

ゆき せい かつ たい けん
雪生活体験



にちじ ねん がつ にち にち
日時 ▶ 2020 年 1 月 26 日 日

ばしょ みわひがしぶんか ひろしまけんやまがたぐんきたひろしまちょうみぞぐち
場所 ▶ 美和東文化センター (広島県山県郡北広島町溝口)

しゅざい みわひがし しんこうきょうぎかい
主催 ▶ 美和東ふるさと振興協議会
こうえきざいだんほうじん こくさい
公益財団法人ひろしま国際センター (HIC)

きょうりよく きたひろしまちょう
協力 ▶ 北広島町
じょせいかい み わひがししぶ
女性会美和東支部





PROGRAM

雪が降らないとき
If it doesn't snow!

ひろしま
《広島クリスタルプラザ出発7:45 Departure from Hiroshima Crystal Plaza 7:45》
ひろしまえきしゅっぱつ
《広島駅出発8:00 Departure from Hiroshima Station 8:00》
かいじょうとうちやくよてい
《会場到着予定9:30 Arrival at the venue》

1. 開会式 Opening Ceremony

10:00~10:30

かいかい あいさつ
開会の挨拶 Opening ceremony with speeches

ながひろ おさむ かいちょう み わ ひがし しんごうきょうぎかい
長廣 修 会長 (美和東ふるさと振興協議会)

President Osamu Nagahiro (Miwa East Village Promotion Assoc.)

ふくはら まさあき こうりゅうすいしんかちょう こくさい
福原 正昭 交流推進課長 (ひろしま国際センター)

International Exchange Promotion Division Director : Masaki Fukuhara (HIC)

みの ひろし ちょうちょう きたひろしまちょう
箕野 博司 町長 (北広島町)

Mayor: Hiroshi Mino (Town of Kita-Hiroshima)

2. 田舎体験 (会場: 体育館ほか)

Experiencing the Countryside (Location: Gymnasium etc.) 10:30~12:00

(1) 「周辺散策」, 「日本家屋見学」, 「焚き火」, 「紙飛行機」

Exploring the area, seeing traditional Japanese houses, bonfire, paper planes

(2) 外国料理調理(会場: 1階調理室)

Preparing foreign cuisine (1st Floor Kitchen)

3. 外国料理・地元料理交流会 (会場: 2階講堂)

12:00~14:30

Cuisine exchange (2nd Floor Hall)

(1) 外国料理 Foreign cuisine

I チキンカレー (Bangladeshi style Chicken curry)

紹介者: Hena Sharmin ハナ シャーミン (バングラディッシュ)

II ポテトカレー&プリ (Potato Curry & Puri)

紹介者: Swetha Gadiraju スエタ ガディラジュ (インド)

III にんにくの芽と豚肉の炒めもの (Stir-fried Pork and garlic shoots)

紹介者: 張 金紅 (中国)

IV 麻辣香鍋 (ピリ辛鍋) (Mala Hot Pot)

紹介者: 劉 曉慧 (中国)

V ワカモレ (Guacamole)・ピカディージョ (Picadillo)

紹介者: Rosa Suárez (メキシコ), Ana Aguilera (メキシコ)

VI 春巻き (Vietnamese Spring Roll)

紹介者: Nguyen Thi Hiep ウエン ズイ ヒップ (ベトナム)

VII カザンケバブ (kazan kabob)

紹介者: Mirzaev Ulugbek ミルザエフ・ウルグベク (ウズベキスタン)

VIII ポーク・シニガン (Sinigang)

紹介者: Jeffrey Rivera Galino ジェフリー リブラ ガリノ (フィリピン)

VIII ティノラン・マノック (Tinolang Manok)

紹介者: Johan Rose Santos ジョハン ローズ サントス (フィリピン)

- (2) ^{じもとみぞくちりょうり} **地元溝口料理 Local Mizoguchi Cuisine**
- I. ^{すし ますし すし} 寿司 (巻き寿司、いなり寿司、むすび) II. ^{かきま だいこん みぞくちなべ さしみ} 柿巻き大根 III. 溝口鍋 IV. 刺身こんにゃく
 V. ^{やっことうふ} 奴豆腐 VI. ^{ようかん} かぼちゃ羊羹 VII. ^{ようかん} あずき羊羹 VIII. ^{つけもの} 漬物
- I. Sushi (Sushi rolls, inari (sushi pockets), rice balls) II. Radish wrapped persimmons
 III. Mizokuchi nabe (hot pot) IV. Sliced raw konnyaku V. Yakko tofu
 VI. Pumpkin yokan VII. Azuki bean youkan VIII. Pickles

- (3) ^{じもとげいのう ひ ろ う} **地元芸能披露 I Mizoguchi Region Cultural Exhibition I**
^{ぜにだいき} 銭太鼓 Zenidaiko

- (4) ^{がいこくげいのう ひ ろ う} **外国芸能披露 International Culture Introduction**
- I. ^{ちゅうごくみんぞくぶよう} 中国民族舞踊 Chinese ethnic dance and song ^{そん りつ そう き ちゅうごく} 孫立・曾琦 (中国)
 II. ^{ちゅうごくびわ えんそう} 中国琵琶の演奏 Chinese pipa performance ^{り が あい ちゅうごく} 李佳齋 (中国)
 III. ^{がいこくおんがく えんそうかい} 外国音楽ミニ演奏会 International music mini concert
 サワンチェン・パッタラポ (タイ王国), ^{おうごく} ゲブ・アーボン (フィリピン),
 ジェラルド・ハシント (フィリピン)

- (5) ^{じもとげいのう ひ ろ う} **地元芸能披露 II Mizoguchi Region Cultural Exhibition II**
- I. ^{そうおど} 総踊り (おいでよ! キタひろ) Soodori (Oideyo! KITAHIRO)
 II. ^{かぐらかんしやう} 神楽鑑賞 Kagura performance
^{えんしや みぞくち かぐらたん} 演者: 溝口神楽団 by Mizoguchi Kagura Troop

^{かいじょう あとかたづ} «会場の後片付け Clean up»

4. 閉会式 Closing Ceremony 14:40~14:50

^{へいかい あいさつ} 閉会の挨拶 Closing ceremony with speeches
^{ほった じゅんご ふくかいちやう みわひがし しんこうきやうぎかい} 堀田 淳子 副会長 (美和東ふるさと振興協議会)

Vice-President Hotta Junko (Miwa East Village Promotion Assoc.)

