



都城国際交流協会会報

MIA NEWS

ミア ニュース

編集発行：都城国際交流協会
〒885-8555 都城市姫城町6-21
都城市役所 国際化推進室内
電話 0986-23-2295
FAX 0986-23-3223
http://miyakonojo-mia.com/
Eメール mia@btvm.ne.jp



「小龍蝦(ザリガニ)」 ～都城市中国国際交流員 銭さんによる中国紹介～

皆様は「ザリガニ」に対してどのようなイメージを持っていますか？ザリガニは実際食べてみるととても美味しくタンパク質が高いことをご存じですか？

実は、ザリガニ料理が今、中国の夏の風物詩となっています。「ザリガニ」は中国語で「小龍蝦(シャオロンシャー)」と言います。

「龍蝦」は「イセエビ」の呼称で、つまり中国ではザリガニが「小型イセエビ」と呼ばれています。食感もイセエビに近いです。



本格的な夏が一步ずつ近づき、中国では旬の食用のザリガニが出回るようになり、特に都市の夜にはビール、串焼き、ザリガニが欠かせない存在です。夏には大皿のザリガニを囲む光景が各地で見られます。「ザリガニ専門店」の店舗数は「マクドナルド」や「ケンタッキー」を超えたという報道もあります。

一般的な調理法は、綺麗に洗ったザリガニに中国の定番香辛料(唐辛子、花椒、八角、ローリエ)などを入れて蒸し焼きにするものです。

食べる時はお箸ではなくビニール手袋を付けて殻をむいて、手で食べます。肉質はとても特徴的で、エビよりも蟹に近く、繊維質ですがフワフワとしています。また、タンパク質が多く脂肪が少ないため、ダイエット中の人でも気にせず食べられますし、栄養価値も高いと言われています。

そのフワフワとした肉に、漬け汁がよくしみこんで、一口噛んだ瞬間のジューシーな食感を味わうことができます。

爽やかな甘みのある味で、四川風のスパイシーな味付けがその甘みを見事に引き立ててくれます。

ピリッと辛く濃厚な味は食べたらずみつきになり、ついつい殻をむき続けてしまいます。



「モンゴル流のキャンプ」 ～都城市モンゴル国際交流員 ソルマーさんによるモンゴル紹介～



ゲルキャンプ場の様子

モンゴルで近年、流行りの夏休みの過ごし方はキャンプスタイルで国内旅行をすることです。もちろんキャンプなので、どこで？というのが一番の楽しみですね。

モンゴルには21の県があり、地理的に大まかに西部、北東部、中央部、東部、南部の5つのエリアに分けられます。

モンゴル流のキャンプと言えば、行きたいエリアを決めて、そのエリア内の3～4つの県を訪れて、それぞれの観光地や自然豊かな場所を、持参のテントに泊まりながら、ゆっくり巡ります。

キャンプは、お友達や親戚と一緒に行くことが多いので、大好きなメンバーと楽しい時間を過ごせます。

また、別のキャンプスタイルは、住んでいる町から車で1～2時間かかるゲルキャンプ場で宿泊するパターンです。

ゲルキャンプ場の特徴は、伝統的なご馳走を準備して、景色が綺麗な大自然の中で、乗馬やハイキングなどをしながらゲルに宿泊できることです。

いわば、日本の旅館のような感覚です。



ワニに注意！ エマさん(都城商業高校ALT)

四年間ほど都城市に住んでいますが、帰ることを寂しく思わないほど圧倒的にポジティブです！周りの皆さんに大変感謝しています。皆さんとの絆のおかげで心に刻む素敵な思い出ができ、将来の新しい友情と更なる絆に導かれていると思います。そういう風に自分の人生を見ていますが、ここで、「ワニ」の訓話について話したいことがあります。

残念ながら私は来日する前、また日本に出発する準備をしている時、ある方々と接触した際、「完全に人生を台無しにした」と、何度も話を聞きました。「キャリアもおしまいだ！」、「どれだけ大馬鹿者なの！」など、人生の相応しい生き方からずれた話でした。こういう方々は考え方が固くて視野が狭いと思いますが、そういう風に思っている人の数は想像したより多いらしいです。お父さんはお父さんらしく、「Emma, don't let the alligators get you down」【エマ、ワニのことを気にしないで、落ち込むな】とよく言われました。この諺はお祖母ちゃんから伝承されたものです。神様は、可愛い猫や犬を創造しましたが、何らかの理由で、不細工で意地悪なワニも創った、という思想から生み出された諺らしいです。

なので、怒っているワニは、ずっと沼に住み続けれませんが、私はもっと自由な生き方を追います。

都城に住んだ時間は私にとって相当な旅であり、いつも思う通りといったわけではないですが、何となく上手くいった時もありました。

この四年間の中で、よく思い浮かべる一つのストーリーがあ



ワニに注意！ 都城商業高校ALTのエマさん



ワニの肉で焼き肉

会えました。

生け花のことが好きになり(最初にはそんなに上手ではなかったけれど)、定期的にレッスンに参加していた所で泉さんの旦那さんと他の生徒達とも会いました。全員とても面白くて素敵な人達です！最後には、私たちは様々なことを一緒にやる関係になりました。

