

# VIVA!ひめじ

日本語（にほんご）

世界に誇る美しい町、姫路を目指して	・・・ P1
公園で遊ぼう①	・・・ P2
「世界の料理」紹介③ 【小籠包】	・・・ P3
蛍光ランプの製造が廃止に	・・・ P4
<People> インタビュー	・・・ P5
「#スキヒメ」でつぶやこう！	・・・ 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

## 世界に誇る美しい町、姫路を目指して



「姫路を美しくする会」は、ボランティアで姫路駅周辺のごみを拾っています。毎月1回朝（約70分）に活動しています。1つ1つ丁寧にごみを拾います。ごみ拾いを終えてから分別します。その後、参加者同士で今日感じたことを話し合います。「気持ち良かった」「すっきりした」「ごみが多くて大変だった」「ガムが道にこびりついていた。このガムは誰がどうしてここまで捨てたのだろう」「道が喜んでいるように感じた」と様々です。

夏にはペットボトル等の飲み物の容器、冬にはカイロ、マスクやおでんの容器が多く、ごみの種類で季節を感じられ、面白いです。子どもから高齢者まで幅広い年齢層の人が、約20人参加しています。雨天決行です。トング、ごみ袋は用意しています。動きやすい服装で参加してください。

集合時間：毎月第3土曜日 午前6時30分

集合場所：姫路駅西側通路南トイレ付近

（じばさんびる北側）

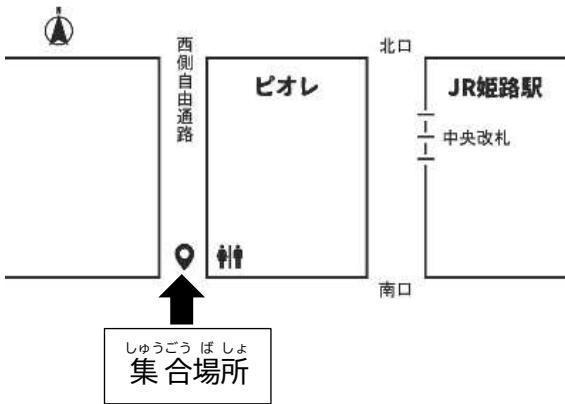
※青い服装の人に声をかけてください。

参加費：無料

持ち物：作業用手袋、

タオル（汗拭き用）、帽子

姫路を美しくしたい気持ち



じばさんびる

地図

## 公園で遊ぼう①

外遊びが気持ちのいい季節になりました。市内にも設備が整った公園がたくさんあります。近くの公園で思い切り楽しみませんか？

### みんなのさくら広場

2024年4月に手柄山平和公園内にできた姫路市内では初めてのバリアフリーの公園です。利用者などの意見を取り入れた施設として「ひょうご県民ユニバーサル施設」に認定されています。スロープには柵があるので、車いすやベビーカーのまま利用できます。足元もゴムチップが敷き詰められているので、転んでもけがをしにくくなっています。また、おむつ交換ができるファミリートイレやバリアートイレもあります。小さな子どもがいても親子で安心して利用できます。屋根付きのベンチも設置されています。ひもを付ければ犬の散歩もできます。



場所：姫路市延末188-1 山陽電鉄手柄駅から徒歩6分  
駐車場：1回200円 35台 満車の時は手柄山立体駐車場を利用してください。

### 御立公園

園内には本物の蒸気機関車や遮断機が置かれています。広い園内には幼児から小学校高学年まで、多くの子どもたちが楽しめる遊具がたくさんあります。潜水艦やロケットなどの形の遊具は見ただけで楽しそうです。ローラー滑り台やアスレチック、ミニジップライン（※写真参照）はとても人気です。幼児には小さな滑り台やバケツ型のブランコもあります。年齢に合わせてエリアが分かれているので、安心して遊べます。ベビーカーや三輪車での散歩もできます。芝生エリアではレジャーシートを敷いたり、テントを立てたりすることができます。夢前川の近くにあるので、春には桜も楽しめます。



場所：姫路市御立西4丁目1766-1 神姫バス「田井橋」から徒歩3分  
駐車場：無料 32台

※ミニジップライン

せかいりょうり しょくりょう  
**「世界の料理」紹介③ 【小籠包】**  
 (ひめじ国際交流フェスティバルから)

