

# 世界はともだち



あーすん  
岩手県国際交流協会  
イメージキャラクター



**特集** **外国人の日本語学習**  
Feature Article **Japanese Language Study for Foreign Residents**  
外国人的日语学习

釜石市の日本語教室「桜会」日本語ボランティア研修。桜会では、地域の外国人が日本語ボランティアとの対話活動や交流を通して、“生活”に必要な日本語や、生活・地域の情報や文化などを学んでいます。そこで、桜会で一緒に活動する日本語ボランティアの仲間を増やすための研修会を行いました。▶ 特集 4 ページ

Foreign residents learning Japanese at Sakura-kai, a Japanese volunteer run language class held in Kamaishi. During Sakura-kai, foreign residents in Kamaishi learn words that are essential for everyday life in Japan, as well as things about the regions and culture, though conversations with a Japanese speaking volunteer. A workshop was held in order to increase the number of Japanese volunteers participating in Sakura-kai. ▶ on page 4

釜石市日语教室“樱花会”的日语志愿者研修。樱花会以让当地外国人学习到日常必备的日语和生活·地区的信息与文化为目的，举办各种与日语志愿者之间的对话交流活动。为了增加在樱花会的活动上做日语志愿者的朋友，特此举办了本次研修会。▶ 特集 转到第 4 页

# Information

インフォメーション ★ ★ ★ 情報

イベント

2022

## ワン・ワールド・フェスタinいわて

年に一度の国際交流のお祭り! 今年のテーマは「世界の魅力発見ツアーへようこそ!」 県内に住むいろいろな国の方々と交流したり、一緒に活動したり、世界旅行気分を一日楽しみましょう!

- 主催: 岩手県国際交流協会
- 開催日: 11月20日(日) 10:00~16:00
- 会場: アイーナ(いわて県民情報交流センター) 4・5階
- 費用: 無料 ▪ 申込: 不要
- 問合せ: 岩手県国際交流協会
- TEL: 019-654-8900 ▪ Email: oneworld@iwate-ia.or.jp

イベント

## English Time

ネイティブスピーカーを囲み気軽に英会話を楽しむ交流会です。

- 主催: 岩手県国際交流協会
- 開催日・テーマ: 11月5日(土) "Bucket list" ※当初のご案内より  
12月3日(土) "Subculture" テーマが変更になりました
- 時間: ①10:00- ②11:00- ③15:00- ④16:00-
- 会場: ①②アイーナ国際交流センター、③④オンライン
- 費用: 無料 ▪ 定員: 各回5名 ▪ 申込: 要予約(メール)
- 問合せ: 岩手県国際交流協会 佐藤
- TEL: 019-654-8900 ▪ Email: chatland@iwate-ia.or.jp

イベント

## 外国人との交流会 南米くらべてみたら

南米出身の4名のゲストに、料理やお祭り、文化や言葉などについてインタビューしながら、私たちがまだ知らない南米の魅力を発見してみましょう!

- 主催: 岩手県国際交流協会
- 日時: 10月15日(土) 14:00~15:30
- 会場: アイーナ(いわて県民情報交流センター)6階団体活動室1
- 費用: 無料 ▪ 定員: 30名 ▪ 申込: 要予約(メール)
- 問合せ: 岩手県国際交流協会 佐藤
- TEL: 019-654-8900 ▪ Email: chatland@iwate-ia.or.jp

イベント

## ワン・ワールド・フェスタinきたかみ

市旗衣装体験や世界各地の料理、ミニステージでの発表、ピニャータを行う予定です。(予定が変更になる場合があります)

- 主催: 北上市国際交流協会
- 日時: 11月13日(日) (予定)
- 会場: おでんせプラザぐろーぶ3階 (北上市大通り1-3-1)
- 費用: 無料 ▪ 申込: 不要
- 問合せ: 北上市国際交流協会
- TEL・FAX: 0197-63-4497
- Email: kiah@kitakami.ne.jp ▪ URL: k-iah.com

講座

## NEWS WEB EASY ニュースを やさしい日本語で伝える工夫

やさしい日本語ニュース「NEWS WEB EASY」の立ち上げに関わり、デスクとして記事の書き換えやWEBサイト制作などを行う越智慎司さん(NHK報道局ネットワーク報道部)を講師に迎え、わかりやすく情報を伝えることについて学びます。

