

VIVA! ひめじ

日本語（にほんご）

2018年3月 Vol.64

在住外国人の方のための生活情報誌

<People>インタビュー	・・・P1
おでかけしよう！	・・・P2
姫路城周辺を遊ぼう！	・・・P3
災害などの緊急時に備えよう！	
～「ローリングストック法」ってなあに？～	・・・P4
これってどういう意味？	・・・P5
お知らせ	・・・P6

発行／公益財団法人姫路市文化国際交流財団 情報誌作成ボランティア

<http://www.himeji-iec.or.jp/>

<People> Mr. Kevin Nell (ケビン ネル) さん

Kevin さんは、南アフリカ、ヨハネスブルグ近くのベノニの出身です。JETプログラムにより採用され、2017年7月から姫路市の小学校、中学校で英語指導助手として働いています。



Q: 故郷ベノニについてお話してください。

A: ベノニは、ヨハネスブルグから約40km離れた美しい街です。南アフリカは、南半球にありますので、季節は日本と反対です。11ヶ国語が話されており、その中でも英語とアフリカーンス語が主要言語です。

Q: 日本に興味を持ったきっかけはなんですか？

A: 幼い頃、空手を習っていましたが、次第に忙しくなったので辞めました。その頃から空手道や日本文化に影響されました。大学では、工業デザインを専攻しました。学べば学ぶほどに、機能性に優れた独創的な日本の工業デザイン、そしてその技術力に感動しました。一般的に日本の住宅は私の国に比べれば狭いと思います。日本のメーカーは、狭い住宅に適した、機能的でコンパクトなサイズの製品（電化製品、家具など）を開発し、製造しています。本当に素晴らしいです。私は旅行で2回、日本に来ました。そして、JETプログラムに興味を持ちました。私の双子の兄弟も同じ仕事に興味を持ち、札幌でALTをしています。

Q: 休日には、何をしていますか？

A: 写真撮影や旅行が好きです。滋賀県の近江八幡や京都へ行きました。淡路島へ行ったときは、サイクリングしながら美しい自然の景色を写真で撮り、楽しみました。次回は、広島県のしまなみ海道サイクリングに挑戦したいです。

Q: 将来の夢は何ですか？

A: 私のネットワークを活かして、日本と南アフリカで、カフェと学校を開きたいです。お客様へ美味しいメニューとおしゃれな空間を提供できるカフェが私の理想です。自分でデザインした家具を店に置き、品質のいい食材を輸入したいです。学校については、クリエイティブな生徒を育てる事を目標にしたいです。

おでかけしよう！



姫路市自然観察の森

約60ヘクタールの敷地内には約8kmの自然観察路があり、晴れた日には展望台から瀬戸内海が望めます。施設内のネイチャーセンターでは「森の地図」の配布、双眼鏡の貸し出し(小学生以上 無料)をしています。また、パネル展示、図鑑や本のほか、動物(シカなど)の本物の骨に触れるコーナーもあります。自然観察会ではレンジャー(自然解説員)が園内を解説しながら案内してくれます。観察会の日程や行事への参加方法などは下記のホームページなどでご確認ください。

開館時間 午前9:00～午後4:30 入場料・駐車場 無料
休館日 月曜日(祝日の場合翌日)
アクセス JR姫新線 余部駅下車 散策路入口まで徒歩約10分 ネイチャーセンターまで徒歩約50分
(姫路駅の案内所、余部駅にも「森の地図」が置いてあります。)
JR姫路駅(北口)から神姫バス「太市」行き「自然観察の森」下車
〒671-2233 姫路市太市中915番6 TEL 079-269-1260
ホームページ <http://park15.wakwak.com/~himeji/top/top.htm>

ゆめさきの森公園



ここは、山々に囲まれた緑と水が豊かな公園で、遊歩道や展望台も整備され、いつでも自由に散策できます。通宝寺池や溪流などの水辺もあり、生き物たちの種類も豊富です。

おもな行事

月例登山会(毎月第1土曜日)

5月3日 「新緑登山を楽しむ」(要申し込み)