「ひめじ国際交流フェスティバル」の「世界の料理」で今年出店される料理のレシピを紹介します。

**★材料 (30個分)**

**1.皮**

- ・小麦粉 (中力粉) 300g
- ・温水 150ml

**2.餡**

- ・豚挽き肉 300g
- ・玉ねぎ (みじん切り) 100g
- ・長ねぎ (みじん切り) 3本
- ・生姜 (みじん切り) 大さじ1

**3.調味料**

- ・料理酒 大さじ1
- ・醤油 大さじ1
- ・塩こしょう 小さじ1
- ・オイスターソース 大さじ1
- ・ごま油 大さじ1
- ・鶏ガラスープの素 小さじ1
- ・中華十三香 小さじ1  
(なければ粉山椒)



**★作り方**

- ① ボウルに小麦粉を入れ、温水を少しずつ加えながら箸で混ぜる。  
粉がポロポロになったら手で捏ね、1つの塊にする。
- ② 手で生地を折り畳んで伸びる動作を90回繰り返し、滑らかにする。
- ③ ラップをかけて30分置く。
- ④ 別のボウルで豚挽き肉と【玉ねぎ・長ねぎ・生姜】を入れ、  
【調味料】を加え、粘りが出るまでよく混ぜる。
- ⑤ 生地を30等分し、丸める。YouTubeで見てください。
- ⑥ 丸めた生地を手のひらで平らにし、麺棒で円形に薄く伸ばす。  
(縁が中心よりも薄くなるように)
- ⑦ 皮の中央に餡をのせ、ひだを寄せながら包む。
- ⑧ 蒸し器の蒸気が上がってきたら、⑦を8分間蒸す。



だい かい 「ひめじ国際交流フェスティバル」のお知らせ  
 日時 : 10月26日 (日) 午前10時から午後3時 (雨天決行)  
 場所 : 大手前公園

# 蛍光ランプの製造が廃止に

水銀による環境汚染の防止に関する法律により蛍光ランプの製造、輸出入が2027年までに段階的に廃止されます。既に使用している製品はそのまま使うことはできますが、蛍光ランプを計画的に交換していきましょう。

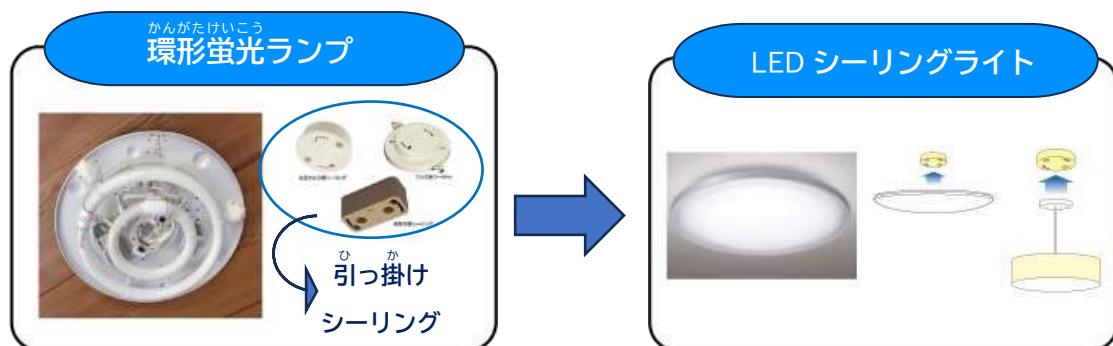
## 自分で交換できる蛍光ランプ

○電球形の蛍光ランプはサイズと口金が合うLEDランプを購入してください。



○環形蛍光ランプ（引っ掛けシーリングがあるもの）

LEDシーリングライトに交換することができます。商品の取扱説明書をよく読んでください。



## 自分で交換するのが難しい蛍光ランプ

○環形蛍光ランプ（引っ掛けシーリングがないもの）

工事が必要となることがありますので自分でしないでください。

○直管形蛍光ランプ

器具交換は工事を必要とします。ランプだけ交換する場合も工事が必要となることがあります。

10年以上使っている場合は照明器具ごと交換することをお勧めします。

近くの電気工事店等に問い合わせてください。

LEDランプの種別選択や施工方法の間違いなどで重大な事故（発煙や発火）になる場合があります。

自分で交換しないでください。

## People インタビュー

ようすけ  
陽介さん (日本)



