

# 国際交流 Newsletter

2017年01月号

発行 延岡市役所総務部国際交流推進室（総務課内）（国際交流員： カリナ・ブリス）

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

2017年になりました！明けましておめでとうございます！ Frohes neues Jahr! Happy New Year!

## 温泉 ・ Onsen



大学の先輩と旅行をした時、鹿児島県指宿市の温泉など、いろんな温泉に行ってみました。

Nach meinem Studienjahr in Japan wurde ich in Deutschland oft gefragt, was ich an Japan vermisse. Zuerst habe ich an japanisches Essen gedacht, aber das meiste davon konnte ich in Deutschland auch im Asia-Supermarkt kaufen, selbst kochen oder in japanischen Restaurants essen. Dann natürlich Karaoke, aber auch für das Problem hat sich eine Lösung gefunden – eine WiiU mit Karaoke-Software. Mein dritter und letzter Gedanke waren Onsen. Und für diese gibt es einfach keinen guten Ersatz in der Nähe meines Heimatortes. Onsen habe ich wirklich vermisst.

Hier in Nobeoka ist es in letzter Zeit tatsächlich etwas kalt geworden und somit ist es die ideale Zeit für Onsen oder heiße Bäder. Deshalb habe ich die freien Tage über Neujahr auch genutzt, um mit einer Freundin einige Onsen auf Kyushu zu besuchen. Das hat sich wirklich gelohnt!

日本留学の後に、ドイツでよく「日本に関して、恋しいものは何ですか」と聞かれていました。まず、日本料理のことを考えましたが、専門スーパーで輸入したものが買えますし、自分で作ることもできました。日本料理のレストランで食べることも可能でした。次に考えたのはカラオケです。日本みたいなカラオケ店はドイツにありませんが、結局日本でWiiUゲーム機を買って、カラオケのソフトを使えることになりました。最後に考えたのは温泉です。出身のアウグスブルク市の近くには温泉がなくて、温泉のようなところもありませんでした。日本の温泉は恋しがったです。

最近、延岡市も少し寒くなりましたね。お風呂や温泉が最高の時期でしょう。そこで、年末に東京から来てくれたドイツ人の先輩と九州をまわって、温泉にも行きました。温泉に行けて、良かったです！

Natürlich gibt es in Deutschland auch Bäder, allerdings gibt es einige Unterschiede zu japanischen Onsen. Am Ähnlichsten sind wohl Thermalbäder, die sich in einigen Orten in Deutschland finden lassen. (Beginnt ein Ortsname in Deutschland mit „Bad“, dann ist in diesem Ort mindestens ein staatlich anerkanntes Heilbad vorhanden.) Anders als in Japan haben diese Thermalbäder jedoch fast immer nur einen großen Bereich, der für Frauen und Männer gemischt zugänglich ist. Deshalb ist es dort meist auch Pflicht, Badekleidung zu tragen. Nur im Saunabereich, der meist ebenfalls gemischt ist, darf keine Badekleidung getragen werden. Oft kann man in den Thermalbädern auch schwimmen!

ドイツにも温泉と似ている場所がありますが、様々な違いがあります。日本の温泉と一番似ているのはテルマルバッドかテルメと呼ばれるドイツの温泉で、ドイツの色々なまちにあります。(ドイツのまちの名前がBad (バッド) からはじまっていれば、そのまちのなかに必ず温泉があります!) 普通は日本の温泉と違って、入ってから一つの大きいエリアしかありませんので、男女が別々にはなりません。それで、水着を着ることが必要なテルメが多いです。男性と女性が一緒に入るサウナのエリアだけは水着を着てはいけません。テルメのなかで水泳が出来るプールもよくあります。



ドイツのお風呂

Das geht natürlich auch in normalen Schwimmbädern, die man im ganzen Land verteilt findet. Große Schwimmbäder haben einen Innen- und einen Außenbereich, oft eine Sauna-Zone und natürlich Rutschen und Sprungtürme. Einige Schwimmbäder nennen sich sogar „Erlebnisbad“ und bieten besonders viele Rutschen, Sprungtürme und manchmal sogar Wellenbäder. In einem Bad in der Nähe von München habe ich einmal über 8 Stunden fast nur damit verbracht, die verschiedenen Rutschen zu nutzen.

