

目次

ALTメッセージ：
「メキシコの伝統菓子パン」

レポート：
1月と2月の国際交流活動

ALTメッセージ：
「羨ましがるアメリカ人」

CIRメッセージ：
「いつもありがとう」

延岡市のイベント情報

Contents

ALT Message:
Traditional Mexican
Pastry

Report:
Exchange Activities in
January and February

ALT Message:
An American's Jealousy

CIR Message:
Danke für Alles

Upcoming Events in
Nobeoka



延岡市

国際交流 Newsletter



国際コミュニティ

ヨーロッパ人の多くの国、アメリカやオーストラリアに比べて、日本は特に田舎では移民が少ないです。延岡市も例外ではありません。人口11万2,000人の延岡市で、600人あまりの外国人居住者は決して多いとは言えず、時には誰とも出会わないまま数日が過ぎてしまうこともあります。違う国に住むのは大変なことです。同じような境遇の人たちと話したり、つながったりするのはいいことです。小規模なコミュニティの一番いいところは、同じ国の人たちと必ずしも一緒にいる必要はなく、全く異なる文化的背景を持つ人たちとつながることができることです。前回の2月のインターナショナル・チャット・ナイトでは、世界中から参加者

つづきは4ページに

International Community

Compared to many countries in Europe, the United States or Australia, Japan has relatively few immigrants, especially in the countryside. Nobeoka is no exception. In a city with 112,000 people, 600-somewhat international residents are not a strikingly big number, and at times, days can pass until you run into anyone at all. Living in a different country can be challenging, and sometimes it is nice to talk and connect to people who are in a similar situation. The nicest thing about a smaller community is that you don't necessarily group with people from the same country but can connect to people from totally different cultural backgrounds. At our last International Chat Night in February, we had participants from all over the world: Korea, Jamaica,

Continue reading on page 4

ALTメッセージ



アニカ・ガリナ
延岡市ALT
Annika Galeener
Nobeoka City ALT

Hi! My name is Annika Galeener, and I've been living in Nobeoka for about 6 months and working as an ALT. My hometown of Corona (U.S.A) is very close to the Mexican border, so I grew up enjoying the best of both Mexican and American cultures. Today I want to share a little bit about one of my favorite Mexican treats!

はじめまして！私の名前はアニカ・ガリナです。延岡に住んで約半年、ALTとして働いています。故郷のコロナ市（アメリカ）はメキシコ国境にとっても近いので、メキシコとアメリカの両方の文化を楽しみながら育ちました。今日は、私の大好きなメキシコのお菓子について少しお話ししたいと思います！

Keywords
キーワード
(日本語・英語)

おきにり
お気に入り
favorite

かしパン
菓子パン
pastry

かりり
カリカリ
crunchy

ふうみ
風味
flavor

しよっかん
食感

メキシコの伝統菓子パン

延岡に来て以来、毎週末に**お気に入りの**パン屋に立ち寄り、朝のコーヒーと一緒に楽しめる**菓子パン**を買うことが習慣になりました。初めてそのパン屋に行ったとき、目を引いたパンがありました。それはメロンパンでした。外は**カリカリ**、中はふわふわのそのメロンパンは、パン・ドゥルセを思い出させました。「甘いパン」に訳せるパン・ドゥルセは、200種類以上の焼き菓子のことを指し、それぞれの独特の**風味**と**食感**を持っています。メキシコが発祥の地とはいえ、故郷のコロナにもパナデリア（メキシコのパン屋さん）がたくさんあるため、とても人気なお菓子です。パン・ドゥルセは普段、朝に温かいコーヒーやホットチョコレートと一緒に食べられています。

最も人気のあるパン・ドゥルセのひとつが「コンチャ」です。コンチャは、柔らかくてほんのり甘いパンに、カリカリの砂糖がトッピングされているものです。コンチャは見た目も味もメロンパンによく似ているが、コンチャの方が少し**密度**が高く、甘さも少し控えめです。

私の個人的なお気に入りは「プエルキート」、つまり「子豚」です。この豚の形をした菓子パンは、シナモンとピロンシージョ（メキシコ料理でよく使

Traditional Mexican Pastry

Since arriving in Nobeoka, it's become routine to stop by my **favorite** bakery every weekend to pick up a **pastry** to enjoy with my morning coffee. The first time I ever went to the bakery, one bread in particular caught my eye: Melon Pan. Its **crunchy** exterior and soft fluffy interior reminded me of Pan Dulce. Pan dulce, which translates to "sweet bread," is the name for over 200 different types of baked goods, each with its own unique **flavor** and **texture**. Even though it originates from Mexico, pan dulce is a very popular treat in my hometown, where panaderías (Mexican bakeries) are plentiful. Pan dulce is usually enjoyed in the morning with a warm cup of coffee or hot chocolate.