^{さん か がいこくじんたいひやうしゃ じ} 参加外国人代表謝辞 Thanks from the representative of the international participants
 Nguyen Thi Hai Yen グエン ティ ハイ イェン (ベトナム/Vietnam)

«写真撮影 Group photo shoot»

«アンケート記入 Fill out the questionnaire» → QRコード QR code

«メッセージカード記入 Fill out message cards»

日本語 Japanese



英語 English



5. 雪体験 (会場: やわたハイランド 191 リゾート) 15:40~16:40
Snow Fun Time (Yawata Highland 191 Resort)

«やわたハイランド 191 リゾート出 発 予定 16:50 Depart from Yawata Highland 191 Resort 16:50»
^{ひろしまえきどうちやくよてい} «広島駅到着 予定 18:20 Arrive at Hiroshima Station 18:20»
^{ひろしま どうちやくよてい} «広島クリスタルプラザ到着 予定 18:40 Arrive at Hiroshima Crystal Plaza 18:40»

きたひろしまちょう いち
北広島町の位置



きたひろしまちょう
北広島町について

平成17年2月1日、個性豊かで誇りある4つの町（芸北町・大朝町・千代田町・豊平町）が合併し、「源流域の自然と田園文化が息づく『やまなみ中央タウン』」を将来像に掲げ、北広島町が誕生しました。

広島県の北西部に位置し、北は島根県と、南は広島市と隣接し、陰陽を代表する江の川と太田川両大河の源流域であり、豊かな自然に恵まれた総面積645.86km²の西日本で最大の町であり、さらに冬季は西日本を代表するスキー場が集積する日本最南端の地域です。

About Kita Hiroshima-Chou

On February 1st, 2005, four distinct regions, Geihoku-chou, Oasa-chou, Chiyoda-chou, and Toyohira-Chou, merged into the new Kita-Hiroshima-Chou, a mountainous township in the midst of multiple riverheads and rich rural culture.

Located in the northwest region of Hiroshima Prefecture, Kita Hiroshima-chou borders Shimane Prefecture in the north and to the south by Hiroshima City. Containing the sources of both the powerful Gounokawa and Otagawa Rivers the region is a sprawling 645.86km², rife with lush terrain and countryside. The largest town in Western Japan, the region is known for its concentration of ski resorts and facilities.

みわひがしぶんか

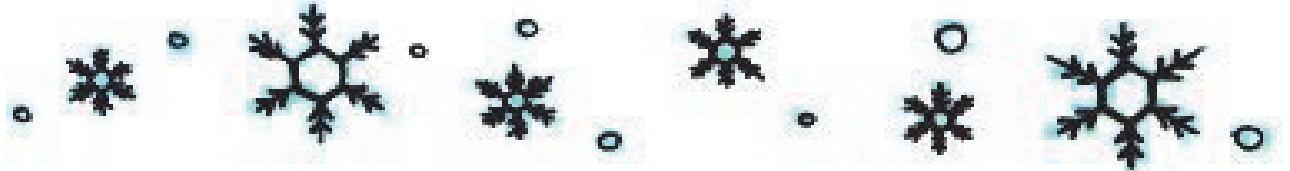
美和東文化センター

(Miwahiqashi-bunka Center)