- 主催: 岩手県(受託事業者 岩手県国際交流協会)
- 日時: 11月2日(水) 14:00~15:30
- 費用: 無料
- 申込: 右のQRコードまたは協会HPより
- 問合せ: 岩手県国際交流協会
- TEL: 019-654-8900 ▪ Email: bousai@iwate-ia.or.jp



お知らせ

## 外国人相談

困ったことがあったら、いわて外国人県民相談・支援センター(運営委託: 岩手県国際交流協会)にご相談ください。日、英、中、スペイン語、韓国語、ベトナム語での対応が可能です。

- 一般相談の窓口 毎日(休館日を除く) 9:00~20:00
- 行政書士相談日 毎月第2、第4金曜日 13:00~16:00
- 岩手弁護士会による外国人相談 11月16日(水) 15:00~18:00
- URL: <https://iwate-ia.or.jp/?l=jp&p=3-1-consultations>
- TEL: 019-654-8900
- Email: iwate-soudan-center@iwate-ia.or.jp

イベント

## グローバル・キャリア・フェアinいわて

グローバルな人材を求める県内企業と県内留学生やJETプログラム参加者との交流・出会いの場です。

※(公財)ふるさといわて定住財団主催「いわて就職マッチングフェアV」との共同開催です。

- 主催: いわてグローバル人材育成推進協議会
- 日時: 11月19日(土)
- 会場: ツガワ未来館アピオ 岩手産業文化センター(滝沢市砂込389-20)
- 問合せ: いわてグローバル人材育成推進協議会(岩手県国際交流協会内)
- TEL: 019-654-8900
- Email: glocal-iwate@iwate-ia.or.jp

Event

## 2022 One World Festa in Iwate

An international exchange event that happens only once a year! The theme for this year is "Welcome to the world discovery tour!" Let's enjoy a day meeting and doing activities with international people who live in the prefecture!

- Organizer : Iwate International Association
- Date&Theme : Sunday November 20th, 10:00am - 4:00pm
- Venue : Aiina 4F&5F
- Reservations : Not needed ▪ Cost: Free
- Inquiry : Iwate International Association
- TEL : 019-654-8900 ▪ Email : oneworld@iwate-ia.or.jp

Announcement

## Consultation for foreign residents

If you have any troubles, please consult with the Iwate Foreign Residents Consulting and Support Center (run by the Iwate International Association). We can do consultations on English, Japanese, Chinese, Spanish, Korean and Vietnamese.

- General consultations : everyday, 9:00am - 8:00pm
- Administrative Scrivener consultations: every second and fourth Friday on the month, 1:00pm - 4:00pm
- Lawyer consultations: Wed, November 16th, 3:00pm - 6:00pm.

- URL : <https://iwate-ia.or.jp/?l=jp&p=3-1-consultations>
- TEL : 019-654-8900 ▪ Email : iwate-soudan-center@iwate-ia.or.jp

Event

## One World Festa in Kitakami

Try on local clothes and eat food from different countries, as well as enjoy presentations and a pinata! (some plans may change)

- Organizer : Kitakami International Association
- Date : November 13th (plans may change)
- Venue : Odense Plaza 3F (Kitakamishi-Odori 1-3-1)
- Reservations : Not needed ▪ Cost: Free
- Inquiry : Kitakami International Association
- TEL : 0197-63-4497 ▪ Email : kiah@kitakami.ne.jp
- URL : k-iah.com

Event

## Global Career Fair in Iwate

An opportunity for companies looking for international workers to work meet and exchange with International students and Jet Programme participants.

- Organizer : Iwate Glocal Human Resources Development Council
- Date : Saturday November 19th
- Venue : Iwate Industrial Cultural Center APIO (Takizawashi sunakomi 389-20)
- Inquiry : Iwate Glocal Human Resources Development Council
- TEL : 019-654-8900 ▪ Email : glocal-iwate@iwate-ia.or.jp

活动

## 2022 同一世界庆祝日 in 岩手

一年一度的国际交流盛典来啦!今年的主题是“发现世界魅力之旅”。和住在县内的各个国家的友人们一起交流，一起活动，以环游世界的心情来享受这一天吧!

