

## 目次

GAPコンテストレシピ集

CIRメッセージ：「もし、  
それがあなただったら」

レポート：  
4月の国際交流活動

ALTメッセージ：「イ  
スターエッグの祭典」

国際交流イベント

- ・ スケジュール
- ・ 紹介

## Contents

GAP Contest Recipe  
Booklet

CIR Message: Imagine  
if it were you

Report: International  
Activities (April)

ALT Message: Easter  
Egg Extravaganza

Upcoming Events!  
Please Look on  
Facebook for English  
Information!

延岡市

# 国際交流 Newsletter



## GAPコンテストレシピ集

GAP Contest Recipe Booklet

2019年度、延岡学園高等学校、宮崎県立農業大学校、宮崎県、そして延岡市で構成したチームは東京オリンピック・パラリンピック推進本部事務局が主催した「GAP食材を使ったおもてなしコンテスト」に参加し、全国40チームの中から最高賞である『東京オリパラ担当国務大臣賞』を受賞しました。コンテストの最優秀賞の受賞と延岡市で行われたドイツとのホストタウン交流を記念するため、ドイツ総領事館大阪・神戸及び延岡学園高等学校とのコラボレーションとして、GAPコンテストレシピ集を作成しました。

「ビーツのサラダ」を始め、レシピ集の中で学園高等学校調理科の生徒がドイツのオリンピック選手のために考えたレシピ5つを紹介しています。

In the 2019 financial year, a team consisting of the Nobeoka Gakuen High School, Miyazaki Agricultural Junior College, Miyazaki Prefecture, and Nobeoka City participated together in the nationwide Olympic-related “GAP Ingredients Hospitality Contest” and won the top prize, the “Minister for the Tokyo Olympic and Paralympic Games Prize” as one of 40 teams. To celebrate the win and remember the Host Town exchange projects with partner country Germany, a GAP-Contest recipe booklet was made.

The booklet includes 5 recipes, including a beet salad, which were developed for German Olympic athletes by students of Nobeoka Gakuen High School.

## CIRメッセージ



岩本 靖子  
延岡市国際交流推進  
コーディネーター

Yasuko Iwamoto  
(CIR) Coordinator for  
International Relations

### Keywords

#### キーワード

(日本語・英語)

よきせぬ

予期せぬ  
unexpected

つらい

辛い  
painful

さべつ

差別  
discrimination

はくがい

迫害  
persecution

みんぞくの

民族の  
ethnic

こんにちは、みなさん!元気にお過ごしですか。生活の中で世界中のニュースが飛び込んできますね。感染症や社会情勢など不安になるようなニュース、勇気づけられる明るいニュースと様々です。最近では悲しいニュースが多いので、私たちに何ができるかを考えてみました。レノン・ジョンの“イマジン”を思い浮かべながら平和を感じる気持ちで読んでみてください。この地球には、様々な国や地域の人、色々な宗教、文化、言語をもった人、様々な価値観をもった人、本当に色々な人達がいて、それぞれに生活を送っています。もちろん、それぞれに、様々な経験もしています。

Hi, there! How have you been? Every day, we hear news from around the world, such as COVID-19 updates and social conditions, which can make us anxious, and happy news that can encourage us. Recently, there are many news reports that make us worry. Today, I thought about what we can do to make a difference towards these issues. Please read this while thinking of “Imagine” by John Lennon and try to feel peaceful. On Earth, there are so many people from different countries, regions, religions, cultures, languages, and values, all living their lives in different ways. Of course, this means they also have their own individual experiences.

### もし、それがあなただったら・・・ Imagine if it were you

私自身、今までにたくさんの素晴らしい経験や、予期せぬ辛い経験など、人生を過ごす中で、良いときも、そうでないときも経験してきました。色々な人達と出会い、別れ、色々な業種でそれぞれに違ったことを学んできました。誰しも人生の中で本当に辛く苦しい、悲しい経験があると思います。すべての経験から私たちは強く、賢くなりますが、経験しなくていいような辛いことは、誰にも経験してほしくありません。

「誰かの立場に立って考える」ことができるのは人間に与えられた能力だと私は信じています。年齢、ジェンダー、国籍に関わらず、私たちは困っている人の立場を考えることによって、できることがあります。世界中のたくさんの社会問題は良くなり、戦争がなくなるかもしれません。例えばネットでの誹謗中傷、いじめ問題、性的、社会的なあらゆるハラスメント、LGBTQ(性的マイノリティ)、障がい者など少数派の方に対する差別、世界の中で起こる特定民族への差別や迫害等、私たちの世界はまだ涙と悲しみで溢れています。

I, myself, have encountered many wonderful experiences, as well as unexpected painful experiences. For better or for worse, I've experienced many different things as they were. I've met and parted with a lot of people in different industries. I think everybody has really hard, challenging and sad experiences in their lives. While every experience makes us stronger and smarter, I do not wish experiences on people that are too painful.