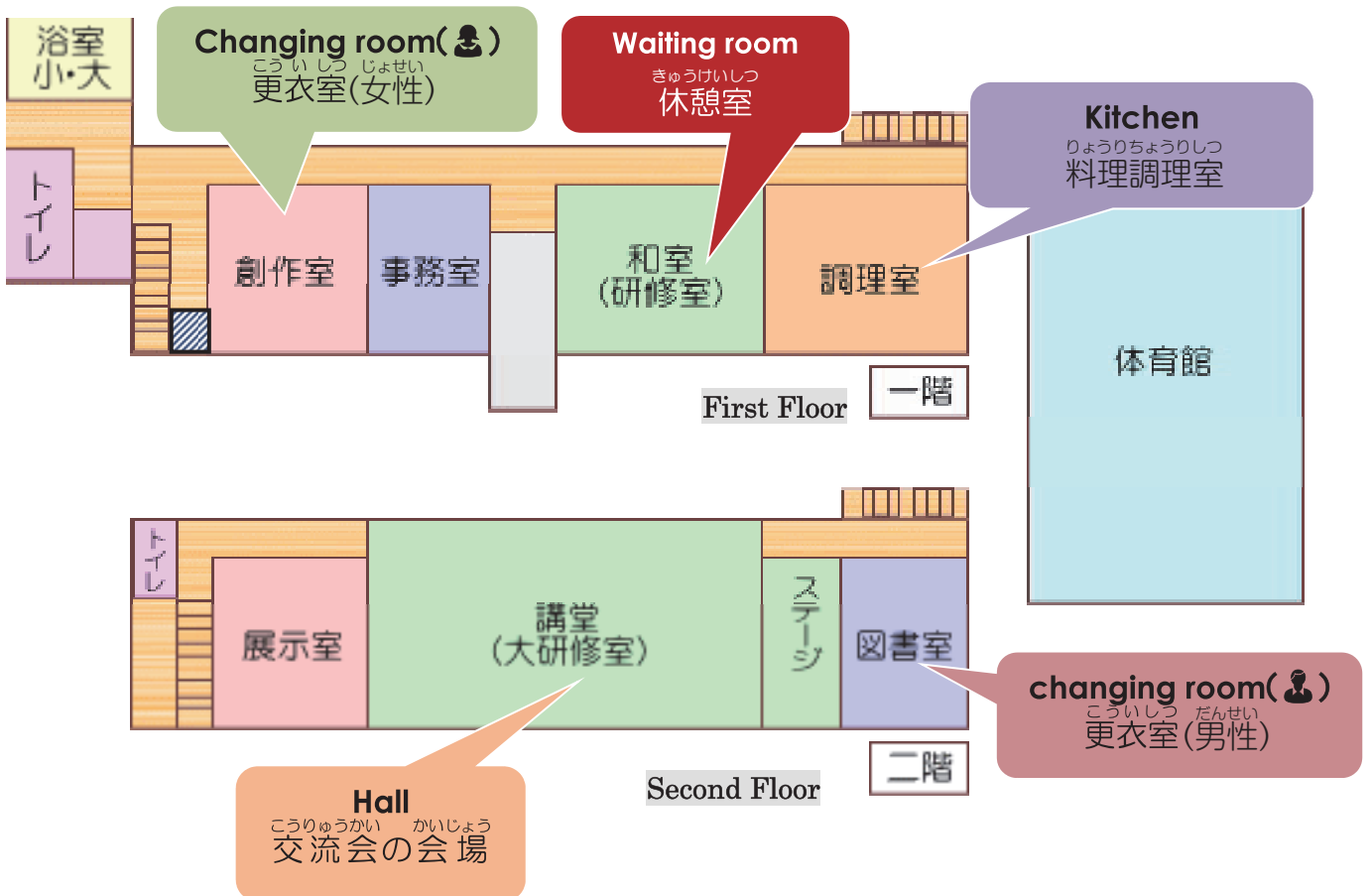


「美和東文化センター」は、木造校舎を
利用した交流施設です。旧美和東小学校
校舎を改修し、2002年1月30日に
「美和東文化センター」としてオープンし
ました。様々な行事や交流事業を行って
います。

The Miwa East Cultural Center is a wooden
exchange hall. The center was remodeled
from an old elementary school in January
30th, 2002. It is used for various ceremonies
and exchange events.



平面図 (Floor Map)



ちゅういじこうとう 注意事項等

- ①料理をする方は、直ちにミーティングをしますので休憩室に荷物を置いて調理室に集合してください。
- ②料理をしたり、雪遊びをしたりしますが、皆さん怪我のないように、安全には十分気を付けてください。料理をする時は、手を切ったり、やけどをしたりしないように注意してください。雪遊びの時は、無理をせず、現地の方やHICボランティアの指示に従ってください。
- ③雪遊びをすると濡れますので、濡れない服装、濡れてもよい服装で楽しんでください。服を着替える場合は、女性は、更衣室①（1階）男性は、更衣室②（2階）を利用してください。
- ④休憩は、1F和室で行ってください。また、トイレは、1F、2F、建物の外にあります。
- ⑤開会式終了後、料理をしてくださる方・手伝ってくださる方は、1Fの調理室へ移動してください。それ以外の方は、雪遊びができる服装で、建物の前庭まで移動してください。
- ⑥交流会の後は、全員で後片付けをしましょう。15:15からは、1F和室（休憩室）の後片付けをしましょう。
- ⑦15:30になったら閉会式です。自分の荷物を持って前庭に集合しましょう。閉会式後は、全員で記念撮影をします。

Notices:

- ① To those who will be making food, we will immediately have a meeting so please leave your belongings in the break room and gather in the kitchen room.
- ② While cooking and playing in the snow, everyone please take care not to get hurt. If you are cooking, be careful not to cut your hands or get burned, and in the snow, don't go too wild, and please listen to the instructions of the locals and HIC Volunteer Staff.
- ③ When playing in the snow, you will get wet. Please use water-proof clothing you don't mind getting wet in. If you need to change clothes, women can use the changing room on the 1st floor, and men can use the room on the 2nd floor.
- ④ If you need a break, please use the Japanese style room the 1st floor. There are bathrooms on the 1st and 2nd floors, and outside.
- ⑤ After the opening ceremony, those who are cooking or helping cook should please go downstairs to the kitchen. People going to play outside in the snow, please change into appropriate clothing.
- ⑥ Afterward, everyone please help clean the rooms. Starting at 3:15, please tidy up the Japanese room (break room).
- ⑦ At 3:30 we will have the closing ceremony. Please gather your things and head outside. After the ceremony we will also take a group photo.