Im Sommer sind in Deutschland nicht nur Freibäder beliebt. Viele Deutsche verbringen die warmen Tage an Seen oder am Meer um zu schwimmen oder sich zu sonnen. (Das ist ebenfalls ein großer Unterschied zu Japan. In Deutschland gilt es als schön, wenn man von der Sonne gebräunte Haut hat. Wer ganz weiß ist verbringt zu viel Zeit in Gebäuden!)

それ以外に、普通のプールもドイツのどこにでもあります。大きいプールなら、ビル内のプールと外のプール、サウナ・エリア、そして滑り台と飛び込み台などもあります。滑り台、飛び込み台が多くて、たまに波のあるプールもあり Erlebnisbad (体験プール) という名前を使っています。ミュンヘンの近くの滑り台がとて多いプールに行った時、友達と8時間以上いろいろな滑り台を滑ることだけで時間を過ごしたことがあります。

夏に人気なのは屋外プールだけではありません。暑い日には泳いだり、太陽の光を浴びるために湖や海で時間を過ごす人も多いです。(それも日本人とドイツ人の考え方の違いですね。ドイツ人は肌が真っ白だとあまりキレイと思わなくて、タンニング (日光を浴びて、身体を黒くすること) が少しあればいいと思います。肌が真っ白なら、あまり外で遊ぶ時間がない人だと感じています。)

Schwimmbäder sind auch sehr beliebt, weil es in vielen deutschen Wohnungen nur Duschen und keine Badewannen gibt. Jeden Tag zu baden ist sehr, sehr unüblich und rund die Hälfte aller Deutschen duscht üblicherweise am Morgen nach dem Aufstehen. Für Japaner ist es sicher auch schwer vorstellbar, dass sich viele Deutsche darüber Gedanken machen, wie lange sie duschen. Umso kürzer, umso besser. Das spart Wasser! Um das zu verstehen muss man allerdings wissen, dass Wasser in Deutschland viel teurer als in Japan ist. Jeden Tag zu Baden würde sehr viel Geld kosten. Ein Badezimmer in Deutschland sieht auch anders aus, als ein Badezimmer in Japan. Meist gibt es nur einen Raum, in dem sich Waschbecken, Toilette, Dusche und/oder Badewanne befinden. Es gibt also auch keinen Platz, um sich vor dem Baden zu waschen. Wenn man also einmal badet, dann benutzt immer nur eine Person das Wasser und für den Nächsten füllt man die Wanne erneut mit heißem Wasser. Auch kann man bei deutschen Badewannen das Wasser nicht aufwärmen. Und das erneute Füllen kostet natürlich auch viel Zeit.

Zeit ist zum Baden generell sehr wichtig. Ein Bad (zum Beispiel ein Schaumbad) bedeutet für Deutsche Erholung und Entspannung und ist somit ideal für freie Tage wie zum Beispiel am Wochenende. Viele baden daher nur einmal in der Woche oder sogar noch seltener. An anderen Tagen reicht es den Deutschen, zu duschen. Auch im Winter ist das nicht zu kalt, da sie Zentralheizungen in den deutschen Wohnungen auch die Badezimmer mollig warm halten.

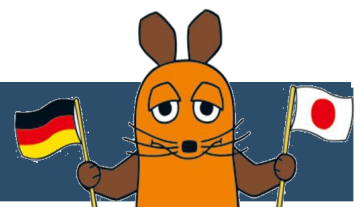
In diesem Sinne: Wenn man mich nun fragen würde, was ich an Deutschland vermisse, dann würde ich mit „Zentralheizung“ antworten.

