

あくら

Vietnamese

AKURA

2024年4月 第143号 編集局:岡山市国際交流協議会

Số thứ 143 tháng 4 năm 2024
Ban biên tập: Hội nghị giao lưu quốc tế thành phố Okayama

特集：第74回全国植樹祭岡山2024

Đặc san: Lễ trồng cây toàn quốc ở Okayama lần thứ 74

日本の国土の約70%は森林です。全国植樹祭はこの豊かな国土のもとになっている森林や緑への理解を深めるために、国土緑化運動の中心的行事で、天皇皇后両陛下のご臨席のもと、毎年開催されています。1950年に始まり、74回目の今年は、5月26日(日)に岡山県で57年ぶりに開催されます。大会のテーマは「晴れの国 光で育つ 緑の心」。



シンボルマーク

式典会場は、岡山市のジップアリーナ岡山(岡山市北区いずみ町 総合グラウンド内)です。

式典には、県内外から約2000人の招待者を迎えて、記念植樹などが実施されます。また、天皇皇后両陛下に「お手植え」と「お手播き」を賜ります。「お手植え」はアカマツやクロガネモチなどを3種ずつ、「お手播き」では少花粉ヒノキやヤマザクラなどを2種ずつ播種されます。

会場で、両陛下がお座りになるところが「御座所」です。この「御座所」の背面(後ろ)のパネルと屋外に設置する「CLTゲート」(入場門)の製作者に、これまで「あくら」のシリーズ「人」で2度紹介した真庭市の佐田時信さんが代表を務める佐田建美が選ばれました。佐田さんは、「木で作れないものはない」という考えのもと、木製のスーパーカーや地元の木材を使った「真庭組子」の製作でよく知られています。

Khoảng 70% đất đai của Nhật Bản là rừng. Lễ hội trồng cây toàn quốc được tổ chức hàng năm với sự có mặt của Thiên hoàng và Hoàng hậu, là sự kiện trọng tâm của việc vận động phủ xanh đất đai quốc gia, nhằm mục đích nâng cao hiểu biết sâu sắc hơn về rừng và cây xanh, vốn là nền tảng của đất nước giàu có này. Năm nay, lần thứ 74 kể từ khi bắt đầu vào năm 1950, nó sẽ được tổ chức lần đầu tiên sau 57 năm ở tỉnh Okayama vào chủ nhật, ngày 26 tháng 5. Chủ đề của lễ hội lần này là “Trái tim xanh vươn lên trong ánh sáng ở xứ sở mặt trời”. Địa điểm tổ chức buổi lễ là Zip Arena OKama, Thành phố

Okayama (nằm trong Sogo Ground, Izumi-cho, Kita-ku, Thành phố OKama).

Buổi lễ sẽ chào đón khoảng 2.000 khách trong và ngoài tỉnh, đồng thời sẽ tổ chức trồng cây kỷ niệm. Ngoài ra, chúng tôi sẽ “gieo hạt và trồng tay bằng tay” Thiên hoàng và Hoàng hậu. “Trồng bằng tay” bao gồm việc trồng ba loại cây như Thông đỏ Nhật Bản và Thông đen Nhật Bản, và “gieo hạt bằng tay” bao gồm việc gieo hai loại cây như cây Bạch phân it và Anh Đào.

Trong hội trường địa điểm bệ hạ sẽ ngồi được gọi là Gozasho. Người tạo ra mặt sau của “Gozadokoro” và “cổng CLT” (cổng vào) được lắp đặt ngoài trời là Sada của thành phố Maniwa, đã được giới thiệu hai lần trong loạt bài “con người” của tạp san “Akura”. Sada Kenbi, đại diện bởi Sada Tokinobu, đã được lựa chọn. Ông Sada nổi tiếng với việc tạo ra những chiếc siêu xe bằng gỗ và Maniwa Kumiko sử dụng gỗ địa phương, dựa trên ý tưởng rằng không có gì mà không thể làm được bằng gỗ. Kumiko là một kỹ thuật chế biến gỗ truyền thống, tạo ra các họa tiết hình học chỉ bằng cách sử dụng vật liệu gỗ mịn bằng tay mà không cần sử dụng đinh hay chất kết dính.