I believe that it is a gift given to human beings to be able to “put yourself in someone else's shoes.” Regardless of age, gender, or nationality, we can all make a difference by putting ourselves in the position of people who need help. It may improve many social problems and stop wars in the world. Our world is still full of tears and sadness, because of actions like cyberbullying, bullying, sexual and social harassment, discrimination against minority groups such as LGBTQ or people with disabilities, and discrimination against and persecution of certain ethnic groups in the world.





社会的に力のある、物事の重要な判断をする立場にいる人達は、より豊かな想像力をもってほしいと思います。同様に、様々な問題もそれぞれ当事者だけでなく、世界的な問題に関わろうと、それぞれに考える人が増えれば、長い時間がかかっても良くなっていくはずです。

その問題で苦しんでいるのが、自分だったら、自分の家族や友人だったら、職場の同僚だったら、と想像してみてください。私たちの社会は野蛮ではなく、適者生存のルールに則っているわけでもありません。身体的、社会的な力の強弱ではなく、尊重や受容が大切です。「イマジン」の歌の中でジョン・レノンは「すべての人が平和に暮らしているのを想像してください。」と言っています。自分が平和に暮らしたいのと同じように誰もが平和な生活を望んでいます。文化的、論理的で愛と思いやりに溢れる世界を子どもたちの世代に繋いでいけることを願っています。

I expect people in high positions of power and those who make important decisions to use a richer imagination. Likewise, if more people concerned themselves with worldwide issues, even those that don't affect them, these problems may gradually get better over time.

Try to imagine if it were you, or your family, a friend, or colleague, suffering from one of these problems. Our society is not wild, and does not follow survival of the fittest. It is not about physical or social power, it's about respect and acceptance. In the song, "Imagine", John Lennon says "Imagine all the people living life in peace." Everyone wants to live in peace just like I do. I hope that we can pass on to the next generation a world that is more cultural, logical and full of love and compassion.

てきしゃ

適者  
fittest

ろんりてき

論理的  
logical

おもいやり

思いやり  
compassion



## レポート:4月の国際交流活動

Report: International Activities (April)



### ラテン音楽の楽しむ会 Latin Music Group

4月16日（日）に川中コミュニティセンターでラテン音楽を楽しむ会が開催されました。ラテン音楽を楽しむ会は年に4回ぐらい集まって、ラテン音楽について話したり、ラテン音楽を楽しんだり、ラテン音楽について発表してもらうゲストを招待したりしています。今回、延岡工業高校ALTのベラスケス・クリストルさんは発表者として参加し、ラテンアメリカのリズムや歌手が音楽界の主流で人気になったきっかけの、1999年の洋楽ポップにおける「ラテン音楽ブーム」について話しました。次は6月中に開催する予定です。



On Saturday, April 16th at the Kawanaka Community Center, the Latin Music Group had one of their meetings. They meet around 4 times a year to discuss and appreciate Latin American music, and they invite guest speakers to make presentations on different topics related to Latin American music. This time, Kyrstol Velasquez (Nobeoka Technical High School ALT) was the guest speaker, and spoke about the “Latin Explosion” that occurred in Western pop music in 1999 that marked the start of Latin American rhythm and artists becoming popular in mainstream music. Their next meeting will be in June.



### JETプログラム参加者の集まり JET Participants Gathering

現在、JETプログラムALT10人と国際交流員1人が延岡市役所及び市内の高等学校で働いています。4月、ALTによる企画で集まり、一緒に苺狩をしました。苺を食べながら、仕事や延岡市の生活について話し、楽しい時間を過ごしました。



Currently, 10 ALTs and one CIR from the nationwide JET Program work at City Hall or high schools in Nobeoka City. In April, one of the ALTs invited everyone to meet at a strawberry farm. The group enjoyed the informal meeting and was able to update each other about their work and live in Nobeoka City while eating strawberries.