プールが人気のもうひとつの理由があります。ドイツでは風呂桶がなくて、シャワーだけがあるアパートが多くあります。そして、毎日お風呂に入るドイツ人は少なく、ドイツ人の約50%が朝起きてからシャワーを浴びます。日本の人は驚いているかもしれませんが、シャワーを浴びる長さについて考えているドイツ人も多くいます。出来れば短い方がいいです！そうすれば、水が節約できます。それがどうしてなのか理解するために、日本より水道代が高いということを知ることが大切です。毎日お風呂に入ったら、水道代が有りえないくらい高くなるはずですが、ドイツのお風呂場は日本と違います。普通は、ひとつの部屋に洗面台、トイレ、シャワー・お風呂の全部があります。風呂桶に入る前に洗えるスペースもありません。お風呂に入る時は、直接風呂桶に入ります。次の人が同じ日にお風呂に入りたいなら、水も交換します。ドイツも風呂桶にお湯を入れますが、冷めたからまた沸かそうなんてことは出来ません。新しいお湯を入れるしかありません。ただ、それに時間がかかります。

お風呂に入りたいなら、時間が必要です。ドイツ人にとって、湯船（例えば泡風呂）に入ることが休憩とリラクスの時間で、その時間は週末が多いです。一週間で一回だけ湯船に入るドイツ人が多いです。週に一度も湯船に入らない人もいます。それ以外の日は、シャワーを浴びるだけで十分です。家に暖房設備があるので、冬でもアパートの浴室がポカポカで、シャワーを浴びる時には寒くありません。

では、今「ドイツに関して、恋しいものは何ですか」と聞かれたら、答えは「暖房設備」になります。

## 簡単なドイツ語を紹介します！



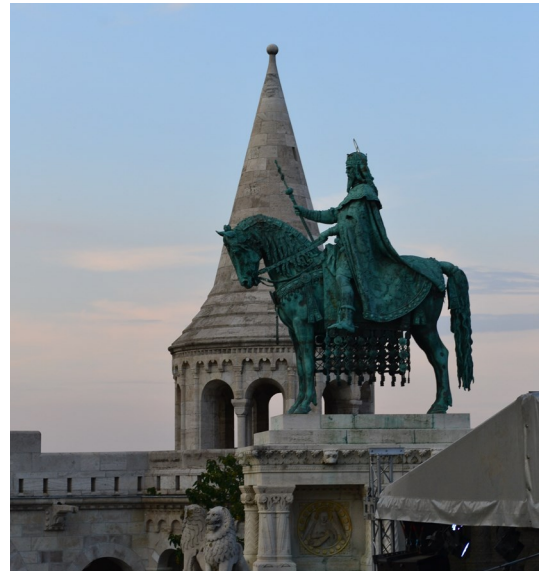
Entschuldigung	エントシュルディグング	すみません
Woher kommen Sie?	ヴォーヘア・コメン・ズィー?	どこから来ましたか?
Ich komme aus Japan.	イヒ・コツメ・アオス・ヤーパン	(私は) 日本から来ました。
Und Sie?	ウンド・ズィー?	あなたは? (どこから来ましたか?)
Ich komme aus Deutschland.	イヒ・コツメ・アオス・ドイチュランド	(私は) ドイツから来ました。

## 世界の綺麗なまちの紹介

### Budapest (ハンガリー)

ハンガリー

人口: 約175万人



今月のニュースレターで紹介したいまちはドナウ川が流れるハンガリーの首都ブダペストです。

ブダペストはローマ帝国時代から温泉が120箇所以上ありますので、昔から「スパの街」としての地位を固めており、ヨーロッパの最も大きい温泉町です。ブダペスト以外に温泉町と言われる首都はありません。もちろん、ブダペストの温泉は日本の温泉とちょっと違います。日本の温泉に似ている風呂と普通のプールの両方があります。

例えば、ブダペストの一番有名な温泉である、ゲッレールト温泉では、泳げるプールと日本の温泉に似ている風呂の両方があります。外に波のあるプールもありますし、遊ぶために来るお客さんが多いと思います。ビルの中にも、泳げるプールがありますが、奥の方に40度以上の風呂もあります。そこでリラックスすることができます。もちろん、そこでは泳げません。

