

2025年1月発行 VOL.125

# なぴあ

公益財団法人長崎県国際交流協会 広報誌

2024年11月30日(土)に長崎県国際交流協会で、  
日本文化体験教室「What's 日本茶? ~長崎のお茶を淹れよう」を開催しました!

- 長崎県にお住まいの9名の外国人の方(バングラデシュ、中国、カザフスタン、マレーシア、韓国)と、8名の日本人の方にご参加いただきました。
- 講師の西田春菜さんより、日本茶の種類や歴史、長崎を代表するそのぎ茶について教えていただいたあと、参加者は、フィルターインボットを使った水出し茶の仕込みや、急須を使ったお茶淹れに挑戦しました。異なる方法で淹れた日本茶と飲み比べて、その奥深さを楽しんでいました。
- 参加者からは「故郷には冬がないので、やっぱり冷たいお茶が好き」、「教えてもらった淹れ方で、家族や友人に飲ませてあげたい」などの感想をいただきました。

イベントにご参加いただいた皆さま、ありがとうございました!



お茶は、低温で甘みや旨みが、高温で苦みや渋みが抽出されます。一煎目は低温で、二煎目はやや高めの温度でお茶を淹れると、両方楽しめますよ!



公益財団法人

長崎県国際交流協会

Nagasaki International Association

〒850-8062 長崎市出島町2番11号  
TEL 095-823-3931/E-mail nia@nia.or.jp  
[開館時間] 月~金曜日 9:00~17:30 ※祝日休館



公式HP



Facebook





2024年11月まで長崎県庁の国際交流員（CIR）として長崎県の国際交流の推進に熱心に取り組まれた「フィッシャー・マーギュリート」さんからお便りが届きました！

G'day everyone! 皆様、こんにちは！オーストラリア出身のペギーです。

私は、2022年5月から2024年11月まで、長崎県庁で英語圏の国際交流員（CIR）として勤務していました。長崎県国際交流協会では、月に1～2回「CIRと話そう！」を担当したほか、「ながさき国際協力・交流フェスティバル」や「世界体験旅行」でオーストラリアの文化を紹介しました。

協会での活動は特に好きで、私は協会のことを「パラダイス」と呼んでいました。私と同じように国際交流や異文化交流を楽しむ仲間たちに囲まれる環境は本当に楽しく、仕事という感覚がなく、毎回楽しみにしていました。協会を通じて素晴らしい方々と出会えたこと、そして皆様の興味深い人生の話を聞いたことに心から感謝しています。協会でのポジティブな経験があったからこそ、国際関係の仕事に更に興味を持つようになり、現在の在日オーストラリア大使館での仕事に繋がりました。

正直に言うと、初めて長崎に配属されると聞いた時は少し不安でした。長崎は原爆の被害を受けた歴史があるため、西洋人に対して複雑な感情を持つ方がおられるのではないかと懸念していました。しかし、実際に長崎に到着して地元の方々と出会ると、その不安はすぐに消え去りました。多くの方々が国際化を支え、外国の文化や言語を受け入れている姿に感動しました。長崎で過ごした時間を通じて、歴史を学び、長崎県民と交流する中で、長崎の人々がいかに特別であるかを深く理解しました。長崎の方々は過去に甚大な苦難を経験しましたが、怒りや憎しみに囚われるのではなく、前向きな姿勢で未来のためにより良い世界を築こうとされています。この前向きな精神と平和への献身を、私は心から尊敬しています。

長崎はいつまでも私の心の中で特別な存在です。長崎の美しい自然や県民の優しさ、温かさを周囲の人々に熱心に伝えています。東京の同僚たちを説得して、雲仙市やハウステンボスへの旅行を計画してもらったこともあります！

国際交流や異文化交流に関わる皆様、仕事やボランティア、クラスやイベントへの参加など、どんな形であれ、ご協力いただいている皆様に心から感謝申し上げます。外国の国や文化、言語に興味を持ってくださる方々に深く感謝しています。特に、その興味がオーストラリアや英語に向けられている時には、なおさら嬉しく思います！これからも皆様が国際交流や異文化交流への興味を持ち続け、積極的に活動されることを心より願っています。