OVERSEAS CUISINE

外国料理レシピ



CHICKEN



PORK



BEEF



SHRIMP



チキンカレー

Bangladesh-style chicken curry

For 30 people 

- ①ボウルに鶏肉を入れ、★と塩を加えなじませる（20～30分）
- ②フライパンが温まったら油を入れ、スライスした玉ねぎと☆を入れて、玉ねぎの色が変わるまで炒める。
①の鶏肉を加えてよく炒める(15分)
- ③鶏肉を入れて5分経ったら蓋をかぶせる。様子を見ながら、水分が減っているようだったら少し水を加えて弱火にする。しばらくしてから、じゃがいもを加える。
- ④十分に煮えたら、○を加えてフタを取る。同時に火力も強くする。塩加減を見て調整する。
- ⑤火を止める3分ほど前にスライスしたトマトを加える。火を止める直前にパクチーと青唐辛子（切らずにそのまま）を振りかけて、彩りと風味を加える。

鶏肉	4 kg
じゃがいも	8 個
玉ねぎ	2 個
★すりおろし玉ねぎ	1 個
★ショウガ	大さじ 4
★にんにく	大さじ 4
★ターメリックパウダー	大さじ 4
★チリパウダー	大さじ 2
★コリアンダーパウダー	大さじ 2
○ガラムマサラ	大さじ 2
○クミンパウダー	大さじ 2
☆カルダモン	5 かけ
☆シナモン	2 かけ
青唐辛子	4 個
大豆油	大さじ 8
★ヨーグルト	大さじ 6
★オイスターソース	大さじ 6
トマト	3 個
パクチー	2 本
塩	適量



ポテトカレー

Potato Curry

For 30 people

- ①じゃがいもを茹で、皮をむく。
- ②油を入れた鍋に、スパイスと薄く切った玉ねぎを加え、15分ほど炒める。
- ③じゃがいも・水・塩・ベサン粉を加えて煮込む。

じゃがいも 1.5kg
たまねぎ 1.5kg
サラダ油 100ml
塩 50g
スパイス 100g
ベサン粉 60g
(グラムフラワー, ガルバンゾ粉)



プuri

Puri



- ①全粒粉・油・塩をボウルに入れて、手で混ぜる。混ぜながらぬるま湯を少しずつ入れていき、なめらかな生地になるまで手でこねる。
- ②生地をゴルフボールくらいの大きさに分けて、それぞれの生地を2~4インチの大きさに伸ばしていく。(5~10cm)
- ③フライパンに油を入れ十分に熱する。生地を入れて、両面をしっかり揚げる。

For 30 people

全粒粉 2 kg
サラダ油 1100ml
塩 10 g
水 500ml



にんにくの芽と豚肉の炒めもの

Stir-fried pork and garlic shoots



- 豚ロース肉 1.5kg
- にんにく 15袋
- ねぎ 1本
- 油 適量
- 醤油 適量
- 塩 適量
- 十三香 適量
(中国の調味料)

For 30 people

- ①にんにくの芽を3-4センチに切る。
- ②ネギを小切り，豚肉は0.5cm厚に切る。
- ③油を熱し、豚肉を入れて、色が変わるまで炒めて取り出す。
- ④油を入れて熱し、ネギを入れて香を炒めて、十三香を入れる。
- ⑤にんにくの芽を入れて、色が変わるまで炒める。
- ⑥豚肉を入れて炒め、醤油・塩で味を調べて完成。

マーラージャングォ 麻辣香鍋

Mala Hot Pot



For 30 people



- エビ 20個
- 肉団子 15個
- ソーセージ 10個
- ベーコン 10枚
- レンコン 3個
- じゃがいも 3個
- えのき 2袋
- ブロッコリー 1個
- 白菜 1/2個
- にんじん 2本
- コーン 2本
- パクチー 3本
- 白ごま 適量
- 唐辛子 5本
- 塩 適量
- 醤油 適量
- ネギ 適量
- 生姜， にんにく 適量

- ①材料を切り，レンコン、じゃがいも、コーンは茹でる。
- ②ネギ、生姜、にんじんを少し油で揚げて、香りを出すため中国の調味料を入れる。
- ③エビと肉団子など肉類をまず入れてから、そのあと野菜類を入れる。
- ④最後にパクチーと白ごまを乗せる。



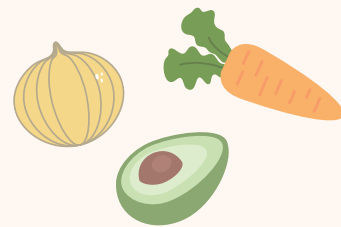
ワカモレ

Guacamole

For 30 people

- アボカド 30個
- たまねぎ 2個
- レモン 5個
- 塩 大さじ 5

- ①玉ねぎをみじん切りにする。
- ②アボカドを半分に切って種を取り、中身をボールに入れる。
- ③フォークを使ってアボカドをつぶしていく。
- ④たまねぎ入れ、マッシュしたアボカドと混ぜる。
- ⑤塩とレモンで味付けをする。



ピカティージョ

Picadillo

- ①じゃがいも・ニンジン・唐辛子・たまねぎにんにくを小さくカット（1cm角くらい）
- ②じゃがいもとニンジンをゆでる
- ③たまねぎとにんにくをフライパンで炒める。
- ④そのほかの野菜を加えて炒める。
- ⑤牛肉を入れて、お肉に火が通る前にローレル、バジル、塩で味付けをする。

For 30 people



- 牛ミンチ 3.5kg
- にんじん 8本
- じゃがいも 10本
- 青唐辛子 7本
- 赤唐辛子 3本
- たまねぎ 2個
- にんにく 6かけ
- ローレル 3枚
- 塩 適量
- バジル 適量
- ブラックペッパー . . . 適量





春巻き

Vietnamese Spring Roll

For 30 people



ライスペーパー(18-20cm)・・・60枚
 鶏ひき肉・・・300g
 生エビ・・・300g
 卵・・・3個
 きくらげ(乾燥)・・・50g
 しいたけ(乾燥)・・・50g
 緑豆はるさめ・・・200g
 玉ねぎ・・・1個
 にんじん・・・2本
 青ネギ・・・100g
 もやし・・・100g
 <ソース>
 ナンプラー・・・250ml
 砂糖・・・200g
 水・・・700ml
 にんにく(みじん切り)・・・3かけ
 レモン果汁・・・20ml
 唐辛子・・・少々