日本(にほん)の春(はる)を楽(たの)しむ  
**お茶会(ちゃかい)**

日時(にちじ): 5月(がつ)14日(か)  
10:00~11:00

場所(ばしょ): /ベオカ/マドハウス

※ エンクロス から 歩(ある)いて5分(ぶん)

参加費(さんかひ): 500円(えん)

定員(ていゐん): 10名(めい)

申込(もうしこみ): Googleフォーム →

また は TEL:080-2748-5954 (織田さん)



主催(しゅさい): 織田(おりた) 祐(ゆう)翔(と)さん 協力(きょうりょく): 延岡市(のべおかし) 国際(こくさい)交流(こうりゅう)推進室(すいしんしつ)

たの こくさい りょうり きょうしつ  
**楽しい国際料理教室**  
**International Cooking Class**

場所: 社会教育センター

対象: 小学生以上の方

※小学生は親子で参加のみ

申込: 電話で

5月12日(木)まで

定員: 12人

参加費: 1人1000円

Tel: 22-7006

**5 / 15**

**10:30~**

**13:30**





## ALTメッセージ



メイソン・アナ  
延岡市ALT

Anna Mason  
Nobeoka City ALT

皆さん、こんにちは！お久しぶりです。以前、私の祖母のサンクスギビングの恒例の一つ「缶」について紹介しましたね。しかし、祖母の祝日を楽しむ知識はサンクスギビングに限られたことではありません。もうすぐ春がやってくるので、アメリカの春の祝日について考えてみました。今月は私の家族が毎年行っているエッグハント（卵狩り）について紹介したいと思います。

Hello again! It's been a while. Previously, I wrote about one of my grandmother's Thanksgiving traditions- The Can. But my grandmother's holiday activity savvy is not limited only to Thanksgiving. Spring is soon approaching, and it's got me thinking about spring holidays in the United States. This month I wanted to talk about my family's yearly Easter egg hunts.

Keywords  
キーワード  
(日本語・英語)

ちしき

知識

savvy

ふっかつ

復活

resurrection

しんこうぶかい

信仰深い

religious

あつまる

集まる

congregate

## イースターエッグの祭典

Easter Egg Extravaganza

イースターは、イエス・キリストの復活を祝う、キリスト教の春の祝日です。エッグハントは近年、このお祝いの恒例になり、私の家族は特に信仰心が深いわけではありませんが、とても真剣にエッグハントを行います。たいてい、私の祖母がイベントを取り仕切り、前もってたくさんのお封可能なプラスチック製の卵を準備します。卵の中には小さいお菓子や小銭（50セントから2ドルくらいまで）を入れて、私たちが見つけるようにしてくれます。次に、イースターの日には家族全員が集まると、全員を部屋の中で待たせ、祖母は家の周りや庭に卵を隠します。それから、私たちは自由に、イースターのバスケットの中に入るだけたくさんのお菓子を集めます。

これは、アメリカのほとんどの一般家庭ではごく普通のイースターだと思います。しかし、より面白くするために、私の祖母は巧妙な隠し場所を見つけては、特別な卵を隠していました。その特別な卵の中にはたいてい50ドルから100ドルが入っていて、とても上手に隠されています。時には、他の全部の卵を見つけた後に、祖母がヒントを出しながら家族で更に30分ほど探したこともありました。ある年、祖母が洋梨の裏をくり抜き、

Easter, a Christian holiday that occurs every spring, celebrates the resurrection of Jesus Christ from the dead. Egg hunts have become a regular part of this celebration over the years, and even though my family is not particularly religious, we take our egg hunts very seriously. Usually, my grandma is in charge, and she prepares lots of resealable plastic eggs in advance. Inside the eggs, she'll place some small candies or change (anywhere from 50 cents to 2 dollars) for us to find. Next, once the entire family has congregated on Easter day, she'll make everyone wait inside a room, and she'll hide eggs around the house and in the yard. After that, we're set free to collect as many as we can in our Easter baskets.