One of the most popular types of pan dulce is the concha. Conchas consist of a soft, slightly sweet bread with a crunchy sugar topping. Conchas look and taste very similar to melon pan, although conchas tend to be a little **denser** and a little less sweet.

My personal favorite is the puerquito, or "little pig." These pig-shaped treats are a cross between a cookie and a cake, flavored with cinnamon and piloncillo (a type of raw sugar



われる粗糖の一種)で味付けされた、クッキーとケーキの間のようなお菓子です。プエルキートを食べると、寒い冬の朝、家族と一緒にカフェ・デオッラ(シナモン入りのコーヒー)を飲んだ子どもの頃の温かい思い出がよみがえります。

そして、ディア・デ・ロス・ムエルトス(死者の日)に作られる「パン・デ・ムエルト」つまり「死者のパン」があります。ディア・デ・ロス・ムエルトスはメキシコの祝日で、人々は亡くなった家族や友人の人生を祝い、そして、彼らを偲ぶために集まります。多くの家庭では、故人を偲ぶために家に**祭壇**を作ります。パン・デ・ムエルトは、死者への**供え物**としてこの祭壇に置かれることが多いです。オレンジの皮やオレンジの花の水分がほのかに香るこのふわふわの甘いパンは、ドクロや骨の形をした余分な生地で飾られることが多いです。とても美味しく、私のもうひとつのお気に入りです。

メキシコのパナデリアであれ、日本のパン屋さんであれ、甘い菓子パンと温かい飲み物の組み合わせは、誰にでも一日のちょっとした安らぎと喜びをもたらしてくれると思います。私の文化を少し紹介させていただき、ありがとうございました！

commonly used in Mexican cooking). Puerquitos bring back warm childhood memories of cold winter mornings, sitting with my family and sipping café de olla (coffee brewed with cinnamon).

Then there's pan de muerto, or "bread of the dead," which is made for Día de los Muertos (Day of the Dead). Día de los Muertos is a Mexican holiday in which people gather to celebrate and remember the lives of dead family and friends. Many families will make an ofrenda, or altar, in their homes to honor the deceased. Pan de Muerto is often placed on this **altar** as a kind of **offering** to the dead. Lightly sweet with hints of orange zest or orange blossom water, this fluffy bread is often decorated with extra dough shaped like skulls or bones. It's very tasty, and is another favorite of mine.

Whether it's from a Mexican panadería or a Japanese bakery, a sweet pastry paired with a hot drink can bring a little comfort and joy to anyone's day. Thank you for letting me share a little of my culture with you!

texture

みつどがたかい

密度が高い

dense

さいだん

祭壇

altar

そなえもの

供え物

offerings

つづき
国際コミュニティ
.
Continuation
of International
Community

が集まりました：韓国、ジャマイカ、バングラデシュ、アメリカ、ヨーロッパ、そしてもちろん日本からも。お気づきかもしれませんが、このような国際交流イベントは、外国人住民にとって、日本社会に溶け込み、日常生活をマスターするために不可欠な、地域の日本人コミュニティとつながる機会でもあります。また、日本人住民の方々にとっても、さまざまな国や文化を知ること、視野を広げる絶好のチャンスです。延岡の国際コミュニティがこれからも出会い、楽しみ、親密になっていくことを願っています。