5月4日 「新緑まつり」 手作り市 地元の野菜販売 音楽会 ウォークラリー など

そのほか工作やフラワーアレンジメントなどのプログラムも随時行っています。

詳しくは市役所、市民センター、図書館などで配布している「4月～6月のプログラムのご案内」か下記のホームページをご覧ください。

開園時間 5月～8月 午前9:00～午後6:00 9月～4月 午前9:00～午後5:00
入園料・駐車場 無料
休園日 月曜日(祝日の場合翌日)
アクセス JR姫路駅(北口)から神姫バス「前之庄」「山之内」行き「又坂」下車徒歩約40分
〒671-2116 姫路市夢前町寺2160-2 TEL 079-337-3220
ホームページ <http://www.yumesakinomori.server-shared.com/index.html>

★どちらの施設にも園内にレストランや売店はありませんので、お弁当、飲み物をご持参ください。

動植物の持ち出しは禁止です。

火気厳禁。

長袖、長ズボンで歩きやすい服装で行きましょう。

ひめじじょうしゅうへん あそ 姫路城 周辺を遊ぼう！

これから 暖かい季節になり、外へ遊びに行く機会が増えてきます。姫路城 周辺の施設を楽しんでみてはいかがでしょうか？

《姫路市立動物園》

姫路城 三の丸広場の隣にあり、お城を眺めながらゾウやキリン、フラミンゴなど 100種類の動物を見学できます。ほかにも観覧車・汽車などの乗り物（別料金）や、動物と直接触れ合えるコーナーがあります。

【開園時間】午前9:00～午後5:00（入園は午後4:30まで）

【入園料】大人200円、子供（5歳～中学生まで）30円



《☆姫路市立美術館》

赤レンガの建物が特徴で、兵庫県ゆかりの画家や姉妹都市ベルギーからの作品を展示しています。

【開館時間】午前10:00～午後5:00（入館は午後4:30まで）

【休館日】月曜日（祝日の場合翌日）

【常設展入場料】大人200円、大学生・高校生150円、中学生以下100円



《兵庫県立歴史博物館》

1階・無料ゾーン 「歴史のバーチャルシアター」

「鎧・十二単の着付け（1日3回、抽選で1人）」時間は午前10:30、午後1:30、午後3:30に無料で着付けをしてもらえます。子ども用もあります。

2階・有料ゾーン 「ひょうごの祭り」「姫路城と城下町」「こどもはくぶつかん」など多彩な歴史・文化を体験できます。

【開館時間】午前10:00～午後5:00（入館は午後4:30まで）

【休館日】月曜日（祝日の場合翌日）

【入場料（2階）】大人200円、大学生150円、高校生以下無料

※特別展は別料金です。



《シロトピア記念公園》

「'89 姫路シロトピア博覧会」跡として整備された公園です。姫路城 大天守が見える芝生広場や野外ステージがあります。桜や新緑の季節にはゆっくりと楽しめます。

公園内でのおすすめは「足つぼの小道」で、大小さまざまな石が敷き詰められている舗道を歩くことで、足裏を刺激し、健康に効果があるといわれています。



災害などの緊急時に備えよう！

～「ローリングストック法」ってなあに？～

「ローリングストック法」とは、普段から使える食材を多めに購入し、使った分だけ買い足して備蓄する方法です。長期保存が可能な非常食とあわせて「ローリングストック法」を活用し、災害などの緊急時に備えましょう。