- ①手で混ぜる場合は、食材をすべてみじん切りにする。
- ②きくらげ・しいたけ・春雨は調理する数時間前に水で戻しておく。
- ③材料を混ぜ合わせ、塩コショウを少々加える。
- ④湿らせたライスペーパーを広げ、中心に具をのせる。すきまができないようにきつく巻き、油で揚げる。
- ⑤ソースの材料を混ぜて、ソースをつくる。



カザン・ケバブ

Kazan - Kebab

For 15 people



牛肉・・・3kg
 ジャガイモ・・・3kg
 にんじん・・・1kg
 青ねぎ・・・1束
 パクチー・・・1束
 たまねぎ・・・0.5kg
 チリパウダー・・・適量
 クミンパウダー・・・適量
 塩・・・適量

- ①牛肉を大きめに切り、スパイスを大きじ2加えて混ぜる。ジャガイモとニンジン2つに切る。
- ②鍋を十分に温め、油を入れてにんじんとジャガイモを炒め。ジャガイモが透き通ってきたら、すべて取り出して鍋に残った油は捨てる。
- ③鍋に牛肉を入れ、色が変わるまで強火で炒める。
- ④肉がしっかりと焼けたら、少し水を加える。(お肉がかぶらない程度に)
- ⑤蓋をして火を消し、余熱で蒸し焼きにする。(20分)
- ⑥蓋を取り、鍋の水を蒸発させる。ジャガイモと塩、残りのスパイスを加えて混ぜ合わせる。蓋をして10分ほど煮る。
- ⑦大きい皿に盛り付け、切った玉ねぎ、パクチー、ねぎを振りかけて完成。

ポーク・ シニガン

Pork Sinigang



For 15 people 

- 赤玉ねぎ・・・2個
- 豚バラブロック・・・1.5kg
- ナンプラー・・・大きじ4.5
- 水・・・3L
- シニガンミックス・・・1.5pk
- 青唐辛子・・・3本
- タロイモ・・・3個
- トマト・・・3個
- さやいんげん・・・6個
- ラディッシュ・・・1個
- ナス・・・1本
- オクラ・・・6本
- 空心菜・・・1.5束
- 塩・コショウ・・・少々



- ①鍋を温めて油を入れる
- ②玉ねぎを炒めたあと、豚肉を入れて、豚肉の外側に焼き目を付ける。
- ③魚醤を入れ、豚肉にからめる
- ④水を加えて煮込む
- ⑤タロイモとトマトを加えて約40分煮込む。(目安は豚肉が柔らかくなるまで)
- ⑥シニガンミックスと唐辛子を加える
- ⑦さやいんげんを入れ、5～8分程度煮込む
- ⑧空心菜を入れ火を止める。蓋をして余熱で調理。

ティノラン・ マノック

Tinolang Manok



For 18 people 

- 鶏肉・・・3kg
(もも・むね・手羽いづれもOK)
- ブラックペッパー・・・大きじ3
- だいこん・・・3本
- ほうれんそう・・・3束
- 青梗菜・・・3束
- 水・・・4.5L
- 玉ねぎ・・・3個
- にんにく・・・13個
- ショウガ・・・9かけ
- ナンプラー・・・大きじ6
- 油・・・大きじ9

- ①にんにくとショウガ、玉ねぎを炒める。
- ②鶏肉を入れ、焼き目がつくまで炒める。
- ③ナンプラーを入れる。水を加え、煮立ったら蓋をしてさらに45分程度煮込む。必要に応じて水を足す。
- ④大根を加えて、5分煮込む。
- ⑤青梗菜とほうれん草を加えて、弱火にして3分ほど煮込む。
- ⑥ブラックペッパーを加える。必要に応じてナンプラーと塩を足す。

がいこくげいのうひろう 外国芸能披露

Performance by foreigners

I 中国民族舞踊

雲南省は中国の最も南に位置し、省内には独自の言語と文化を継承する25の少数民族が暮らしており、そのうちの15民族は雲南省特有の民族です。それぞれの少数民族は、色彩鮮やかな民族衣装と勇壮な民族音楽で、その生活や農耕の様子、祭りなどを歌と踊りで再現します。

曲名：① 絨花 Ronghua, ② 彩云之南 Caiyun zhi nan



Chinese folk dance

Yunnan is in the southernmost region of China, and its 25 minority peoples, 15 of which are unique to Yunnan, have inherited their own unique languages and cultures. Through brightly colored clothing and local music, these various peoples' daily lives, farming and festivals are reenacted in their lively music and dance

Song titles: ① Ronghua ② Caiyun zhi nan

II 中国の琵琶の演奏

中国の琵琶（中国語の発音はPIPA）は、2000年以上の歴史がある、中国の弦楽器の代表ともいえる楽器です。その名は右手で楽器を演奏するときの演奏法，“PIP”と“PA”から由来しています。“PIP”は、右手で弦を前に弾くこと，“PA”は右手で弦を後ろに弾くことを指します。中国の琵琶は今では海を越え、東アジアの国々にも広がり、日本や韓国、ベトナムへ渡ってからは、その国々で独自の発展を遂げています。

曲名：① 琵琶行, ② 意難平



Chinese pipa performance

Pipa, with a history of more than 2000 years, is the king of plucked instruments in China. "PIP" and "pa" are based on the right hand technique of playing these instruments. That is to say, PIP and PA are the names of two playing techniques. Pip is played forward with the right hand, and PA is played backward with the right hand. Chinese Pipa spread to other areas of East Asia and developed into Japanese, Korean and Vietnamese pipa.