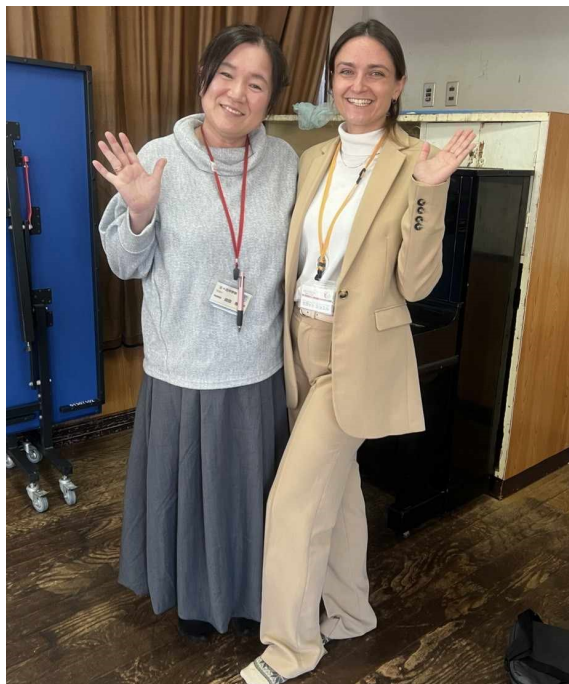
Bangladesh, the United States, Europe, and of course Japan. As you might have noticed, these kinds of international events also pose an opportunity for international residents to connect with the local Japanese community, which is vital to integrating into Japanese society and mastering daily life. It is also a great chance for Japanese residents to broaden their horizons, learning about different countries and cultures. I hope the international community in Nobeoka will continue to meet, grow closer, and have fun together in the future.

レポート：1月と2月の国際交流活動

January and February provided a lot of opportunities for me to share my culture with people from Nobeoka and Kadogawa. January started off with one of my favorite events: a cooking class. Around 15 students and parents from Soumei Junior High School cut, stirred and kneaded the ingredients to prepare a delicious meal including desert. I am glad everyone enjoyed the lentil soup and the little piggy breads which are supposed to bring good fortune in Germany and are sometimes shared after New Years. During my two school visits at Nobeoka Kougyou High School and Totoro Junior High School, I was able to introduce some basic knowledge about Germany while also letting the students discuss topics like international issues, the importance of English, and intercultural communication. I always enjoy chatting and interacting with the students, and as a special treat I also got to try kyushoku. It was really delicious and definitely a lot healthier than some of the food served in German canteens, but I was really surprised by how fast some of the students ate! Studying makes you hungry, I guess haha.

At the end of January, I was invited to Kadogawa to introduce Germany to the lovely members of the Lifelong Learning Class "nenrin kyoushitsu". Everyone seemed genuinely interested, and I was really moved by how many people thanked me and gave me presents at the end of the course. Thanks for having me. It was a lot of fun.

Last but not least, we had a lot of fun playing games at our International Chat Night in February. It was really good seeing everyone and making new friends! Thank you for coming.





1月と2月は、延岡や門川の皆さんに自分の文化をシェアする機会がたくさんありました。1月は、私の大好きな料理教室から始まり、聡明中学校の生徒と保護者約15人が、材料を切ったり、かき混ぜたり、こねたりし、デザート付きのおいしい料理を作りました。レンズ豆のスープと、お正月に作られる縁起の良いチャームングなブタのパンはみんな喜んで食べてくれたのが嬉しかったです。延岡工業高校と土々呂中学校での学校訪問では、ドイツについての基本的な知識を紹介しながら、国際問題や英語の重要性、異文化コミュニケーションなどについて生徒たちと考えることができました。子どもたちとおしゃべりや交流はいつも楽しいです。そして、一緒に給食も食べさせていただきました。本当においしかったし、ドイツの食堂で出される料理よりもずっとヘルシーだと思いました。勉強しているとお腹が空くんだね。1月末は門川町に招かれ、生涯学習教室「ねりん教室」の素敵なメンバーにドイツを紹介しました。皆さんは本当に興味を持ってくれたようで、講座の終わりにたくさんの人がお礼やプレゼントくれたのには本当に感動しました。お招きいただきありがとうございました。とてもいい時間でした。

最後になりましたが、2月のインターナショナル・チャット・ナイトでは、たくさんのゲームを楽しみました。みんなに会えて、新しい友達もできて本当に良かったです！

いつもご参加いただきありがとうございます～



ALTメッセージ



ケネス・ドリスルースキー
延岡市ALT
Kenneth Dryslowski
Nobeoka City ALT

Hello! My name is Kenneth Frank Dryslowski. I am from Florida, United States of America. I have lived in Nobeoka for five months. I absolutely love it! I graduated from Florida State University in 2023 with a bachelor's degree in literature, media, and culture. My hobbies are reading, writing, playing video games, and hiking. My favorite Japanese foods are udon, sushi, and chicken nanban! I am working in Nobeoka as an assistant language teacher.