ゲッレールト温泉は1918年に完工したアール・ヌーヴォーの建物の中でも、雰囲気も素晴らしい所です。そして、温泉医学の第一回目の国際会議もブダペストのゲッレールト温泉で行われました。

ブダペストのルダシュ温泉では、週末以外に男性か女性のどちらかだけが温泉に入れます。週末だけは男女が一緒に入れ

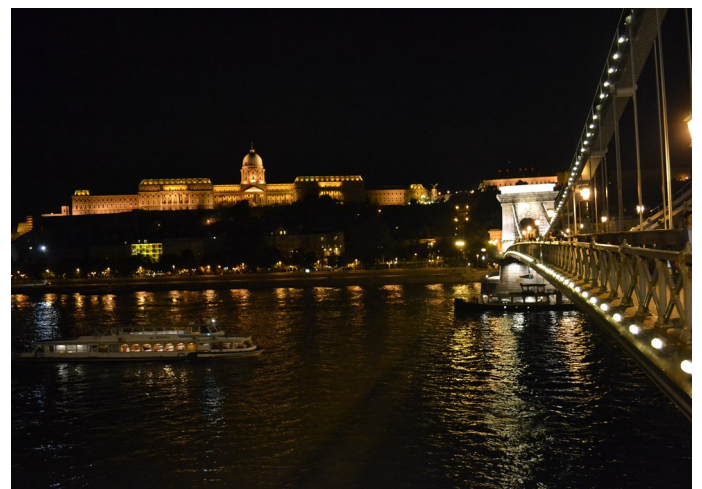
ますので、水着が必要だそうです。それぞれの温泉で違うルールもあります。水泳帽を被らなきゃならないプールも温泉の中によくあります。

昔からブダペストの温泉はとても人気がありました！今でも、多くの観光客が温泉に入るためにブダペストに行きます。もちろん、ブダペストの人も温泉が大好きです。ブダペストのお爺さんたちはセーチェニ温泉の中で集まってチェスをするのがとても好きなようです。やはり、ブダペストの温泉はリラックスするためだけではなくて、むしろ知り合いが集まって、会話できる場所のようです。もともとローマのテルマ（温泉）もそうでした。肌を洗うことも大切でしたが、むしろまちの人々の集まる場所でした。

夜になると、ブダペストはとてもキレイになります。ゲッレールト温泉のすぐ近くにあるゲッレールトの丘を登ったら、ブダペストの夜景をよく見られます。それは世界の一番キレイまちの夜景かもしれません。

ブダペスト

ブダペストの夜景



ゲッレールト温泉（内）

セーチェニ温泉（外）

## 国際料理コーナー

12月の国際交流ウィンターパーティーでソーセージと一緒に南ドイツ風のポテト・サラダを食べました。

10月の料理教室で同じサラダを作りました。美味しかったですか？ぜひ作ってみてください！

### Schwäbischer Kartoffelsalat

南ドイツのポテトサラダ

準備・調理時間：30+20分

出来上がりの分量：5人前

寝かせる時間：1時間

### 作り方

1:  
ジャガイモを皮が付いたままゆでる。(30分以上かかるかも) できたら、水を切って、出来れば速く皮をむく。冷やしたら、暑さ0.5cmに切る。塩、こしょうで味付けする。じゃがいもをボウルに入れる。

