurement
- Notary Public
- Make(a house, etc.) by putting the materials together.
- Number of loaves, cakes, etc., baked together.
- District Attorney
- House of Representative
- He went ____ Sendai from Tokyo.
- In bad health. or Sick. or Opposite of good, well.
- Let's begin a lesson, please ____ a book at page 10.
- I am very ____ to meet you.
- One of the limbs of a person's or animal's body used in walking, running, and jumping.

〈Down〉

- That part of the horizon where the sun is seen to set.
- A border on a garment or piece of cloth.
- Office Lady
- There is ____ egg on the table.
- ____, sent, sent,
- Height part or point.
- Opposite of north.
- bus, film, phone, scope, wave,
- British Academy
- Left Hand
- Any round body or mass, esp. one used in various games.
- Opposite of short.
- ____, dug, dug,
- In golf, the place from which the ball is struck in starting play on a hole.
- Law Agent.
- Product Liability

1	2	3	4	5	6	7
8	B		9		10	D
11	E		12	13	14	
	F			16		
17			C		18	
19	A		20	H	21	
22		23	24	25	G	
26			27			

〈出題者〉 御園生 馨 (編集部)

〈応募要項〉

クロスを解いたあと、A～Hの文字をつなげてできたことばが正解です。

解答と住所、氏名、年齢、職業、電話番号、本誌の感想等を書いて送って下さい。解答は、ハガキ、FAX、Eメールで1月末日までにお送り下さい。

正解者の中から抽選で5名の方に、図書券をプレゼントします。

「N.I.A.スクウェア」編集部まで。

たくさんのご応募お待ちしています。

前回の解答

〈解答〉 HANOI

V	I	E	T	N	A	M	
A	G	O	L	F	E	R	
L	H		P	R		D	A
A	E	F		A	M	I	D
N	A	I	L		D	A	I
C	R	O	E		N	A	
E	S	C	O	R	T		T
	E	A	T	A	B	L	E

当選者

宮間 志帆さん 中島 浩樹さん

久保 寿恵さん 萩野みゆきさん

大塚 知美さん 正解者は10名でした。

N.I.A.スクウェア・第56号

発行2001年12月1日/発行責任者・林 安次

編集・習志野市国際交流協会

編集責任者・館川 裕

〒275-0016 千葉県習志野市津田沼5-12-12

サンロード4F

TEL/FAX 047-452-2650

<http://www.city.narashino.chiba.jp/nia/>

<Eメール> nia@city.narashino.chiba.jp

編集後記



- *韓国と言う呼称の「韓」は、「唯一の」とか「神聖の」という意味があるとか、この隣りの国のことでもっと知りたいですね。(Y.T.)
- *「近くで遠い国」と言われていた韓国。教科書問題で険悪なムードが漂ったが、来年のワールドカップ共催で精神的な距離が縮まることを期待する。若者同士は親近感を抱いているのだが・・・。(T.K.)
- *「床下暖房のオンドル」と「キムチ」と言えば韓国。1910年から1945年まで日本の領土であったことが、最近言われている「近くで遠い日韓関係」の遠因でしょうか？2002年日韓両国で開催される「サッカー・ワールドカップ大会」が、「近くで近い日韓関係」を築く一つの好機となることを願う。(K.M.)
- *足利へのバスツアーは新しい出会いもあり、とても楽しいものとなりました。さまざまなお人の交流は自分の世界を広げてくれます。NIAは新たな世界への身近な扉です。みなさんも積極的に参加してみてください。(Y.K.)
- *「アメリカのテロ事件における犠牲者の方々のご冥福を心よりお祈り致します。一日も早くテロのない平和な世の中になることを願っています。このような悲しみを乗り越えて、世界中の人々が手を携えることができますように」(N.I.)
- *このところ韓国では、キムチおにぎりが流行っているとか...。私は、外出時は自家製おにぎりをケータイしています。(K.N.)