



# 国際交流のひろば



## vol.23 「冬の過ごし方」



アレキサンダー  
国際交流員

アメリカの冬は地域によって違いますが、私のふるさとニュージャージーは雪が降ります。寒さが厳しい日が多いですが、楽しみなことたくさんあります。雪がたくさん積もった日は、よく学校や会社が休みになります。そのときには、外で雪だるまを作ったり、そりに乗ったり雪合戦をします。雪遊びが終わったら、家でホットチョコレートを飲むのが習慣です。アメリカの家は断熱性が高いので、外がどんなに寒くても室内はいつも暖かいです。コタツを使わず、動きやすい格好で自由に動けます。



タンヤ  
国際交流員

フィンランドの冬は長いので、「秋冬」、「真冬」、「春冬」と3つに分けて呼びます。秋冬は10月～11月頃で、嫌な天気の日が多いですが雪はまだ積もりません。スーパーなどには、キャンドル、毛布などの「あったか〜い」癒し系の商品が並びます。家では、ホットワイン、ホットココアなど温かい飲み物を飲みながら、本を読んだり映画を観たりします。天気のいい休みの日は、わずかな明るい時間で、シーズン最後のベリー摘みや、森の中のキャンプ場でたき火やバーベキューを楽しみます。



カミーラ  
国際交流員

ブラジルの冬は、6月中旬から9月中旬頃までです。5つの地域によって気候が違い、時々雪が降るくらい寒い南地方もあれば、平均気温は26度ぐらいで雨もあまり降らない北地方もあります。私のふるさとリオデジャネイロは涼しい気候で、コートや冬っぽい洋服を着ます。ブラジル人は冬服をおしゃれだと思い、少し寒くなるとすぐ着ます。リオは、冬以外は結構暑い気候で、家は涼しく過ごせるように考えられているので、冬の寒さ対策は大変です。



(画:タンヤ国際交流員)

国際交流員は、国際理解教育の場などに積極的に参加し、地域の国際化のために活動しています。  
おたすね／文化国際室 ☎21-6576

## 出雲大好き♡

# 1ターン女子の 職場を訪問!

その  
10

もみい みか  
荻井美香さん  
(社会福祉法人 おおつか福祉会  
ねむの木保育園)

出雲大好き1ターン女性支援事業を活用している  
皆さんの働く姿を紹介する第10弾です。

荻井さんは、昨年3月に京都府から移住し、ねむの木保育園の2歳児を担任する保育士として働いています。

移住のきっかけは、女子サッカーチーム「ディオツサ出雲」に入団したこと。現在はディオツサ出雲を退団されていますが、出雲に来て一番よかったことは、サッカーを通じてたくさんの方と出会い、交流の輪が広がったこと、そして、私が大好きなサッカーを保育園の園児や保護者の方も大好きになっ  
てくれたことがうれしいと実感されています。

そして、出雲で働き始めて1年、「職場の皆さんは温かく優しい方ばかりです。毎日楽しく働かせてもらっています。」と充実した日々を送られている様子です。

園長の山代伸枝さんは、「いつも明るく元気に頑張ってくれています。荻井さんは、保育士としてもキメ細やかな配慮ができます。子どもたちの気持ちを瞬時に感じて、臨機応変に行動できる素晴らしい保育士です。ずっと一緒に働きたいです。」と抜群の信頼感を寄せています。

出雲での暮らしについて「近所や職場の方から野菜をもらったり、体調を崩した時には、職場の方がご飯を作ってくれました。出雲の人の優しさが伝わっているようです。」

最後に、これからについて、「サッカー以外のスポーツにも興味があるので、野球やマラソンなどたくさん見に行きたいです。仕事も頑張ります。出雲大好きです。できれば、家族も呼んで一緒に暮らしたいです。」と笑顔で熱く語ってくれました。

出雲暮らしを楽しんでいる荻井さん。「出雲大好き1ターン女性」としての今後の活躍に期待します。



子ども達と走る荻井さん



出雲大好き1ターン女子のみなさんのブログを「いずも暮らし」  
「FROM NOW ON, IZUMO」で公開しています。  
<http://izumonakurashi.jp/izumoblog>