Song titles : ① Pipa xing ② Yi nan ping

III 外国音楽三二演奏会

エリザベト音楽大学に在籍又は出身のタイ王国及びフィリピン出身の留学生が、ビオラ、ギター、フルートにより故郷の音楽を演奏します。

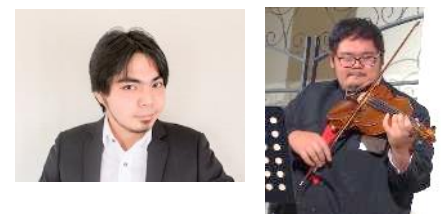
曲名：① Still on my mind, ② カレッサ, ③ ヘイ ジュード



International music short performance

A Thai and a Filipino student, both enrolled in the Elizabethan School of Music, will give a musical performance playing the viola, guitar, and flute.

Song titles: ① Still on my mind ② Caleza ③ Hey Jude



ほんじつ じもと りょうり
本日の地元料理について

Today's Local cuisine



1 巻き寿司 (まきずし) **Rollled Sushi**

- ① ごぼう・にんじん・かんぴょうなどを醤油で煮る。
Boiled carrots, burdock root and dried gourds in soy sauce
- ② 酢飯 (ご飯に寿司酢を混ぜたもの) Vinegar rice (seasoned rice vinegar)
- ③ ②③を海苔で巻く。 Roll out with seaweed sheets
- ④ これを8等分に切る。 Cut into 8 pieces



2 稲荷寿司 (いなりずし) **Sushi Pockets**

- ① 油揚げを煮て味をつけて袋状にする。 Boil deep-fried tofu, season it and shape it into a bag.
- ② ①の中に寿司飯を詰める。 Stuff the vinegar rice into the bag.



3 むすび **Riceball**

- ① ご飯と乾燥わかめを混ぜる。 Mix the rice and dried seaweed.
- ② おむすびの形に握る。 Then shape it into the shape of a riceball.



4 柿巻き大根 (かきまきだいこん) **Radish wrapped persimmons**

- ① 大根を薄く輪切りにして、一晚味付け酢に漬けておく。
Cut Japanese radish into thin, round slices and soak them in seasoned vinegar overnight.
- ② 干し柿を芯にして①の大根で巻く。 Wrap a dried persimmon with the thinly sliced radish.

5 溝口鍋 (みぞくちなべ) **Mizokuchi Nabe (Pot)**

- 地元で採れた季節の野菜と豚肉に水を加えて煮る (豚汁)。
Add water to raw local seasonal vegetables and pork.



6 刺身こんにやく (さしみこんにやく) **Sliced-raw Konnyaku**

- こんにやくを魚の刺身のように薄く切り、酢味噌をつけて食べる。
Eat sliced-raw konnyaku with vinegar miso.



7 奴豆腐 (やっこ豆腐) **Yakko Tofu**

- 豆腐を適当な大きさに切り、Cut Tofu into a suitable size.
その上に、ねぎ、はなかつおをのせ、醤油をかけて食べる。
Put welsh onion and a dried bonito on the top of the tofu and pour soy sauce before eating.



8 南瓜羊羹 (かぼちゃようかん) **Pumpkin Youkan**

- かぼちゃを柔らかく煮て、砂糖と寒天でかため、きな粉をかけて食べる。

Simmer Japanese pumpkin. Solidify the paste by adding sugar and agar. Cover with soybean flour before eating.

9 小豆羊羹 (あずきようかん) **Adzuki bean Youkan**

- あずきを柔らかく煮て、砂糖と寒天で固める。

Simmer adzuki beans, gel the paste with sugar and agar.



10 漬物 (つけもの) **Pickles**

- 大根や白菜などの野菜を塩で漬けた貯蔵食品 (ピクルス)。

A vegetable that has been preserved in vinegar or salt water



じもとげいのうひろ 地元芸能披露



Culture introduction by people of Mizoguchi region

銭太鼓

銭太鼓は、民俗楽器の一種で、銭の触れ合う音を利用し、リズム楽器として踊りの伴奏に使用したものです。形状を大別すると、タンバリン型のものや竹筒型のものに分けられます。この地方の銭太鼓は30cm余りの竹をくり抜き、両端に穴のあいた銭(硬貨)をそれぞれ十字になるように取り付けたものです。今日は、「大ちゃん数え歌」を演奏します。

Zenidaiko

Zenidaiko is a kind of native Japanese instrument that's sound comes from shaking coins, and it is used as a rhythmic instrument to accompany dance.

There are two designs, tambourine and bamboo pipe, but this region's zenidaiko is made from bamboo, about 30 cm long and hollowed out. At both ends of the bamboo, coins with holes in them are hung in a cross. There will be a performance today, called the 「Daichan kazoeta」.

そうおど 総踊り (おいでよ! キタひろ) Soodori (Oideyo! KITAHIRO)



イメージキャラクター はなだ 花田 もうたろう 舞太郎



かぐら 神楽

豊かな実りに感謝し奉納する舞いに、神話や伝説を取り入れて神楽にしたものです。この地方の民俗芸能として伝承され、60余団体が北広島町内で活動しています。神社での神楽奉納のほか各地の神楽イベントにも数多く出演しています。

Kagura

Kagura originated as a dance incorporating myths and legends that served as an offering to give thanks for an abundant harvest. It has been passed down as a traditional performance art of this region, and there are now over 60 troupes active in Kitahiroshima-cho. Besides doing Kagura offerings at shrines, they also perform at many Kagura events across the country.