2:  
ネギを小間切りにする。沸かしたブイヨン、ネギ、酢、マスタード、塩、こしょう、砂糖を入れる。マリネードのできあがり。

3:  
じゃがいもをいれたボウルにマリネードも入れる。1時間ぐらいこのままで寝かせる。

4:  
キュウリを切る。

5:  
ボウルに油を入れまぜる。キュウリも入れて、塩とこしょうを使って、味を整える。

6:  
ポテトサラダをすこし温めて、温かいままで食べる。



### 材料

じゃがいも  
1000g

塩、こしょう  
少し

ネギ  
1束

ブイヨン  
170ml

酢  
大さじ 2,5

マスタード  
小さじ 2,5

砂糖  
小さじ 1

油  
大さじ 4

キュウリ  
1-2 個



## ALTコーナー

今回のALTコーナーではエリンさんが温泉などについて話しています！

I was very surprised the first time I saw an ofuroba. In America, we almost always take showers. Baths are more reserved for relaxing your body, not cleaning it. There aren't really ofuroba in American homes, at least not the ones you might be used to seeing here in Japan. For example, the two showers in my parents' house are simply shower heads placed over the bathtubs. When we shower, we stand in the tub and turn on the shower head. For this reason, I was surprised and delighted when I saw the ofuroba in my apartment. I didn't have to stand in a tub to shower! And the bathtub was so deep.

I have learned that bathing culture in Japan is very important. Like many things here, there is a specific process attached to it. First you wash your body, then you bathe. If we do take a bath, we Americans generally just hop into the tub. That's right, we don't even shower the dirt off our bodies first. Crazy, right? My students are always surprised. Shocked, even.

Not as shocked as my mom was when I brought her to her first onsen. We have "hot springs" in America, but they are rare, and we enter them with our bathing suits on. The idea of communal bathing is nerve-wracking to an American. Wait, what? I'm going to be NAKED? With OTHER PEOPLE?? Noooooooo! That's too embarrassing! This was pretty much Mom's reaction when we walked into the locker room.

はじめて日本のお風呂場を見た時、驚きました。アメリカの方では、だいたいシャワーを浴びます。お風呂に入るのは、洗うよりリラックスするのが大事です。日本の家のようなお風呂場はアメリカにはありません。例えば、両親の家にシャワーが二つありますが、それは風呂桶の上にあるシャワー・ヘッドだけです。風呂桶の中に立ちながら、シャワーを浴びます。それで、日本の部屋のお風呂場を初めてみた時、驚いて、喜びました。ここでシャワーを浴びる時、風呂桶の中に立たなくていいです。そして、風呂桶がとて深いです。

日本では、お風呂に関する習慣がとても大切だと知りました。他の習慣と同じように、決まったやり方があります。まず、身体を洗って、次にお風呂に入ります。アメリカ人はお風呂に入ったら、普通は直接風呂桶に入ります。そうです、シャワーを浴びずに体を洗わずに入ります。おかしいですか？学生たちにその話をしたら、驚きます。ショックです！

それよりも、母と初めて温泉に行った時のショックが大きかったです。アメリカにもホット・スプリング（温泉）がありますが、珍しく、また水着を着て入ります。アメリカ人にとって、公共のお風呂に入るのは非常に神経に障ります。「ちょっと待って、どういうこと？脱いで入る？他人と一緒に？嫌だ！恥ずかしい！」とロッカー室に入った時、母が言いました。

We were visiting a hot spring in Oita. Of course, I had explained the rules of an onsen to her before, but I guess seeing all the obaa-sans standing around and gossiping in the nude really made it real to her. She froze up, eyes wide and vacant like a deer caught in the headlights of a car.

“Erin,” she whispered, “is there a towel I can use to cover up?” I grinned. There is a towel—sort of. Everyone brings a small hand towel with them, but it is very small. You can’t “cover up” with it so much as “be slightly, maybe, a little less totally naked”. I handed her this towel, and together we entered the onsen.



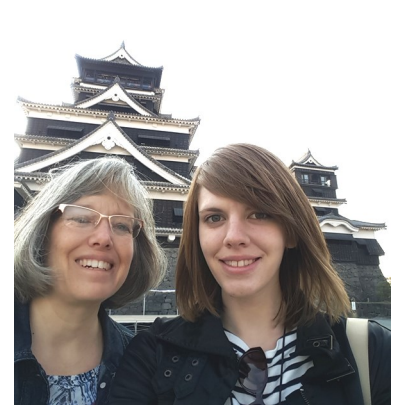
エリンさんがお母さんと一緒に温泉旅行をした時の写真

My mother quickly got used to Japanese bathing culture, and ended up enjoying her experience. She even asks me if we can visit another onsen the next time she comes to see me in Japan. Of course, when she’s in my apartment she still takes only showers...and between you and me, I think she stands in my bathtub when she uses the shower head.