- 主办方 : 岩手县国际交流协会
- 日期: 11月20日 (星期日) 10:00 ~ 16:00
- 会场: aiina (岩手县民情情报交流中心) 4・5楼
- 费用: 费用: 免费 ▪ 报名: 不要
- 咨询: 岩手县国际交流协会
- TEL: 019-654-8900
- Email : oneworld@iwate-ia.or.jp

通知

## 外国人咨询

如果有困扰的事情，请咨询外国人县民咨询·支援中心。

- 一般咨询窗口 每天 (休馆日除外) 9:00 ~ 20:00
- 行政书士咨询日 每月第2、第4周的星期五 13:00 ~ 16:00
- 岩手县律师会的外国人咨询 11月16日 (星期三) 15:00 ~ 18:00

- 可通过微信咨询  
扫一扫，加我们为好友吧! 愿意倾听您的心声，为您排忧解难。(ID: aiina8900)
- TEL: 019-654-8900
- Email: iwate-soudan-center@iwate-ia.or.jp
- URL: <https://iwate-ia.or.jp/?l=jp&p=3-1-consultations>



活动

## 同一世界庆祝日 in 北上

民族服装体验和世界各地料理的迷你发表会，并预定举办 pinata (中南美地区孩子的传统游戏)。(计划有变更的可能性)

- 主办方 : 北上市国际交流协会
- 日期: 11月13日(星期日) (预定)
- 会场: おでんせプラザぐろーぶ3階 (北上市大通1-3-1)
- 费用: 免费 ▪ 报名: 不要
- 咨询: 北上市国际交流协会
- TEL・FAX: 0197-63-4497
- Email : kiah@kitakami.ne.jp ▪ URL : k-iah.com

活动

## 岩手国际人才招聘会

寻求国际人才的县内企业和县内留学生、JET项目的参加者的交流会。

- \* (公财) 家乡岩手定住财团主办，和「岩手就职MATCHING FAIR」共同举办。
- 主办方 : 岩手国际地域人力开发资源推进协议会
- 地点 : 岩手产业文化中心 APIO (滝沢市砂込389-20)
- 日期: 11月19日 (星期六)
- 咨询: 岩手国际地域人力开发资源推进协议会 (岩手县国际交流协会内)
- TEL : 019-654-8900
- Email : glocal-iwate@iwate-ia.or.jp





特集

# 外国人の日本語学習

Japanese Language Study for Foreign Residents  
外国人の日语学习

岩手に住む外国人にとって、地域の日本語教室は、日本語の学習だけでなく、人々との交流を通じて地域での生活に馴染むための大切な役割を果たしています。一方で、近くに日本語教室がない、時間が合わないなど、身近に日本語を学ぶ手段がない人もいます。そこで、日本語を学びたいという外国人が機会を得られるよう、日本語学習を支援する新たな取り組みが始まっています。

The Japanese language classes throughout the region serve not only as a means to teach Japanese, but are also important in serving as a place where foreign residents can interact with their local communities in order to get used to their new lifestyles. However, there are people who don't have Japanese language classes near

them, don't have time to attend or don't have any means to learn Japanese nearby. In acknowledgement of this, new Japanese language learning support initiatives have begun in order to provide learning opportunities to foreign residents who want to learn Japanese.

对于生活在岩手的外国人来说，当地的日语教室不仅仅是学习日语的地方，在促进人与人交流和融入当地生活等方面起到了非常重要的作用。另一方面，因为附近没有日语教室，时间不一致等原因，没有办法学习到日语的也大有人在。因此，为了让想学习日语的外国友人有机会，开始进行新的外国人日语学习支援举措。