◆ローリングストック法の仕組みとルール

① 備える

【備蓄品の例】

- ☐ 水
- ☐ 米、もち、めん類
- ☐ レトルト食品
- ☐ インスタント食品
- ☐ 乾物
- ☐ お菓子 ほか

【量の目安】

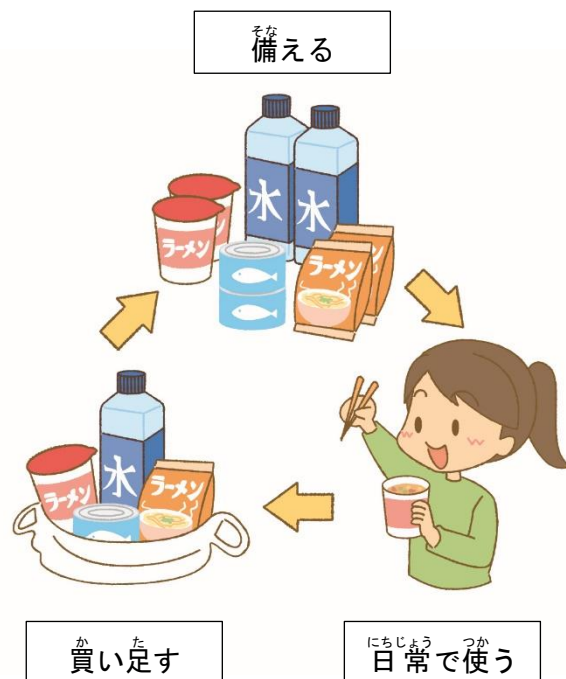
- ☐ 水 3ℓ×6日分×家族の人数分
- ☐ 食材 3食×3日分×家族の人数分

② 日常で使う

※古いものから使う。（鮮度を保ちます）

③ 買い足す

※使った分は必ず補充する。（一定量に保ちます）



◆生活用品にも応用できます

- ☐ カセットコンロと交換用ガスボンベ
→ガスや電気が止まったときにも簡単な調理ができます。
- ☐ 新聞紙やラップ、ポリ袋など
→お皿を水洗いできないときは、新聞で折ったお皿にラップやポリ袋をかぶせて即席のお皿として使えます。
- ☐ 乾電池、ウェットタオル、使い捨てカイロなど



◆日頃から実践しましょう

ストック食材（缶詰など）を上手に使って、非常時にもできるメニューを作ってみてください。

災害などの緊急時に備えよう！

～「ローリングストック法」ってなあに？～

「ローリングストック法」とは、普段から使える食材を多めに購入し、使った分だけ買い足して備蓄する方法です。長期保存が可能な非常食とあわせて「ローリングストック法」を活用し、災害などの緊急時に備えましょう。

◆ローリングストック法の仕組みとルール

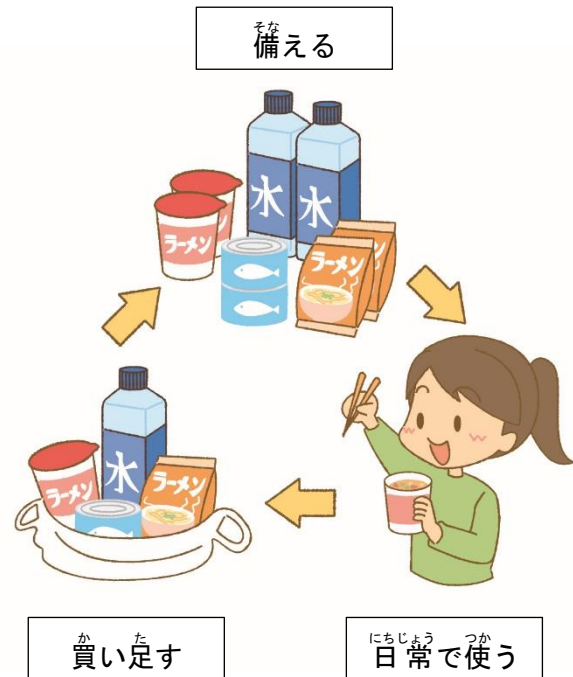
④ 備える

【備蓄品の例】

- ☐ 水
- ☐ 米、もち、めん類
- ☐ レトルト食品
- ☐ インスタント食品
- ☐ 乾物
- ☐ お菓子 ほか

【量の目安】

- ☐ 水 3ℓ×6日分×家族の人数分
- ☐ 食材 3食×3日分×家族の人数分



⑤ 日常で使う

※古いものから使う。(鮮度を保ちます)

⑥ 買い足す

※使った分は必ず補充する。(一定量に保ちます)

◆生活用品にも応用できます

- ☐ カセットコンロと交換用ガスボンベ
→ガスや電気が止まったときにも簡単な調理ができます。
- ☐ 新聞紙やラップ、ポリ袋など
→お皿を水洗いできないときは、新聞で折ったお皿にラップやポリ袋をかぶせて即席のお皿として使えます。
- ☐ 乾電池、ウェットタオル、使い捨てカイロなど



◆日頃から実践しましょう

ストック食材（缶詰など）を上手に使う、非常時にもできるメニューを作ってみてください。



これってどういう意味?