おたすね／縁結び定住課 ☎21-6629

# 出雲の伝統工芸「出西織 多々納工房」

出雲市には、豊かな自然と歴史に育まれた多くの優れた伝統工芸があります。作り手の方の想いとともに出雲の工芸を紹介します。



訪れた工房は、風が気持ちよく通る多々納さんの自宅に隣接した工房です。

ここで昭和30年に多々納桂子さんが出西織を始められ、その後を継いだ多々納昌子さんにお話をうかがいました。



## 生活の中の身近なものに

**製作で心掛けていることは**—「お家で使って、ちょっとほっとしてもらえそうなものが作ればなと思っています。いい藍の色だなと思ってもらえるといいな。『これが玄関にあると一日がんばろうと思える』といううれしい感想をいただくことも励みになります。」

## あいの 藍の力

**出西織の魅力は**—「毎日仕事として触れていても、藍の色は綺麗だなあと 생각합니다。自分で染めていても感動します。これは私の力ではなくて、藍の力。毎日藍も表情が違います。織りも、自分で作りながら、『おお、きれい』と思ったりしますから。いい仕事ですね。」



## 発見があるから面白い

**今後の目標は**—「発酵建て藍染ができるようになるには時間がかかります。私自身も30年くらいやっていますが、まだ分からないというか、生き物を飼っている感じですね。何年経っても発見することがあって、それが面白いです。製品は少しですが、綿を育て、手で紡ぎ、染めて織るといった全ての工程を自分で行うこともできる面白い仕事です。これからもどんどん勉強して技術を磨き、納得のいく藍の色を追求していきたいです。」



手しごとマップHP

おたずね／商工振興課 ☎21-6541

OH!

## 地産地消コーナー まいがな出雲!

### Vol.20 今月の食材は パプリカ

赤色や黄色、オレンジ色のカラフルな大型のピーマンがパプリカです。パプリカは、出雲市が特産化をすすめている野菜のひとつで、夏ごろから収穫されますが、7月～8月に定植したパプリカは、11月～2月頃まで店頭に並びます。

パプリカは、体内でビタミンAになるβカロチン、ビタミンC、ビタミンEや、ミネラル、食物繊維などの栄養成分を豊富に含んでいます。特にビタミンCの含有量は多く、完熟したパプリカでは緑ピーマンの約2倍も多く含んでおり、風邪の予防や疲労回復に効果があります。

パプリカは、加熱することで一層色が鮮やかになる特徴があるため、炒め物に適しています。

また、緑ピーマンと比べて果実が大きく肉厚で甘味があるので、サラダなどの生食にも適しています。酢とあわせても色が変わりにくいため、ピクルスにも利用されます。

地元でとれる食材のおいしさを再発見してもらい、積極的に消費してもらいたい! 地元食材や生産者に親しみをもってもらい、地域への愛着を深めてもらいたい! どの思いで、毎月いろいろなお届けします。

今月の担当 健康増進課 ☎21-6979

食卓の彩りとしても重宝するパプリカ。ぜひ、出雲産をご賞味ください。



#### 出雲学校給食センター人気メニュー ピーマンサラダ

(材料) (5人分)		
パプリカ (赤) …1/2 個	パプリカ (黄) …1/2 個	
緑ピーマン…1/2 個	キャベツ…100g	
カットスパゲティ…30g	ロースハム…3枚	
A {	酢…大さじ3	[1人当たりの栄養価] エネルギー99kcal たんぱく質2.8g 脂質6.3g 塩分0.8g
	サラダ油…大さじ2	
	塩…小さじ1/2	
	こしょう…少々	

- ①パプリカ、緑ピーマンは、せん切りにし、水にさらす。
- ②キャベツはせん切りにし、薄塩をふる。
- ③カットスパゲティはゆでる。
- ④ハムは、せん切りにする。
- ⑤Aの調味料を合わせ、ドレッシングを作る。
- ⑥①～④の材料を⑤のドレッシングで和える。