I’m getting more used to bathing regularly as well. It’s a shame my American culture feels so rushed that we can’t enjoy a daily bath. I am beginning to understand that it is good for your body and your state of mind. Still, showers have benefits too. They are almost opposite things: baths are deeply relaxing and meditative, while showers are refreshing and boosting. But of course, both will keep you clean.

大分県の温泉に行った時でした。もちろん、前に日本の温泉のルールなど説明しましたが、ロッカー室でおしゃべりしていたはだかのお婆さんたちをみたとき、やっと気を付いたはずです。母は車のヘッド・ライトの光に照らされている鹿のように、目を大きくして、立ちすくんでいました。

「エリン、隠す為に使えるようなタオルがある？」と母が小さい声で私に聞きました。私はにっと笑いました。タオルはありますが・・・みんながタオルを持てますが、とても小さいです。これを使って、隠すことができるわけないです。はだかより少しだけはだかではないようになる程度です。少しだけ。母にタオルを渡して、二人で温泉に入りました。



母は温泉の習慣にすぐ慣れてきて、温泉を楽しめるようになりました。そして、また日本に来るとき、また別の温泉にも行きたいと言うほどになりました。でも、私のアパートにいた時は、シャワーだけ浴びていました・・・内緒ですが、そのときは、風呂桶の中に立ちながら、シャワーを浴びていたと思います。

私も湯船に入ることに慣れてきました。アメリカ社会はいつも忙しくて、毎日湯船に入ることをしないことが、残念です。身体と心のために、湯船に入るのがいいことだと気が付き始めました。ただ、シャワーを浴びるにも利点があります。シャワーと湯船で違う利点があります:湯船に入ると瞑想できますし、リラックスもできますが、シャワーを浴びればフレッシュでき、元気になります。もちろん、どちらでも身体がキレイになりますけどね。

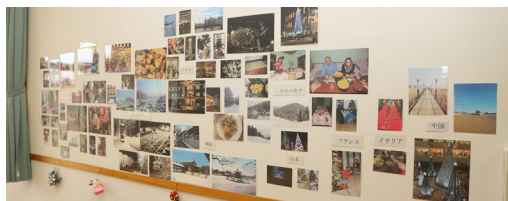




12月18日の

国際交流Winter Party

の写真



## 国際交流Winter Partyの集合写真

皆さんが参加してくれたお陰で、12月18日に楽しい国際交流ウィンター・パーティーを過ごせました。  
2017年にもよろしくお願ひ致します！



### Upcoming Events! これからの国際交流イベント (01月・02月)

#### ◇ ドイツ語講座 & ランチと国際交流フリートーク

日時：01月18日(水) & 02月08日(水) & 02月22日(水) 11時00分～13時00分

場所：社会教育センター

ドイツ語講座(初級)：ドイツの紹介・簡単なドイツ語の勉強

時間：11時00分～12時00分

⇒ランチと国際交流フリー・トーク：ランチを食べながら、日本語・英語・ドイツ語で会話をしましょう！

時間：12時05分～13時00分 (\*お弁当を持参してください。)

#### ◇ カリナの楽しい料理教室

日時：01月24日(火) & 02月14日(火) 10時30分～13時30分

場所：社会教育センター 調理室

参加費：1000円

申込み：電話かメールでお申込みください。締切：01月19日(木) & 02月09日(木)

**連絡先** (申し込み・質問・コメントなど)

国際交流員：カリナ・ブリス

Tel. (0982) 22-7006 (総務課内)

Mail: kokusai@city.nobeoka.miyazaki.jp