かんげい あいさつ 歓迎のご挨拶

みなさま
皆様おはようございます。
じもと み わ ひがし しんこうきょうぎ かい だいひょう かんげい あいさつ もう あ
地元美和東ふるさと振興協議会を代表して歓迎のご挨拶を申し上げます。
けんないざいじゅう がいこくじん みなさま きたひろしまちょうみそのくち い
県内在住の外国人の皆様ようこそ北広島町溝口にお出でくださいました。
みなさま こ こころ かんげいもう あ
皆様のお越しを心から歓迎申し上げます。
こうりゅうかい ことし ねんめ かい むか
この交流会は、今年で18年目、19回を迎えました。
さんか がいこく かたがた きょう つう みな にちじょうせいかつ ちが
ご参加くださいました外国の方々には、今日のイベントを通じて、皆さんの日常生活とは違った
にほん やまざと ゆきくに く たいけん さいわ
日本の山里、雪国の暮らしを体験していただくことができれば幸いです。
わたし じもとじゅうみん がいこく ぶんか しゅうかん かんが かた ちが ぶ きちょう きかい
私たち地元住民にとっては、外国の文化や習慣、考え方の違いに触れる貴重な機会となってい
ます。
わたし こうりゅう つう さんか かたがた あた ともだちかんけい きず あら かちかん
私たちはこの交流を通じて参加していただきました方々と新しい友達関係を築き、新たな価値観
え のぞ
を得ることを望んでいます。
きょういちにちたの おも で のこ こうりゅうかい
今日一日楽しく思い出に残る交流会にしましょう。
お きょうさい こうえきざいだんほうじん こくさい みなさま
終わりにりましたが、共催していただきました公益財団法人ひろしま国際センターの皆様をは
きょうりよく かんけいしゃ かたがた たい こころ かんしゃもう あ かんげい あいさつ
じめ、ご協力くださいました関係者の方々に対し、心から感謝申し上げ歓迎のご挨拶といたしま
す。
ありがとうございます。

み わ ひがし しんこうきょうぎ かい
美和東ふるさと振興協議会
かい ちょう ながひろ おさむ
会長 長廣 修

Welcome Speech

Good morning, everybody.

I would like to offer some words of welcome on behalf of the local Miwa Higashi Furusato Promotion Council.

First of all, please allow me to welcome all of you to Mizoguchi in Kitahiroshima-cho. I appreciate you making the trip to come here.

This year marks our 18th consecutive year and 19th time holding this exchange event. Nothing would make me happier than having all of you international participants experience through today's event what life is like in this Japanese snow country mountain village which is different from your everyday lives.

This is also a valuable opportunity for us local residents to learn about the culture, customs, and different ways of thinking of foreign countries. We hope to use this opportunity to form new friendships with participants, and to learn to understand a new set of values.

Let's work together to make this a fun and memorable day of exchange.

Osamu Nagahiro.president
Miwa Higashi Furusato promotion Council

北広島町長からのご挨拶

広島県内在住の外国の皆さま、ようこそ北広島町溝口にお越しいただきました。心から歓迎いたします。

北広島町芸北地域は標高1,000メートルを超える山々が連なる西中国山地国定公園を有しており、貴重な動植物が多数存在し、自然環境を生かした様々な地域活動が行われております。また、豊かな自然と農耕文化に派生する伝統芸能が人々の営みの中で守り受け継がれており、特に神楽は五穀豊穡を祝う伝統芸能として町内で60を超える団体が継承しております。煌びやかな衣装をまとい太鼓や笛の奏楽に合わせて勇壮に舞う神楽は、国内はもとより近年では海外でも上演されるなど言葉の壁を越えて素晴らしい郷土芸能として評価されております。

皆さまには、この地域ならではの生活・文化などを体験し、楽しんでいただき、たくさんの“友達”をつくっていただきたいと思います。また、この地域の素晴らしい魅力をたくさん発見し、世界中に北広島町を発信していただきたいと思います。

最後になりますが、この交流事業により相互理解が深まり更なる国際交流の輪が広がることを祈念いたしまして、ごあいさつとさせていただきます。

北広島町長 箕野 博司

Speech by the mayor of Kitahiroshima-cho

I would like to warmly welcome all of you international residents of Hiroshima to Mizoguchi in Kitahiroshima-cho.

The Geiboku region of Kitahiroshima-cho possesses the Nishi-Chugoku Sanchi Quasi-National Park with a mountain chain exceeding an elevation of 1,000 meters as well as many varieties of precious flora and fauna and diverse local activities that take advantage of the natural environment. Furthermore, traditional arts that derived from the abundant nature and agricultural culture have been conserved and passed down within the activities of the local people. Kagura, a traditional performance art that acts as a prayer for an abundant harvest, has been inherited by over 60 troupes in our town. With performers clad in dazzling costumes and dancing heroically in time to a musical performance of taiko drums and flutes, Kagura is popular not only in Japan but also recently overseas too where it has come to be appreciated as a great folk art that transcends language barriers.

I hope that all of you can experience and enjoy the life and culture that is unique to this snow country region, and to make many friends. In addition, I would appreciate if you can discover the various charms of this region, and spread a good word about Kitahiroshima-cho to the rest of the world.

Last but not least, I would like to conclude by expressing my sincere wish for deeper mutual understanding and a greater circle of international exchange through this exchange project. Thank you.