こんにちは！私の名前はケネス・フランク・ドリスルースキーです。アメリカのフロリダ出身です。延岡に住んで5ヶ月になります。延岡が大好きです！2023年にフロリダ州立大学を卒業し、文学、メディア、文化の学士号を取得しました。趣味は読書、執筆、ビデオゲームとハイキングです。好きな日本食はうどん、寿司とチキン南蛮です！
現在、延岡市で外国語指導助手として働いています。

Keywords

キーワード
(日本語・英語)

かくりつ

確立(する)
to found,
to establish

ふかけつ

不可欠
integral,
essential

げいのう

芸能
performance art

かぐら・のう

神楽/能
Kagura/Noh

羨ましがるアメリカ人

私の故郷は1970年に**確立**されました。2000年、私が生まれた年に建てられた高校に通い、古いと思いました。昔地域に住んでいたネイティブ・アメリカンの歴史に特化した小さな博物館があり、すべての遺物が展示品として閉じ込められています。日本での経験はアメリカに住んでいた時と比べて全く異なり、日本人が自分の歴史と伝統を生かしているように感じます。

初めて天下一薪能や神楽のことを知ったときは、本当に衝撃を受けました。アメリカにはそのようなものはないからです。日本の文化に神楽が**不可欠**であることに感動しています。あらゆる年齢の子どもたちが、英語教師の私に母国よりも古い**芸能**である**神楽**がどれほど好きかを話してくれます。そして、天下一薪**能**を観たとき、歴史的に重要な遺物がライブパフォーマンスで使われるのを初めて見ました。アメリカやヨーロッパでは、このようなものはただ博物館や美術館のガラスの向こうに冷たく保管されています。

An American's Jealousy

My hometown was **founded** in 1970. I attended a high school that was built in 2000, the year I was born, and thought it was old. There is a small museum there dedicated to the history of the Native Americans that lived in the area, with all of their artifacts locked in exhibits. My experience here is almost entirely different. Japan is living its history and tradition.

I was absolutely struck when I learned about Tengaichi Takigi Noh and Kagura. In America, we do not have anything like them. Kagura being **integral** in Japanese culture amazes me. As an English teacher, I have had children of all ages talk to me about how much they love **Kagura**, a **performance art** that is older than my home country. When I watched Tengaichi Takigi **Noh**, it was the first time I have seen the use of historically significant objects in a live performance. In America and Europe, they are kept coldly behind glass in museums and galleries.



藤河内溪谷 (大分県佐伯市)でハイキングしている様子。Me hiking at Fujigawachi Gorge (Saiki, Oita).

神楽で何百年前に作られた面などを見るとどれほど羨ましく思ったかは伝えきれません。英語でも音楽、ダンス、衣装などの**伴奏**のある戯曲、物語、ロマンス、などの作品は数え切れないほどありますが、そのほとんどのものは現在には伝わりませんでした。

ですので、日本の芸能を見るときは**ほろ苦く**感じることがあります。一方で神楽のような古い伝統的な芸術を**維持する**文化を体験できることは非常にありがたく思いますが、同時に、母国にはそのようなものがないことに悲しみを覚えます。オペラやシェイクスピアはありますが、興奮して演じたり話し合ったりする子供たちはいません。

それにもかかわらず、ここで出会ったすべての人々が、快く自分たちの文化を分かち合い、私の好奇心に応えてくれたことに、永遠に感謝しています。正直なところ日本の皆さんが**羨ましく**思うときもあります。なぜなら私の故郷を思い浮かべると、ガラスの向こうの文化や伝統しか思い出せないからです。

I cannot overstate how jealous this makes me. There are countless plays, stories, romances, and other written works in English that had performance **accompaniments** such as music, and dance, and costumes, but these aspects are largely lost to time. Watching Japanese performance arts is **bittersweet**. I am extremely grateful to experience a culture that **maintains** such old traditions of art, but am simultaneously saddened at my home's lack of anything like it. We have opera and Shakespeare, but no children excitedly perform and discuss them.

I am eternally grateful to all the people I have met here that have willingly shared their culture with me and responded to my curiosity. I must admit that it makes me **jealous**, because thinking of home, I remember all of the culture and traditions behind glass.