日常の中でよく聞くけれど、辞書をひいてもわからない言葉はありませんか。
そんな疑問にお答えします!

FILE 4

「食う」 *kuu*

**= 食べる、金銭・時間などがかかる、
生活する、望ましくない行為を受ける、など**

「食べる」・「食う」という言葉を聞けば食べ物に関連するとおもいます。
しかし「食う」には色々な意味があり食べ物とはまったく違う意味で使われることがあります。
そのなかで、よく耳にする言葉をいくつか紹介します。

- ① 「道草を食う」 *Michikusa o kuu*
= 目的地へ行く途中で寄り道をして時間を費やす
例) 道草を食ってないで、早く帰ってきてね。



- ② 「同じ釜の飯を食う」 *Onajikama no meshi o kuu*
= 生活を共にしたり、同じ職場で働いたりして、苦労を分かち合った親しい間柄
例) 私たちは長年同じ釜の飯を食った仲だ。



- ③ 「冷や飯を食う」 *Hiyameshi o kuu*
= 冷たい扱いをされる
例) 職場でミスをしてから、ずっと冷や飯を食っている。



- ④ 「食ってかかる」 *kutte kakaru*
= 激しい態度や口調で相手に反論・反抗すること
例) 彼は怒って私に食ってかかってきた。



「わからない言葉」を募集します!! 最後のページ一番下の連絡先までご応募ください。

こうえきざいだんほうじん ひめじ しぶん かこくさいこうりゅうざいだん
☆☆☆公益財団法人姫路市文化国際交 流 財団からのお知らせ☆☆☆

◆在住外国人のための日本語講座2018年度 第1期 全10回 (2018年5月～7月) について

プロの講師から生活に必要な初級日本語（文法・会話・読み書き）を学びます。

クラス：初級A～初級F、初中級、中級

定員：各クラス20人

受講料：3,000円（全10回）

教室の場所：姫路市本町68-290 イーグレひめじ4階 姫路市国際交 流 センター

申し込み：受講するには、事前の申し込みが必要です。

イーグレひめじ3階の公益財団法人姫路市文化国際交 流 財団（国際交 流 担当）まで来てください。

受け付け：4月1日から



◆◆◆編集後記◆◆◆

皆さん、新年度が始まりますね。我が家も入学式が2件あります。長男はぶかぶかの学生服を着て、長女は大きすぎるランドセルを背負って、登校を楽しみにしています。毎日、私もわからない事だらけで不安です。皆さんの中にもお子さんをお持ちの方もおられると思います。不慣れな新生活で困った事がありましたら、いつでもお気軽に私たちに連絡をくださいね!「VIVA!ひめじ」の記事でお答えしたいと思います。

翻訳・ネイティブチェックのお手伝いをいただいた方

英語：佐田康子、八田登志子、富永雅久、井谷 恵、戸田利則、十倉若菜、Louis Gutry

中国語：津田美花、金貞善、洪玉英、山南美枝、原宏樹、于恒紅、曾寧

スペイン語：吉井静香、清水健一郎、服部智恵、小竹めぐみ

ポルトガル語：滝浪えに、長尾美咲、山本由布、大里誠治

ベトナム語：Hoang Nam Phuong、Huynh Tien Thong、Le Van Long、Pham Thi Le Thuy、Le Van Hao、Pham Thi Thu Trang

許可をいただいた方のみ掲載しています。ご協力ありがとうございました。

「VIVA!ひめじ」のバックナンバーは、公益財団法人姫路市文化国際交 流 財団（国際交 流 担当）のウェブサイト（<http://www.himeji-iec.or.jp/>）からも閲覧できます。

次号は、6月発行予定です。どうぞお楽しみに。皆様からのご意見・ご感想をお待ちしています。

また、翻訳・ネイティブチェックをお手伝いいただける方も募集しています。下記連絡先まで、是非ご連絡ください。

連絡先

公益財団法人姫路市文化国際交 流 財団

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ3階

TEL: 079-282-8950 FAX: 079-282-8955

Email: info@himeji-iec.or.jp