## オンライン日本語教室

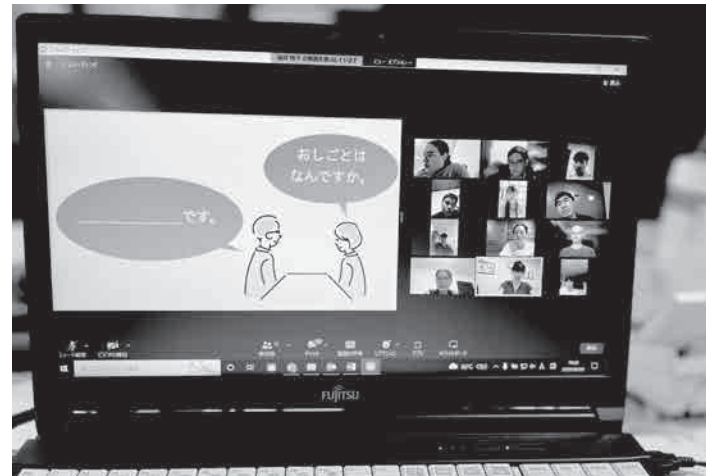
Online Japanese class

在线日语教室

この9月から新たにオンラインで学ぶ日本語教室が始まりました。日本で生活する際のコミュニケーションに最低限必要な日本語を身につけることを目的とした教室です。現在、20名の学習者がこの教室で学んでいます。全25回の授業を通して、基本的な会話に困らずに生活できるようになることを目指します。

A new online Japanese class has started this September. The class is designed to teach the bare minimum needed to communicate with others when living in Japan. Currently, there are 20 people attending this class. Over the course of 25 classes, we are aiming to ensure that each person is able to live in Japan without struggling with basic communication.

今年の9月，新的教学形式，在线日语教室开课啦。本课程的目的是掌握在日本生活时交流所需的最低限度的日语。目前，有20名学生正在学习。通过全部25个课程，希望达到消除在日常会话中沟通不顺畅的烦恼为目标。



▲ Zoomを使ったオンライン授業の様子。コーディネーターたちと新たに作成したオンライン用の教材を使っています。

A photo of the online Japanese class. The association and the coordinators have worked together to adapt the teaching material to suit online teaching.

使用Zoom在线教学的样子。为了更好的在线授课，和协调人员制作了新的教材。



▲ 初回の講師は、岩手地域日本語教育コーディネーターでもある盛岡大学の嶺岸玲子教授です。3台の機器を駆使し、学習者とコミュニケーションを取りながら授業が進められます。

The teacher in the first class is Minegishi Reiko, a professor from Morioka University who also is an Iwate Regional Japanese Education Coordinator. Skillfully using 3 devices, she communicates with the students while conducting the class.

初回の講師は盛岡大学の嶺岸玲子教授、她也是岩手日语教育的协调员。使用着3台电脑进行授课，并时刻保持和学生们的交流。

### 学習者の声

Voices of the Students

学习者的心声



ニュアンさん  
Nhuan

ベトナム出身・技能実習生  
From Vietnam, Technical Intern Trainee  
越南出生 技能实習生

日本語をあまり話せない私は、授業が始まる前はとても緊張しました。先生の話聞き取れるのか、自分が理解できるのかいろいろ心配ありましたが、先生が優しく、ゆっくり話してくれたため、自分がこの授業を受け続けられる自信が持てました。

As someone who can't really speak Japanese, I was really nervous before the start of class. I had many concerns like, "would I be able to hear what the teacher is saying?" or "would I be able to understand what they're saying?" but the teacher was very nice and spoke to us slowly. Thanks to that, I am now confident that I can take this class.

我不怎么会说日语，上日语课之前我特别的紧张。我非常担心自己是否能听懂老师的日语。但是由于老师非常温柔，说的很慢，我就此能确定自己能继续本次日语课的信心。

# 県内の日本語教室

Japanese classes in Iwate

県内の日本語教室

教室活動のバリエーションを増やしたい、サポーターのスキルアップを図りたいといった県内各地の日本語教室のニーズに合わせて、岩手地域日本語教育コーディネーター（※）が、研修会や講座などを行っています。また、日本語教室がない地域では、日本語教室立ち上げに向けたワークショップを行うなど、地域と一緒に立ち上げに向けて取り組んでいます。

※岩手地域日本語教育コーディネーターとは、岩手県から委嘱を受けた日本語教育の専門的知識をお持ちの方です。

To support the growing needs of each regional Japanese class within Iwate, such as increasing the variety of class activities and improving the skills of the supporters, the Iwate Regional Japanese Education Coordinators\* are organizing lectures and workshops. For the regions that don't have Japanese classes, we are working

with each region towards starting regular classes through workshops, etc...

\* An Iwate Regional Japanese Education Coordinator is someone who has specialist knowledge about Japanese language education and is commissioned by the prefecture.