Hiroshi Mino, Mayor
Kitahiroshima-cho

あ い さ つ こ く さ い ご挨拶 (ひろしま国際センター)

おはようございます。

こうえきざいだんほうじん こくさい せ ん た - ふくはら
公益財団法人ひろしま国際センター福原でございます。

ひろしま国際センターでは、平素、外国の方との交流の少ない地域の皆様と、イベント・行事を通じて交流できる場を提供し、異文化理解の推進を図るための事業を行っております。

ほんねんど ゆきせいかつたいけん とくちひろしまちょうみぞくちく みなさま きょうりよく え かいさい
今年度も、「雪生活体験」をご当地北広島町溝口地区の皆様のご協力を得て開催いたします。

こんかい こくさい さんかしゃ ぼしゅう めいいじょう もう こ げんせん
今回、ひろしま国際センターで参加者を募集しましたところ、100名以上の申し込みがあり、厳選なる抽選の結果、16か国70名の方にご参加いただいております。

みぞくちく みなさま ことし じもとりょうり たさい じゅんび
溝口地区の皆様がたにおかれましては、今年も、地元料理や多彩なプログラムの準備をさせていただきまして、大変感謝しております。

がいこくじんさんかしゃ かたがた ぼこく げいのう りょうり じゅんび
また、外国人参加者の方々も、母国の芸能や料理などいろいろと準備してくださっていますので、どうぞ存分に楽しんで交流を深めていただければと思います。

さいご あんぜん ちゅうい たの いちにち
最後になりましたが、安全には注意して楽しい1日としましょう。

こうえきざいだんほうじん こくさい せ ん た -
公益財団法人ひろしま国際センター
こうりゅうぶじちょう けん こうりゅうすいしんかちょう ふくはら まさあき
交流部次長 (兼) 交流推進課長 福原 正昭

Greeting (Hiroshima International Center)

Good morning.

I am Fukuhara from the Hiroshima International Center.

We at the Hiroshima International Center continually promote projects for cross-cultural understanding by providing a space for exchange through events with people living in regions where there is little contact with foreign nationals.

This year we are once again holding "Snow Life Experience" with the cooperation of local residents in Mizoguchi District, Kitahiroshima-cho.

When HIC went to recruit participants this time, there were about 100 applications. As a result of careful selection by lot, we have received the participation of 70 people from 16 countries.

I am truly thankful to everyone from Mizoguchi District this year for once again preparing local cuisine and a varied program.

I hope that the international participants who have prepared performances and cooking from their home countries can also enjoy themselves fully while deepening ties through exchange.

In closing, I ask that you please be mindful of your safety and have a great day.

Masaaki Fukuhara
Director of International Exchange Promotion Division
Hiroshima International Center

へい かい あい さつ 閉会のご挨拶

へい かい あ あい さつ もう あ
閉会に当たりご挨拶を申し上げます。

さん か みな きょう こうりゅうかい たの
ご参加くださいました皆さん、今日の交流会を楽しんでいただくことができましたでしょう
か。

わたし ねん いちど こうりゅうかい たの
私たちは、年に一度のこの交流会をととても楽しみにしていました。

ことし せかい かつこく かたがた いっしょ はなし りょうり ゆきあそ げいのう つう した
今年も世界各国の方々と一緒にお話をしながら、料理や雪遊び、芸能などを通じて親しく
こうりゅう
交流することができましたことをとても嬉しく思っています。

みな ゆき つつ やまざと せいかつ ちいき ぶんか いったん ふ
皆さんにとって雪に包まれた山里の生活やこの地域ならではの文化の一端に触れていただくこ
とができますら幸いです。

きたひろしまちょう うつく ゆたか しぜん でんとうぶんか いき まち きび ふゆ さむ す
北広島町は、美しく豊かな自然と伝統文化が息づく町です。厳しい冬の寒さが過ぎるとやが
おだ はる おとす うつ しきおりおり げしき ふ ふゆいがい きせつ
て穏やかな春が訪れ、移りゆく四季折々の景色に触れることができます。ぜひ冬以外の季節に
もお出てください。

お くにじまん りょうり げいのうしょうかい みな
終わりにりましたが、お国自慢の料理や芸能紹介をしてくださいました皆さん、そして、
こうりゅうかい じんりよく こくさいせんたー みなさん ところ かんしゃもう
この交流会のためにご尽力をいただきましたひろしま国際センターの皆さんに心から感謝申し
あ
上げます。

さん か みな げんき かつやく
ご参加くださいました皆さん、これからもどうぞお元気で活躍ください。

まかい あ
機会がありましたらまたお会いしましょう。

ありがとうございます。

み わ ひがし しんこうきょうぎかい
美和東ふるさと振興協議会
ふくかいちょう ほつたじゆんご
副会長 堀田淳子

Closing words

I would like to offer a few last words as we conclude this event.

Did all of you enjoy your time today?

We were really looking forward to this once-a-year event.

I'm very glad that we were able to enjoy international exchange through food, playing in the snow and performance arts again this year while chatting with people from around the world.

I hope all of you were able to experience a little of what life is like in a snow-covered mountain village as well as the culture that is unique to this region.

The Town of Kitahiroshima is alive with beautiful, abundant nature and traditional culture. Bitterly cold winters are followed by the arrival of mild spring weather, and it is possible to experience the changing scenery season by season. Please also consider visiting during other seasons besides winter.

In closing, I would like to extend a special thanks both to all the participants who cooked their country's food or introduced their native performance arts as well as to everyone at Hiroshima International Center who worked to make this event possible.

To all participants, I wish you continued health and success.

I hope we have a chance to meet again.

Thank you.

Junko Hotta, Vice-chairman
Miwa Higashi Furusato Promotion Council

Snow Event

 公益法人 広島国際センター
HIROSHIMA INTERNATIONAL CENTER

2020. 1 .26. SUN
-HIC-