でも、生け花を始めてから2年後、私の目に不調が生じました。大変なことではなさそうでしたので、ずっと我慢していました。泉さんの夫の良平さんが眼科医ですから、良平さんに目のことを相談しやすいと思いました。実は手術が必要でしたが、一年程の診察と一週間の入院により目がよく「見える」ようになりました！それだけではなく、私は生け花の先生の資格も取得できたので、生け花で経験した幸せを将来に出会う方に教えられます。

ります。

都城に来た日から七カ月経った頃、私の叔母さんと(よくワニのことを話した)お祖母ちゃんが亡くなりました。とても悲しく、精神的に動けなくなったので、新しい何かを試そうと思い、生け花を学び始めました。そこで、私の先生であり、後に親友となる泉さんとお

運命や縁を信じるかはその人次第ですが、その判断は皆さんにお任せします。時々、自分の人生を反省してこう考えます。ワニ(意地悪なことを言う人)の言うような人生を私が生きたなら、今は眼球一つしか残らなかったのではないのでしょうか？今、楽しんでいることを一切やらなくなったのではないのでしょうか？その時、私は誰になるのでしょうか？もしかしたら私もワニになったかもしれません。ああ何と恐ろしい！

この訓話の終わりとして、「ワニに注意！友達と一緒に外でノンアルを飲みながらワニ肉をおいしく焼いて楽しもう」と言いたいと思います。都城市の皆さん、心の底から、本当にありがとうございました！

エマさん(写真の中央の眼鏡の女性です)からの情報です。



4月、上米公園にて生け花の仲間と花見と焼き肉会



ウェサックランタン「WESAK LANTERN(英語)වෙසක් කුඩුව(シンハラ語)」 スリランカ出身 MIA会員のネシャーンさんからの情報です

2020年11月に記事を書いていた、スリランカのネシャーンさんからの情報です。

こちらの作品はウェサックランタン「WESAK LANTERN(英語)වෙසක් කුඩුව(シンハラ語)」と呼びます。毎年5月の満月の日にスリランカ人はお釈迦様の誕生や悟り、入滅をお祝いする文化があります。



形には、仏教的な意味が込められて作られています。

4面にある4つの四角形で、四諦を表します。(四諦: 苦

その日にスリランカ人はお寺へ行ったりします。そして、自分の家も綺麗に飾ることも文化の一つです。

ですから、スリランカ人は5月にウェサックランタン(提灯)を作ります。そして、こちらの作品の



正業、正命、正精進、正念、正定のこと

また、上から掛けていることで、貪欲、憎しみと愚痴を表します。

最後に、作品の上面と下面を空洞にしていることで、誕生と入滅を表します。

みの高貴な真実、苦しみの起源の真実、苦しみの終わりの真実、苦しみの終わりへの道の真実) さらに、8個の三角形で、八正道を表します。(八正道: 仏教において涅槃「ニッバーナ」に至るための8つの実践徳目である正見、正思惟、正語、





スリランカ出身 MIA会員の
ネシャーンさんからの情報です



Aussie Bites (オーストラリアを、ひとかじり!)
MIA会員岩松妙美さんから「オーストラリアの動物園」の紹介です

これを作るには、均一の長さの竹が24本必要です。

竹を4本使って四角い枠になるように結びます。

私は今回、自転車のチューブを紐のように細長く切ったものを利用し結びました。

そして、枠と枠の角を合わせて結びました。



一度しか行っていませんが、一番は動物園です!

小さな動物園でしたが、園内部をワラビーが観客を怖がることなく好きに何匹も走り回る姿は、オーストラリアに来た!と思いました。

入園して直ぐに、嘴が鋭く尖った鳩位の大きさの鳥を小さな子供達が腕に留まらせている姿を見た時は、子供が目を衝かれないかという恐ろしさで髪の毛が逆立ちました。何人もの子供が楽しそうに鳥を腕や肩に留まらせていたので、私も恐る恐るやってみたら、鳥は不機嫌そうに乗ってくれました。帰る直前に、子供達が持ってたソフトクリーム用のコーンに鳥の餌が入っていた事に気がつきました。私が乗せた鳥が不機嫌だった訳です!

小さな動物園なのに動物の縫いぐるみが、沢山の種類で豊富に揃って売っているのも魅力でした!

編集部より

今年とはとても早い梅雨入りでした。恵みの雨ばかりなら良いのですが、皆さんご存じのとおり、雨は時として大きな災害を引き起こします。お住まいの地域の災害危険箇所の確認や避難場所の確認、いざという時の家族との連絡方法の確認、日持ちのする食料や飲料水の備蓄など日頃からの備えを怠らないでくださいね。

[池田]

前回のあらすじ…過去訪れた北海道の民宿で食べたアレが衝撃的だった!?