为了满足各地日语教室希望增加各种教室活动，提高支援者技能等需求，岩手地区日语教育协调员正在举行研修会或讲座。另外，在没有日语教室的地区，与地区一起致力于成立日语教室，并为此开展研讨会。

\*岩手地区日语教育协调员是指拥有岩手县等委托的具有日语教育专业知识的人员。

- ・ 岩手県の日本語教室一覧
- ・ Japanese Classes in Iwate Prefecture
- ・ 岩手県内の日本語教室一覧



# 外国人従業員への日本語指導

Japanese Lessons for Foreign Workers 対外国员工的日语指导

岩手県国際交流協会では、技能実習生などの外国人を雇い入れている事業所等に、当協会登録者のうち、日本語指導の有資格者等の専門人材をご紹介します（有償）。日常会話や仕事の日本語、技能検定のための日本語指導などをしてくれる方をお探しの際は、岩手県国際交流協会にお問い合わせください。

また、外国人従業員の日本語学習や、外国人従業員とのコミュニケーションにお悩みの場合には、岩手地域日本語教育コーディネーターがご相談を伺います。

At the Iwate International Association, we introduce businesses who employ foreign workers such as technical intern trainees to approved Japanese lesson providers registered with our association for a fee. Please contact us if you are looking for someone who is able to teach conversational Japanese, business Japanese or even Japanese needed for technical skills tests.

If you have any worries or concerns about Japanese lessons for foreign workers, or have any issues with communicating with foreign workers, the Iwate Regional Japanese Education Coordinators are available for consultation.

岩手県国際交流協会向雇用技能実習生等外国人の工作单位介绍具有日语指导资格的专业人材。（收费）如果您在寻找可以在日常会话，工作用语或技能测试中教您日语的朋友，请联系岩手县国际交流协会。

此外，如果外籍工作人员在学习日语或交流沟通中有烦恼的话，请咨询岩手地区日语教育协调员。

- ・ 外国人従業員を雇用する事業者の皆さまへ（ご案内）
- ・ For businesses who employ foreign workers
- ・ 雇用外国员工的各位经营者（介绍）



# お知らせ Information 通知

- ・ **日本語学習支援ネットワーク会議2022 in 岩手**  
毎年、東北各県において持ち回りで開催されている「日本語学習支援ネットワーク会議」が、2022年12月3日(土)に岩手大学を会場に開催されます。今回は文化庁地域日本語教育推進体制についてと就労者の日本語について情報交換を行います。
- ・ **「やさしい日本語」セミナー**  
岩田 一成 氏(聖心女子大学現代教養学部 教授)を講師に迎え、2023年1月21日(土)14時からアイーナでセミナーを行います。  
※ 日程・内容の詳細や、お申込み方法などについては、岩手県国際交流協会のホームページ等をご確認ください。
- ・ **Japanese Learning Support Network Meeting 2022 in Iwate**  
The Japanese Learning Support Network Meeting, which is held annually in a prefecture in the Tohoku region will be held on Saturday December 3rd 2022 in Iwate University. This year, information will be exchanged on the Agency for Cultural Affairs' regional Japanese language education promotion system and on the Japanese language for workers.
- ・ **Seminar on Plain Japanese**  
We will be holding a seminar on Saturday January 21st, 2023 from 2pm, run by Iwata Kazunari, a professor from the University of the Sacred Heart's Modern Education Department.  
\* If you're interested in learning more details or how to register for each event, please check out the Iwate International Association's website.
- ・ **日语学习支援网络会议2022 in 岩手**  
2022年12月3日(星期六)将在岩手大学举行“日语学习支援网络会议”，这是每年在东北各县轮流召开的会议。这次会议将有关文化厅地区日语教育推进体制及有关就业者的日语进行意见交换。
- ・ **“やさしい日本語”研讨会**  
此次“やさしい日本語”将由岩田 一成(圣心女子大学现代教養学部 教授)担任讲师，于2023年1月21日(星期六)14:00 アイーナ举行研讨会。  
※ 日程、详细内容和申请方法等，请查阅岩手国际交流协会网页。

今回のテーマ

# 我が家の味

Topic : The Taste of Home / 家乡的味道

ひとつのテーマについて国ごとに比べ、それぞれの文化の違いや共通点を見つけてみましょう!

Let's find out the differences and similarities of each culture by comparing each country with one topic!