ばんそう
伴奏
(musical)
accompaniments

ほろにがい
ほろ苦い
bittersweet

いじする
維持(する)
to maintain

うらやましく
羨ましく
jealous

CIRメッセージ



セガット・ショエル
延岡市国際交流員
Joelle Seggert
Nobeoka City

皆さん、こんにちは！お元気ですか？ご存知の方もいると思いますが、4月に引っ越すことになり、これは私の最後のニュースレターになります。延岡から離れることになり、何を残していくのかを考えるたびに胸が締め付けられる感じがします。今まで延岡市と宮崎県でできた思い出を振り返ってみると、どれだけ沢山のひとと繋がって仲良くなり、たくさん遊び、楽め、そしてどれだけ成長したことに自分でもびっくりします。ここでの時間は私の宝物です。

Hello everyone! How are you? As some of you may already know, I will move next month, so this will be my last newsletter. Every time I think about what I'm leaving behind, my chest tightens. Looking back on my time here in Nobeoka and Miyazaki, I'm surprised to notice how many people I have connected with, how much I have enjoyed myself, and how much I have grown. I sincerely treasure my time here.

Keywords キーワード (日本語・英語)

しっばい
失敗
failure

ことわざ
proverb

いつもありがとう

「失敗は成功の元」この有名なことわざを知らない人がいない気がします。しかし、それを聞いて「よっしゃー！たくさん失敗しようぜ」と思う人もなかなかいないと思います。

4月は多くの人にとって新たな始まりの時期となります。入学であれ、転勤であれ、転職であれ。今まで付き合ってきた人々や慣れた環境から離れ、新たな道に踏み出します。その新しい道でチャレンジと失敗が待っているのを考えると当然「怖い」と思うこともあります。延岡に来た時の私も正にその通りでした。

Danke für Alles ♡

"Failure is the mother of success." I feel like there isn't a single person in Japan who doesn't know this famous **proverb**. However, I don't think there are many people who hear it and think, 'Alright! Let's go and make lots of mistakes' either.

April is a time of new beginnings for many people. Whether it is going to a new school, a transfer, or starting a new job. We **leave** the people we have known and the environment we are used to **behind** and set off on a new path. It is only natural to feel a little scared when thinking of the





「仕事うまくできるかな」、「友達見つけれのかな」「生活に慣れるかな」、最初はそういった不安がたくさんありました。しかし、日本や宮崎県で生活できるせつかくのチャンスだと思い、とりあえず**前向きな気持ち**で何でもチャレンジしようと**覚悟を決めました**。

もちろん、うまくいかなかったこと、失敗したことや辛かったこともたくさんありましたが、3年後の今となつては、国際交流イベントや出前講座で「参加して良かった」、「楽しかった」や「面白かった」という嬉しいフィードバックをいただき、プライベートでもサーフィン、フラダンス、乗馬、ヨガや登山、たくさんの趣味とコミュニティができ、最初関西弁に染まっていた私の日本語も少しずつ延岡弁に変わってきています。そして、これを読んでいる皆さんの半分以上よりも方財から新港までの浜の呼び方に詳しくなっているかもしれません。(笑)

challenges and potential failures that lie ahead. At least it was exactly how I felt when I first came to Nobeoka. At first, I had a lot of worries: 'Will I do well at work?', 'Will I be able to find friends?', 'Will I be able to adapt to life in this city?'. However, at the same time, I felt like this was a once-in-a-lifetime chance to live in Japan and Miyazaki Prefecture, so I **made up my mind** to stay **positive**, put myself out there, and experience as many things as I could.

Of course, there were many things that didn't go well, failures, and hardships. Now, three years later, I feel grateful to receive positive feedback at international exchange events or school visits. When people tell me, 'I'm glad I came' or 'I had fun.' But also in private, I'm able to enjoy many hobbies like surfing, hula