I think this is pretty standard for many American families. But to make things more interesting, my grandma would find some very tricky hiding spots and hide a few special eggs. Usually, these special eggs would have \$50-\$100 inside and would be hidden very, very well. Sometimes, it would take us much longer to find them after all the other eggs were found, and my family would spend an extra 30 minutes searching while my grandma gave us hints. One year, my grandma



卵を中に入れ、盛り合わせている果物の中にその洋梨を戻しました。またある年には、アイスクリームの容器の中に卵を入れ、冷凍庫の中に入れました。また本棚の本の後ろや、家具の後ろに卵を隠しました。すべての卵を見つけ出すと、皆で席に着き、卵を開けて昼食をとりました。

たまに、祖母は隠した卵を忘れてしまうこともありました。ある真夏の日、祖母が庭で仕事をしていると、柵の上のスイカズラの藪から卵が落ちてきました。中にはまだお菓子が入っていました！祖母からそのことを伝える電話がありました。また、何年か経ってから掃除をしている時に、ベッドの下から卵が出てきたこともあります。これらの楽しい子どもの頃の思い出はイースターを特別なものにしてくれました。皆さんはどのように春の訪れをお祝いしますか？私も知りたいので、教えてくださいね！

carved out the backside of a pear, put the egg inside, and put the pear back in a pile of fruit. Another time, she put an egg inside an ice cream carton, and put it in the freezer. Other times, she would hide the eggs behind books on a shelf or behind furniture. Once all the eggs were accounted for, we would sit together to open the eggs and eat lunch.

Occasionally, my grandma would forget about some of the eggs. Once, in the middle of the summer, she was working in the garden, and some eggs fell out of the honeysuckle bush on her fence. There was still some candy inside! She called us to tell us. Another time, she found some eggs hidden under a bed when cleaning a few years later.

These fun childhood memories have given Easter a special place in my heart. How does everyone else celebrate the arrival of spring? I'm curious to know!

ひょうじゅん

標準

standard

かくされた

隠された

hidden

こどものころの

子どもの頃の

childhood



これからの

## 国際交流イベント Upcoming Events !

5月

May

- 11日（水） ドイツ語講座 & ランチと国際交流フリートーク【最終回】  
時間：11時～13時 場所：社会教育センター
- 14日（土） 日本の春を楽しむお茶会 詳しくは5ページをご覧ください。
- 15日（日） 楽しい国際料理教室 ～ドイツ料理を作ろう！～ 詳しくは5ページをご覧ください。  
時間：10時30分～13時30分 場所：社会教育センター 調理室  
申込：電話で申込 5月12日（木）まで
- 25日（水） ドイツ語で話してみましよう！～ドイツ語フリートーク【最終回】  
時間：18時～19時 場所：社会教育センター

6月

June

- 9日（木） おしゃべりサロン 簡単な日本語と外国語で会話をしながら、楽しい夜を過ごしましょう！  
時間：18時30分～21時 場所：延岡市役所 講堂（2階）

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、5月以降の国際交流イベント等につきまして、状況等に応じて中止する可能性がございます。中止の際は延岡市HPや国際交流推進室公式SNSにてお知らせ致します。皆様のご理解とご協力をお願いします。

### ドイツ語講座

ドイツ出身の国際交流員と、ドイツ語を学んでみませんか？

- ※ 申込み不要 ※ 毎月1回 11時～12時 ※ 場所：社会教育センター
- ※ ドイツ語講座の後にランチと国際交流フリートークを開催します。

### ランチと国際交流フリートーク

ドイツ出身の国際交流員と、ご飯を食べながら楽しく日本語で会話してみませんか？

- ※ 申込み不要 ※ 毎月1～2回 12時～13時 ※ 場所：社会教育センター
- ※ ランチと国際交流フリートークはドイツ語講座の後に開催します。
- ※ ランチと国際交流フリートークのみの参加でも大丈夫です。フリートークは弁当を持参ください。

### ドイツ語で話してみましよう！～ドイツ語フリートーク

※ 申込み不要 ※ 毎月1回 18時～19時 ※ 場所：社会教育センター

ドイツ人の国際交流員とドイツ語で様々なテーマについて話してみましよう。ドイツ語を楽しみながら、レベルアップできます！ドイツ語で話してみたい方、参加してみてください！聞いただけでも大丈夫です！

### 発行 Published by

延岡市役所総務部国際交流推進室（総務課内）  
Nobeoka City, International Exchange Promotion Office  
担当：ブリス・カリナ（国際交流員）

### 連絡先 Contact

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



Nobeoka International -  
延岡市国際交流推進室



nobeoka\_international