以同一个话题比较不同的国家，试着找出各文化差异和共同点吧

ウック  
Uoc さん

## ベトナムの揚げ春巻き Nem Ran

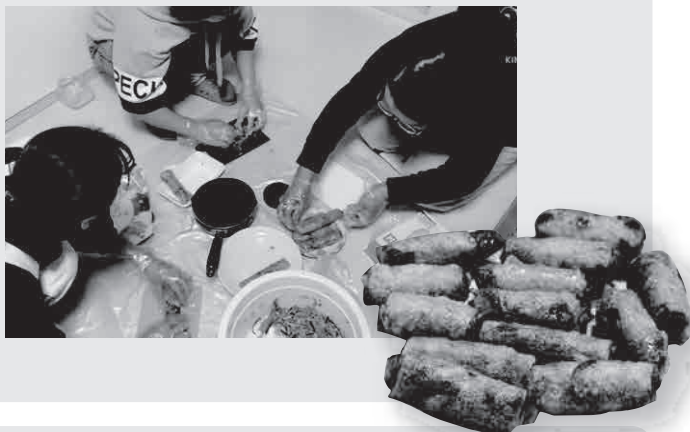
私にとって、大切な料理は揚げ春巻きです。揚げ春巻きの主な素材はひき肉、卵、人参、木耳と春雨です。これらの素材は全部細長く切って、よく混ぜて、そしてライスペーパーで包んで揚げます。揚げ春巻きは準備する時間がかかりかかりますが、大事なお客さんがいる時や家族の大事な行事の時に、毎回家族みんなと一緒に作りながら色々な話をするので、いつも楽しんで作っています。

### Vietnamese Spring Rolls: Nem Ran

Fried spring rolls are precious to me. Fried spring rolls are mainly made out of ground meat, eggs, carrots, wood ear mushrooms and glass noodles. To make them, all you need to do is slice all of the ingredients into long thin slides and mix well before wrapping them in rice paper and frying. It takes time to prepare but when important guests come, or when there are important family events, we always come together as a family to make fried spring rolls while talking about various things, so we always have fun while making them.

## 越南的炸春卷

对于我来说，炸春卷是我最喜欢的越南料理。炸春卷的主要材料有：肉末、鸡蛋、胡萝卜、木耳和粉丝。这些材料需要全部切成细丝、并搅拌均匀，用越南米纸包起来后炸熟制成。炸春卷虽然需要花费很多时间去准备，但是在每回有重要客人来访或是家里有重要的活动的时候，总是会家人们一起聊着各种各样的话题一边制作着炸春卷。提到炸春卷，总能想起和家人一起度过的愉快时光。



ショウイ  
Shouyi さん

## 中国の懐かしい味 餛飩子

もし我が家の味を聞かれたら、それは「餛飩子」でしょう。私が小さい頃、家計がキツくておやつがないときに、祖母がよく餛飩子を揚げて食べさせてくれました。高カロリーの揚げ物に食欲が満たされた、子どもの頃の幸せな記憶です。餛飩子を作るには、小麦粉に食塩を加えて水で生地をこねて発酵させます。そして、細く切って、食用油を塗って、手のひらで伸ばしていきます。揚げる時は、同じ太さになるよう伸ばしてフライパンに入れ、火加減を調節して。キツネ色になるまで揚げます。今は経済が豊かになっておやつの種類も多くなりましたが、子どもの頃のこの家の味が懐かしく思い出されます。

### Chinese Deep Fried Noodle Cake

If you asked me what tastes like home, I would say Chinese deep-fried noodle cake. When I was young, we did not have a lot of money so when it was snack time, my grandma would often make deep-fried noodle cakes for me. I have fond memories of feeling full from fried food high in



calories. To make deep-fried noodle cake, add table salt to flour, mix with water and allow to rest. Slice the dough into thin pieces and rub with cooking oil before stretching out each piece between the palms of your hands. When deep frying, stretch out each piece to the same thickness and then fry, adjusting the temperature as you go. Fry until golden brown. The economy has improved since I was a child so the variety of snacks has increased, but I am always reminded of the taste of the deep-fried noodle cake I had as a child.