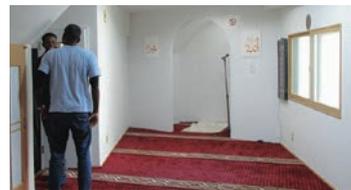
Thank you



## ❁❁長崎が外国の方にとって、もっと住みやすい街になりました～長崎市内にモスクができました❁❁

2024年4月に、長崎市川口町にイスラム教徒の礼拝施設「モスク」ができました。県内のイスラム教徒有志の集まりで、イスラム教徒への支援などを行う「特定非営利活動法人長崎イスラムセンター」が、この度新たに開設したものです。礼拝は男女別で行うため、1・2階は男性が、3・4階は女性が利用できます。フロアには絨毯が敷かれ、礼拝前に身を清めるための洗浄スペースもあります。これまでは、毎週金曜の「ジュマ」と呼ばれる礼拝は、集団で行う必要があるために、スペースの確保が課題であり、大学の一室や公民館などを借りて行っていたそうです。

センターのアハメド代表は『県内には約700人近いイスラム教徒が暮らしている。いつでも集まってお祈りできることが本当に素晴らしく、近隣の方々が我々を受け入れてくれたことにも感謝したい。イスラム教徒が集まる場所というだけでなく、モスクを「文化センター」として、地域住民との交流する場にしたい』とのこと。6月の文化交流会では、イスラム諸国文化やイスラム教についての紹介のほか、食事交流会も開催されました。



上：長崎初のモスク「長崎中央モスク」  
左は男性、右は女性のための入り口です。  
下：礼拝の部屋  
毎週金曜日には、30～40名の方が訪れ、35か国以上の方が利用されるそうです。

◎モスクを訪れたい方はこちらにお尋ねください。  
長崎イスラムセンター TEL 070-8338-4137

### ❁❁イスラム教の礼拝



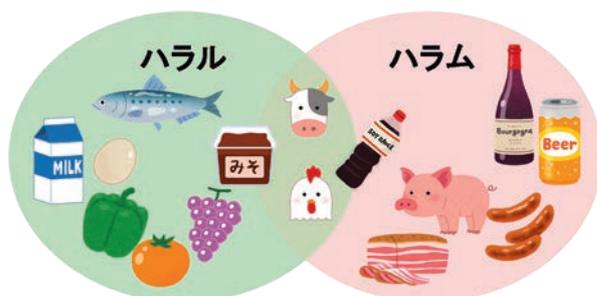
イスラム教の礼拝は1日に5回、夜明け前、正午、午後、日没後、夜に行います。金曜日の正午の集団礼拝（ジュマ）は、男性の義務であり、3人以上でお祈りしなければなりません。礼拝の前には、「ウドゥ（お清め）」を行います。手足や顔を水で洗います。

### ❁❁ハラルとは

「ハラル」は、イスラム教の教えで「許されていること」を意味します。その反対は、「ハラム（許されていないもの）」です。これらは、イスラム教徒にとって、生活における指標のようなもので、食べ物だけでなく行動や服装などにおいても、「ハラル（神に許されていること）」であることを大切に生活しています。

### ❁❁ハラルフードとは

イスラム教の人々は、「ハラルフード（神に許されている食べ物）」を食べます。たとえば、野菜や果物、穀物（米・小麦など）・豆類・魚介類・海草類・牛乳・卵などです。牛肉や鶏肉は食べても良いとされていますが、イスラム教の教えに則った処理が施されている必要があります。反対に、「ハラムフード（神に許されていない食べ物）」の代表的なものは豚肉とアルコールです。



【一般社団法人ハラル・ジャパン協会のホームページ (<https://jhba.jp/>) を参考に作成しました】



長崎で「ハラルフード」が買えるお店

Aulia Foods 長崎市若葉町1-22



お店では、インドネシア食材を中心に扱っており、スパイスや調味料、肉や麺類、お菓子などが買えます。



## 世界でキラリ★ JICA 海外協力隊



シェクィフ  
**Xeq'ij**

こんにちは

マルティオシュ  
**Maltyox**

ありがとう

### 七瀬 遥 (ななせ はるか) さん

【2022年(令和4年)2次隊 グアテマラ共和国 栄養士】  
世界中で活躍する JICA 海外協力隊。2022年からグアテマラ共和国で栄養士として活躍した七瀬さんにお話をお聞きしました！



グアテマラ共和国は、北東はカリブ海、南は太平洋に面しており、太平洋沿岸に多くの火山があります。中央アメリカでは最も人口が多い国で、首都の「ヌエバ・グアテマラ・デ・ラ・アスンシオン(グアテマラシティ)」は中央アメリカ最大の都市でもあります。