はなれる
離れる
to leave behind

かくごをきめる
覚悟を決める
to make up one's mind

まえむき
前向き
positive



せいちょう
成長(する)
growth, to grow

ゆうじょう
友情
friendship

かわりに
代わりに
on one's behalf

たくさんチャレンジしたおかげで自分の世界が広がり、沢山の失敗があったおかげで**成長**を感じ、今の自分がいます。そして、たくさんの出会いもあり、お互いを助け合えるような何でも話せる深い友情も生まれました。最初の「失敗は成功の元」に戻ると私はこういうふうに思います。「失敗は成功の元」より「失敗は成長の元」というマインドでいたいです！毎回成功しなくてもかまいません。とりあえずチャレンジすることが大事です。チャレンジさえすればたくさんの学びがあり、新しい道も広がり、きっと成長を感じます。ですので、延岡の皆さんもこれからコンフォートゾーンから出て、サーフィンやら、乗馬やら、登山やら、延岡の素敵な自然でしかでき

dancing, horse riding, yoga, or mountain climbing. I've connected with so many people and communities that my Japanese, which was initially steeped in the Kansai dialect, is gradually changing to the Nobeoka dialect. From Houzai to Shinko, I bet I've even become more familiar with the names of the different points at Nagahama beach, than half of you reading this. (Haha)

Thanks to the many challenges I took on, my world expanded, and thanks to the many mistakes I made, I was able to **grow** into the person I am today. I met so many people, and I was able to form deep friendships where we can rely on each other and talk about anything.



ないことをチャレンジし、私の代わりに延岡を満喫して欲しいです。そして、やって後悔することより、やらなくて後悔することの方が絶対に悔しい！ですので、県外にでも海外にでも、環境を変えるチャンスがあれば、是非つかんでほしいです。なぜなら、皆さんも失敗し物凄く成長した自分と出会えるからです。延岡から離れても、延岡は私の第二の故郷として、そしてここで出会えた友人は第二の家族として思っています。こちらでできた思い出はずっと私と共にいます。

延岡、いつもありがとう！そして、これから遊びに戻って来たときもよろしく～

Going back to the beginning, rather than thinking of failure as the mother of success, I'd like to think of failure as the mother of growth! You don't have to succeed every time. The important thing is that you try. As long as you keep challenging yourself, you will learn, you will discover new paths, and you will surely feel growth. So, I wish for everyone in Nobeoka to get out of their comfort zone and challenge themselves. Whether it is surfing, horse riding, mountain climbing, or something else entirely. Please enjoy the beautiful nature and wonders of Nobeoka on my behalf.

It is definitely more frustrating to regret not doing something than to regret doing something! So, if you have the chance to change your environment, whether it be outside the prefecture or overseas, I urge you to seize it. It is your chance to grow! Even though I am leaving Nobeoka, I consider it my second home and the friends I met here my second family. The memories I made will stay with me forever.

Thank you, Nobeoka, for everything! I'll come visit soon～

これからの

国際交流イベント Upcoming Events !

国際交流イベントはしばらくお休みします。
ご了承ください。



Events
in
Nobeoka



2月1日 延岡花物語 Nobeoka Hanamonogatari

～

4月6日 A series of events in Nobeoka City revolving around Japan's most beloved spring flower, the Sakura (Cherry Blossoms).

詳細/For more details ➡ <https://nobeokahanamonogatari.net/>

4月18日 延岡大師祭 Nobeoka Daishi Matsuri

～

今山にある弘法大師像にちなんだお祭りで、九州の春の三大の祭りの一つと言われています。山下新天街からイオンモールの道では様々な屋台が出店し、日曜日の13時から大きなパレードがあります。「大名行列」(だいみょうぎょうれつ)をはじめ、ダンスグループなどの様々な団体が参加します。

This festival is celebrated in honor of the famous Buddhist priest Kobo Daishi, whose statue can be found at Mount Imayama. It is said to be amongst the three biggest spring festivals in Kyushu and various shops and stalls will line the road from Yamashita shopping street to Aeon Mall. The highlight of the festival is the big parade held on Sunday from 1pm. The parade will feature various groups, including dance groups, as well as the "Daimyo Gyoretsu".

どこ：今山大師 & 山下新天街 Where: Imayama Daishi & Yamashita Shintengai

詳細/For more details ➡ <https://www.imayamadaisi.com/>

5月4日 第36回ゴールデンゲームズ in のべおか 36th Golden Games in Nobeoka

Golden Games in Nobeoka is a track and field event that has been held annually since 1990. From elementary school students to seasoned athletes, this event attracts many participants from all over Japan. Visitors can enter the stadium free of charge.

どこ：延岡市西階運動公園陸上競技場 Where: Nishishina Athletic Stadium

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:セガット・ショエル (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