### 餛飩子

如果你问我家的味道我想那一定是餛飩子。在很小的时候家里条件不好吃不上什么零食，奶奶就常常给我炸餛飩子吃，这种高热量的油炸食物非常解馋，也是我童年幸福的回忆。制作餛飩子就是在面粉中加食盐用水揉成面坯，然后汤面、切条、洒抹一些食用油搓成条状。烹炸时摊开成粗细一致的餛飩子条放入油锅，掌握火候炸至上色即可。现在物质条件变好了零食的种类也更多了，但是我依然怀念童年时的这个家的味道。



宗(むね)  
**Mune** ちゃん

### フィリピンのトルタンタロン

僕は病気で入院していますが、病院の食べ物ばかりより、母の作るフィリピン料理が大好きで、夕食は家庭料理を食べています。フィリピン料理はとっても美味しくて、簡単に料理できる事がメリットです。中学の頃、先生にフィリピン料理を作ることを提案して作ったのが「トルタンタロン」というナスの料理です。

- ① ナスを魚グリルなどで焼きます。へたを残したまま皮をむき、裂いて広げて、フォークでつぶします。
- ② ボウルに卵を溶いて、塩・コショウで味付け。
- ③ ①と②を一緒にフライパンで焼くだけ。両面カリッと焼くとおいしいです。

ケチャップやスイートチリソースをつけて食べるとおいしいです。ひき肉やたまねぎなどでボリュームアップするのもおいしいです。子どもたちにもオススメなので、ぜひ作ってみてください。

### Filipino Dish: Tortang Talong

Currently, I am hospitalized but instead of eating hospital food all the time, I eat homemade dishes for dinner because I love the Filipino dishes my mom makes. Two things that are great about Filipino food is that they are delicious and easy to make. When I was in junior high school, I suggested that we should make Filipino food to the teacher. We ended up making Tortang Talong, a Filipino dish using eggplants.

1. Grill the eggplant using a fish grill. Leaving the tip of the eggplant, peel off the skin, half the eggplant and use a fork to mash it up a little.
2. In a bowl, beat an egg and season with salt and pepper.

1. Fry both the eggplant and egg in a pan until both sides are nice and crispy.

It tastes even better if you eat it with ketchup or chili sauce. Adding ground meat and onions to bulk up the dish also makes it really delicious. It's perfect for children as well so please try to make this dish at home!

### 菲律宾 Tortang Talong (茄子煎蛋卷)

我现在因为生病正在住院中。比起医院的食物，我最喜欢妈妈做的菲律宾料理，晚饭一直吃家庭料理。

菲律宾料理非常好吃，又容易做。中学的时候，老师曾提议做名为 Tortang Talong (茄子煎蛋卷)的茄子料理。

- ① 把茄子放在烤鱼网上面烤。茄子要提前剥皮，但要留着茄子茎。烤制途中用叉子撕开展平茄子。
- ② 打鸡蛋放入碗中，用盐，胡椒调味并搅拌均匀。
- ③ ①和②一起放入锅中煎熟。两面煎至脆脆的时候最好吃。配上番茄酱和甜辣酱后就做成了美味的茄子煎蛋卷。当然用肉末和洋葱做个浇头也是非常不错的选择。这道菜也非常适合做给孩子吃，请一定要尝试做一下哦。



タオ  
**Thao** さん

### ベトナムのバンミー (バインミー)

2018年以来、一度もベトナムに帰国せず日本で暮らしていますが、ベトナム料理を味わいたいときにまず頭に思い浮かべるのがバンミーという料理です。しかし、日本では伝統的なバンミーの具材である食材(ベトナムの蒸しハム、ベトナムの調味料で作られた焼き豚)があまり手に入らないため、自己流の材料を使い、シンプルなバンミーを作りました。材料は、大根とにんじんのなます、卵焼き、ハム、きゅうり、フランスパンとマヨネーズです。この料理の調理時間は15分程度なので、我が家のような共働き家庭にはぴったりです。私の夫も毎回おいしいと言ってくれて、かなり気に入っているようです。この料理のお影で夫の笑顔を得ることができました。



### Vietnamese Banh Mi

I have not returned home to Vietnam since 2018, but when I want to have a taste of Vietnamese cuisine, banh mi immediately comes to mind. However, it is hard to find the traditional ingredients for banh mi (such as Vietnamese ham and Vietnamese-style grilled pork), so using my own methods, I learned to make simple banh mi. I make my simple banh mi using pickled daikon radish and carrot, rolled omelet, ham, cucumber, baguette and mayonnaise. It takes around 15 minutes to make, which is perfect for double income families such as mine. My husband always says it tastes delicious and he seems to like it a lot. Thanks to this dish, I am able to see a smile on my husband's face.