#### 自己紹介

長崎県出身。行政栄養士として5年間勤務したのち退職し、JICA 青年海外協力隊としてグアテマラ共和国に派遣。2024年10月に2年間の活動を終えて帰国しました。

#### グアテマラについて

グアテマラは、メキシコの南に位置する中米の国で、火山、熱帯雨林、古代マヤ文明の遺跡などで知られています。また、グアテマラはコーヒーの産地です。日本でもグアテマラ産のコーヒーを飲むことができますが、現地で飲むコーヒーは、豆が新鮮だからか日本で飲むよりもかなりおいしいです。民族衣装などの織物も有名です。市場に行くと、たくさんの布製品が売られています。かわいいデザインの物ばかりで、つつい買ってしまいます。

#### 配属先について

配属先は、ホヤバフ市教育事務所という、いわゆる教育委員会のような機関です。首都のグアテマラシティからバスで4時間半ほどかかります。私は小学校7校と幼稚園1校を巡回し、身長と体重の計測や栄養・健康に関する授業を行っていました。

#### 身長と体重の計測

グアテマラが抱える問題の1つに、5歳児未満の慢性低栄養があります。5歳児以上でも慢性低栄養の問題を抱えていると考えられていましたが、グアテマラの学校では日本のように、毎年の学校健診や身長と体重を計測する機会はありません。そこで、実態を明らかにするため、巡回先の学校で5～16歳の子どもの身長と体重の計測を実施しました。分析した結果、約70%の子どもに慢性栄養不良の傾向がみられました。

#### 栄養や健康に関する授業

グアテマラの学校には、日本のように養護教諭や栄養教諭は在籍していません。そこで私は、栄養や健康に関する授業も行いました。手洗いの条件を変えてパンにカビを生やす実験では、児童だけでなく先生も興味を持ってくれました。

#### 最後に

実は、初めての海外渡航がグアテマラだったのですが、グアテマラに行く前は出会ったことのない性格の人がいるのかなとイメージしていました。実際、グアテマラに行ってみると、文化や習慣は違うけれど、されて嬉しいことや嫌なことは、人間みんな同じで人間の本質は変わらないなあと思いました。

壁にメジャーを取り付けて計測しました



身長を測っている様子

教室の壁はカラフルで飾りつけもたくさんしてあります



授業の様子

マヤ文明  
最大の都市遺跡！



世界遺産 ティカル遺跡

## 令和6年度草の根国際交流支援事業のご報告

長崎県国際交流協会では、県民の皆様の国際交流・多文化共生の活動を支援するため、助成金事業を実施しています。2024年8月に、平戸市サッカー協会さんが「草の根国際交流支援事業」助成金を活用して、「2024平戸・南海国際交流事業」を開催されましたので、その活動をご紹介します🌟

平戸市サッカー協会は、2010年から韓国の南海（なめ）郡と平戸市のサッカークラブとの間で親善少年サッカー交流を行っており、今回はコロナのため6年ぶりの実施となりました。2024年8月23日から3泊4日の日程で「宝島南海スポーツクラブ U-12」の子どもたち22人と監督ら計30人を平戸市にお招きして、歓迎式典、ホームステイ体験、市内観光、異文化体験、サッカーの合同練習や大会を通じて、平戸市内の歴史文化を紹介するとともに、交流を深めました。

来年は、平戸市のサッカークラブが南海を訪問してさらなる交流を深める予定です。

**歓迎式典・ホームステイ** 初日は、田平町民センターで、南海の子どもたちとホストファミリー（平戸市内のサッカークラブ選手のご家族）とで、歓迎式典をしました。初めは緊張していましたが、リフティング対決で、我こそは!と6人の子どもたちがステージに上がって競い合ったり、西風舞人による「よさこい」演舞では一緒になって楽しみました。南海の子どもたちも、その日のために練習してきたダンスを披露し、大変盛り上がりしました。式典後はホストファミリー宅でのホームステイがスタートしました。



歓迎式典の様子

**平戸観光・市内のサッカーチームとの交流** 2日目は、平戸ザビエル記念教会や、うで湯あし湯、松浦史料博物館を観光し、博物館では茶道の体験もしてもらいました。午後からは、子どもたちはホストファミリーと合流して、市内のサッカークラブチームと合同練習をしました。また、プールや海で泳いだり、BBQをしたり、花火をしたりと、「日本の夏休み」も楽しんでもらいました。一方、監督の皆さん達には諫早でV・ファーレン長崎の試合観戦や、日本料理を堪能していただきました。