和歌山県出身の陽介さんは和太鼓奏者や作曲家、演出家として活躍している舞台芸術家です。現在は姫路に住んでいます。日本国内だけではなく、海外でも演奏会などをしています。これまでに約37か国へ行きました。海外で使用する太鼓は、気候に合わせて使い分けています。姫路の革を使用しているものもあります。

Q 和太鼓を始めたのはいつ、どのようなきっかけでしたか？

A 17歳の高校生のときに始めました。部活動のひとつに和太鼓部があり、入部しました。卒業する前に、先生と“鼓童”という太鼓芸能集団の演奏会に行きました。そのときにとても感動し「自分もここに入りたい」と思い、卒業後“鼓童”に入団しました。

Q なぜ移住先に姫路を選んだのですか？

A 以前は“鼓童”的研修所がある佐渡島（新潟県）に住んでいました。結婚をして姫路に移住しました。仕事で出雲大社（島根県）や伊勢神宮（三重県）へ行くことが多いので、その真ん中辺りにある姫路を選びました。姫路は便利で住みやすく、水も日本酒もおいしいので気に入っています。

Q 印象に残っている国や、好きな国はありますか？

A 10年以上前に行ったイスラエルが印象に残っています。当時は戦闘中で演奏会の会場から20km先が厳戒態勢でしたが、会場が満席で驚きました。好きな国は、ポルトガルです。24歳のときに約1か月間、バスで一人旅をしました。古き良き南ヨーロッパの雰囲気が好きです。

Q 秋に書写山圓教寺で演奏会がありますが、見どころを教えてください。

A 今年は大講堂で演奏します。市民団体“尊鼓音の会”との演奏もあります。迫力ある演奏をぜひ見に来てください。

陽介さんのことをもっと知りたい人は、ホームページを見てください。



## 「#スキヒメ」でつぶやこう！

今年1月から2月まで実施した市民投票の結果、姫路市のブランドメッセージ&ロゴが、「住むほどに好き」が深まる「姫のまち」に決定しました。

ブランドメッセージ&ロゴは、「姫路市の魅力を伝えたい」「姫路市が好きだ」と思うすべての人が使うことができます。みなさんの自由な発想で、さまざまな場面で使いましょう。

ハッシュタグは「#スキヒメ」です！



住むほどに  
好きが深まる  
姫のまち



6月の猛暑に始まった今年の夏も終わろうとしています。私は姫路から離れて、信州の山へ行ったり南の島のきれいな海で過ごしたりしました。みなさんはどんな夏を過ごしましたか。楽しかった夏を思い出しながら、秋の計画を立てみてはいかがでしょうか。おいしいものを食べたり、きれいな景色を見たりして、自分なりの楽しみ方で秋を感じてください。

### 本誌作成のお手伝いをしていただいた方

日本語：三原千草、國光美奈子、中川宏江、重田房子、小西保惠、鈴木和博

やさしい日本語：片山真衣子、長井愛、黒岩孝弘、北郁子、的野琴音、黒田明美、IRVINE Meg

英語：岩本昌二、原明子、本多恭子、宮嶋美那子、Ching Weijian、有元崇徳、FULTZ Justin

中国語：閻麗、夷谷澄美恵、于恒紅、顧蔚紅、夏文、吉田賢一、曾寧

ベトナム語：Nguyen The Thanh、Le Van Long、川上剛史、Dinh Thi Thu Trang、Nguyen Van

Dien、Tran Thi Bich Hong、Pham Thi Thu Trang

スペイン語：片山真衣子、吉井静香、大歳善朗、橋積ルクレシア

ポルトガル語：横田真由子、西村ネルソン、長尾美咲、藤崎もも子、大里誠治

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。

過去の「VIVA!ひめじ」は、公益財団法人姫路市文化国際交流財団（国際交流担当）のホームページで見ることができます。

次号は、2025年12月発行予定です。

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。興味のある方は右の

連絡先まで、是非ご連絡ください。



ホームページ

### 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-iec@himeji-iec.or.jp

HP: <https://himeji-iec.or.jp/>