### 越南法包

2018 年以来，没有回越南一直在日本生活着。想念越南料理的时候，最先浮现于脑海的是越南法包。但是，在日本很难找到越南法包的食材(越南风味的蒸火腿和叉烧肉)。所以我用自己的方法，做了简易版的越南法包。材料有：酸白萝卜，酸胡萝卜，煎蛋皮，火腿，黄瓜，法棍和蛋黄酱。越南法包只需要 15 分钟就可以做好，对于我家这样的双职工家庭来说再合适不过了。我丈夫每次都很好吃，看来是很喜欢呢。多亏了这个料理我得到了丈夫的笑容。



岩手県内の国際交流協会で行われている活動・取組を紹介いたします。今回は、西和賀町国際交流協会です。

We are introducing the activities and efforts being carried out by the International Associations in Iwate Prefecture. This time, we will be introducing Nishiwagamachi International Association.

介绍在岩手县内的国际交流协会举行的活动和措施。本次介绍西和贺町国际交流协会。

大洋州農業研修受け入れ時の受講中の様子 / Agricultural interns from Oceania attending a lecture / 大洋州农业研修生听课的样子

**西** 和賀町国際交流協会は、旧沢内村国際交流協会を母体とし、平成17年に旧湯田町と旧沢内村が合併し西和賀町となったことを受けて設立されました。会員の主体は、行政が主催した国際交流事業で海外視察研修を経験した者となっております。現在会員は30名ほどとなっております。会の主たる活動目的は、様々な機会を利用して会員や関心のある住民の方々の国際理解を深めること、そして海外の人との交流を促すことです。これまでタンザニアや中国、パラグアイ出身者による料理講習を通じた相手国理解と交流、そしてJICAからの委託により、大洋州農業研修生の受け入れや中国貴州省保健関係職員研修の受け入れなどに取り組んできました。

なお、来る10月15日午後には、岩手県国際交流協会の多文化共生活動支援事業の助成を頂き、遠巣谷の森文化交流センターと共催で、「ウクライナ民族楽器バンドウーラとウクライナのお話を聞く会」を開催することとしております。（寄稿 西和賀町国際交流協会）

**T**he Nishiwagamachi International Association was created from the previous Sawauchimura International Association as a result of the merge of Sawauchi-mura and Yuda-machi in 2005. A majority of the members have experienced overseas study tours and international exchange events organized by the government. There are currently 30 members in the association. The association's main activities include deepening international understanding of local residents and members through various opportunities and promoting international exchange with foreigners. Up until now, the association has conducted global cooking classes with people from Tanzania, China and Paraguay, taken in agricultural interns from Oceania and facilitated training for health-related workers from Guizhou Province in China. With the support of the Iwate International Association and in conjunction with Tosuga no Mori Cultural

Exchange Center, the association will be holding an event on October 15th where you can hear music played by a Ukrainian on a traditional Ukrainian instrument called the bandura, as well as hear their story. (Contribution of the article: Nishiwagamachi International Association)

**西** 和賀町国際交流協会是以旧沢内村国際交流協会を母体、在平成17年旧湯田町和旧沢内村合并成为西和賀町的时候设立的。主要会员是在行政主办的国际交流事业中具有海外视察研修经验的人。现在会员有30人左右。协会的主要活动目的是，利用各种各样的机会加深会员与对国际交流感兴趣的居民之间的国际理解，并促进与外国人的交流。到目前为止，通过来自坦桑尼亚、中国、巴拉圭的人员的料理讲座加深了国与国之间的理解和交流。以及在JICA的委托下，致力于接受大洋州农业研修生和接受中国贵州省保健相关职员的研修等。另外，在即将到来的10月15日下午，在岩手县国际交流协会的多文化共生活動支援事業の助成下，将与远巣谷の森文化交流中心共同举办“乌克兰民族乐器班杜拉琴和乌克兰的故事听取会”。（投稿：西和賀町国際交流協会）



大洋州農業研修での意見交換会で発表する研修生  
Interns making a presentation about their opinions during the internship course  
在意见交换会上发表的大洋州农业研修生