平戸観光

忘れられない夏の思い出

**国際親善サッカー大会** 3日目は、平戸市総合運動公園で「平戸・韓国南海親善少年サッカー大会」を開催し、「宝島南海スポーツクラブ」、「平戸市選抜チーム」のほか、佐世保と北松浦郡の「トレセンチーム」を招いて、合同練習会および総当たり試合をしました。試合は、「6年生」、「5年生以下」の2パートに分かれて、勝ち点を競い、それぞれ「佐世保市トレセン」、「宝島南海スポーツクラブ」が制しました。慣れない異国での遠征に疲れていた南海の子どもたちも、試合が始まると元気に復活し、点を取られたら取り返す!最後まで諦めない白熱した試合となりました。



合同練習のメンバーと

**送別式** 最終日の送別会では、ホストファミリーから南海の子どもたちに、滞在中の写真のアルバムや横断幕をプレゼントしました。短い期間でしたが、様々な交流を通して絆を深めた仲間と、来年の再会を約束して見送りました。



平戸・韓国南海親善少年サッカー大会の選手一同



ホストファミリー手作りの横断幕

## 協会からのお知らせ

あなたの周りに、子どもが日本の小学校などに入学する外国人の方や、外国人児童生徒の指導や支援に携わる方はいませんか？ 多言語のガイドブックなどの便利なツールがありますので、ご活用ください。

【※文部科学省が作成しています】

### 外国人児童生徒のための 就学ガイドブック 8言語

外国人の保護者向けに、多言語で日本の小学校・中学校のことや、入学手続きの仕方を紹介しています。



### はじめまして！ 今日からともだち



これから日本の学校に通う外国人児童やその保護者向けに、日本の小学校の学校生活の様子をアニメーションで紹介しています。



### かすたねっと 情報検索サイト

外国人児童生徒の指導に携わる教員、支援者、自治体職員、保護者向けに、学習を支援する情報を検索できます。  
例：多言語対応の教材、予定表や保護者への通知文書作成の参考資料など。



**長崎県外国人相談窓口** 長崎県に住む外国人の皆様が、安全・安心に生活できるよう**22言語で相談に対応します。**

#### 【相談できる日時】

月曜日～土曜日 午前9：00～午後5：00  
※日曜日、祝日、12/29～1/3は休み  
在留資格、健康、子育て、生活習慣などで困っていること

#### 【相談する方法】

■窓 □ 長崎県国際交流協会内  
長崎市出島町2-11  
■電話 095-820-3377  
■メール soudan@nia.or.jp

**長崎県外国人相談窓口にいるベトナム人の相談員に、相談ができます！**

【相談できる日時】 毎週木曜日 午後1：00～午後4：00

【相談する方法】 電話やメール、会って相談できます。

- 【注意】 ①来る人は、水曜日の午後4時までに電話で予約してください。  
②予約がなくても、相談はできます。  
③ベトナム人の相談員が休みの時は、日本人の相談員が話を聞きます。



ベトナム語はこちら👉

**長崎県国際交流協会では、通訳・翻訳ボランティア及び災害時多言語ボランティアを随時募集しています。**

活動に興味のある方は、当協会までお問い合わせください！

#### 通訳・翻訳ボランティア

- クルーズ船をはじめ、観光で来崎する外国人の方へのガイド
  - 市町や団体等の活動における通訳・翻訳  
(平和祈念式典での随行通訳、外国人向け街頭アンケートの通訳など)
- ※年に1回、ステップアップセミナーを開催しています！



クルーズ船で来崎した外国人の方への案内



通訳・翻訳ボランティアステップアップセミナー

#### 災害時多言語ボランティア

- 長崎県内で大規模災害が発生した際の、外国人被災者への災害情報提供活動における通訳・翻訳
- ※年に1回、災害多言語ボランティア養成講座を開催しています！



災害多言語ボランティア養成講座

**外国人支援事業を応援して下さる賛助会員を募集しています！**

**賛助会員として長崎在住外国人を応援しています！**

安達株式会社 扇精光ホールディングス株式会社  
ヤナセ産業株式会社 長崎県青果移出商業協同組合  
東興産業株式会社

年会費 個人会員：3,000円

法人会員：10,000円

※詳しくは、長崎県国際交流協会までお問合せください。