【北海道編②】おそらく、初めて食した衝撃的な美味しさの正体は…毛ガニです。

朝市などでは、ズワイガニやタラバガニの方が有名ですが、毛ガニの濃厚さと味わいに感服。周りとの会話も忘れ、一心不乱に食べました。とても美味しかったです。

その他にも、網走刑務所跡地や流水を割って進む砕氷船、富良野や函館などをゆっくりとまったりと楽しみました。また、札幌のビール園でジンギスカンを食べながら、流し込んだ大量?のビールも格別でした。(痛風持ちの今では考えられません!!!)

機会があれば、また行きたいです!(あの毛ガニを食べるため?尿酸値を下げる努力をしようっ…)

【次回、青森~宮城編へつづく】

[西畑]

先日、仕事を終え、歩いて駐車場に向かう途中、後ろから来た自転車の人が小さな声で「こんにちは〜」と、あいさつをしながら通り過ぎて行きました。条件反射で「こんにちは〜」と返事をしながら後ろ姿に目を遣るとヒジャブを身につけた若い外国人女性のような様子でした。きっと勇気を出してあいさつをしてくれたのであろう彼女の気持ちを想像すると、とても感動し、最近、四十肩のせいでちょっと疲れていた心と体に元気をもらいました。

[山内]

ここ数年、帰宅後によく映画を観るようになりました。

元々映画が好きで映画館に通い詰っていた時期もあったのですが、最近は映画館に行かなくても自宅でたくさんの映画を観ることができて、とても楽しいお家時間を過ごせています。でもやっぱり、映画館で観る映画の特別感が忘れられません。

早く、なんの気兼ねもなく映画を見に行くことができるようになりますように。ちなみに、最近見返した映画は「キングスマン」です。派手なスパイアクション、最高です。

[川内]

モンゴル語で、歯を磨くことを、“歯を洗う”と言います。

動詞が、顔を洗うと同じような単語です。逆に、磨くという言葉は英語のpolishに相当する意味、つまり磨くことによって、ピカピカになるものに使います。例えば、“食器を磨く”と単語がよく使われます。

昔のモンゴルの食器が銅製のもが多くて、磨けば磨くほどピカピカになるものが多かったです。ちなみに、“ただ、座るよりも磨いて座れ”とことわざがあって、なにもしていないより、少しでも働きなさいという意味です。

歯をいつもさあと“洗いがちな”私ですが、日本語の力を意識して、磨けるようになろう!

[ソヨ]

6月21日は二十四節気の「夏至(げし)」の日で、一年で最も昼の時間が長くなる日です。

調べましたら、「夏至」は「夏の到来」という意味ではなく、「至」は「極致」を示していて、「夏至」は、「夏のピーク」と言い換えられ、1年で最も暑い時期が間もなく到来することを意味しているそうです。

中国では「暑い時に苦いものを食べることは、栄養補給に勝る」という言い伝えがあります。ゴーヤ、ニガナなどを食べたり、あるいはビールやお茶、コーヒー、ココアなど苦みのある飲み物を適量飲んだりすると、モヤモヤした気分を吹き飛ばし、元気が回復するだけでなく、食欲が増し、消化器を強くすることができると言われています。

[銭]

オーストラリアはいつも湿度低く、乾燥していますから、日陰を見つけ、少し休めば大丈夫な感じですが、夜になったら、直ぐ涼しくなる…3年間ほど都城市に滞在する経験がありますが、この湿度は慣れられないみたいです!特に問題なのは、夜遅くまで起きています。早く寝たいのですが、室内でも汗が酷くて、気を楽にできず、寝られません!何かいい対策はないでしょうか?長く都城市に住みたいなら、今の生活を変わらなければなりません!

[ジョージ]

皆さま、梅雨はまだまだ続きますが、お元気ですか。

私と言えば、体重がとうとう大台をオーバーしてしまいました。(大台は何kgかは内緒です。)そこで、今まで何度か正月に今年の目標で揚げていていつも3日坊主で終わり、家族から怒られていた「ダイエット」に本気で取り組みたいと思います。(何度目の本気かは忘れませんでした)①間食をしない②大好きなお菓子を食べない③アルコールは週末だけ④毎日運動をして汗を流す、以上4つの誓いを今から必ず守りたいと思います。とりあえず2か月後の8月までに4kgの減量を目指して、頑張ります!! ご期待ください。(笑)

[田中]

元国際交流員のQちゃん(クイルさん)と久しぶりに会って話す機会がありました。1回目は私が椅子に座って、Qちゃんは立っていたのですが、話した後、自分の首の痛みに気付きました。あーそうでした、Qちゃんの身長は190cmを超えているんです。

前回の経験をふまえて、今回は私も立って話すことにしましたが、それでも、150cmの私は見上げっぱなしでした。次の機会からはQちゃんとは座って話をしたいと思っています。

[迫田]