<目次>

Mục lục

特集：第74回全国植樹祭岡山2024

ぶらり：岡山芸術創造劇場ハレノワと周辺

シリーズ「人」：植物学者・大賀一郎と大賀ハス

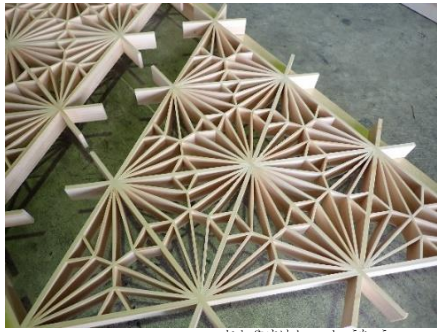
簡単料理：お鍋でご飯や炊き込みご飯を作ってみましょう

岡山、内の目・外の目：あくらの記事を読んで

生活情報：「プラスチック資源」の分別回収スタート

あくらボランティア編集委員・Facebook開設・連絡先

- p 1 Đặc san: Lễ trồng cây toàn quốc ở Okayama lần thứ 74
- p 2 Tân mạn: Xung quanh Nhà hát sáng tạo nghệ thuật Okayama Hallenowa
- p 4 Loạt bài “Con người”: Nhà thực vật học Ichiro Oga và Hoa sen Oga
- p 5 Món ăn đơn giản: Hãy nấu cơm và cơm trộn bằng nồi Okayama, nhìn bên trong, nhìn bên ngoài: Đọc bài ký sự trong Akura
- p 6 Thông tin sinh hoạt: Việc bắt đầu phân loại thu thập “tài nguyên nhựa”
- p 8 Ủy viên biên tập tình nguyện Akura – Thành lập Facebook – Địa chỉ liên lạc



組子は、細かい木の材料を釘や接着剤を全く使わず手作業だけで幾何学的な模様を作る伝統的な木工技法です。植樹祭に向けて公募された背面パネルのデザイン

のテーマは「岡山県を象徴するもの」です。佐田さんは、岡山県の土地を豊かにする三大河川、吉井川・旭川・高梁川をイメージしてコスモスの花・桜の花・麻の葉の模様を組子で作り飾ることにしました。また、「CLT ゲート」は、数字6の持つ意味に着目し耐久性にも優れる六角形の形にしました。どちらも、岡山県が全国トップクラスの生産量を誇るヒノキ材を使っています。植樹祭には、一般の方は入場できませんが、TV放映やインターネット中継(いずれも予定)で、佐田さんの組子のすばらしさをぜひ見てほしいと思います。

植樹祭の事前イベントは1年前から県内各地で開催されてきました。岡山市では、昨年5月西大寺緑花公園・百花プラザで開催され、約13,000の方が参加しました。また、昨年の開催県の岩手県から引き継いだ「木製地球儀」が各市町村を巡回しています。

この植樹祭をきっかけに、岡山県民が豊かな森林を守り育て、身近な緑を大切にすることを育ててほしいと思います。

ぶらり：岡山芸術創造劇場ハレノワと周辺

岡山表町商店街の千日前商店街に、2023年9月、「岡山芸術創造劇場ハレノワ」が開館しました。市民に長い間親しまれてきた岡山市民会館、市民文化ホールに代わる新しい文化芸術施設です。名前は、「晴れの国岡山」や「晴れ舞台」の「ハレ」と、つながりや協力を感じさせる「ワ(輪)」を組み合わせたものだそうです。

岡山市民会館、市民文化ホールに代わる新しい文化芸術施設です。名前は、「晴れの国岡山」



や「晴れ舞台」の「ハレ」と、つながりや協力を感じさせる「ワ(輪)」を組み合わせたものだそうです。

「ハレノワ」開館イベントの一つとして、岡山市民ミュージカル「慈愛と恵み石井十次物語」公演がありました。チケットが入手できたので、さっそく行くことにしました。

Chủ đề của thiết kế mặt sau được giới thiệu tới công chúng nhân lễ hội trồng cây là “những thứ tượng trưng cho tỉnh Okayama”. Ông Sada quyết định sử dụng kumiko để tạo ra các họa tiết hoa cúc vạn thọ, hoa anh đào và lá gai theo hình ảnh sông Yoshii, sông Asahi và sông Takahashi, là ba con sông lớn làm giàu thêm cho vùng đất tỉnh Okayama. Ngoài ra, "Công CLT" hình lục giác có độ bền cao, chú ý đến ý nghĩa của số 6. Cả hai sản phẩm đều được làm từ gỗ cây bách, là loại gỗ mà Tỉnh Okama tự hào là một trong những nơi có sản lượng sản xuất cao nhất cả nước. Mặc dù công chúng sẽ không thể tham dự lễ hội trồng cây nhưng chúng tôi hy vọng các bạn sẽ có thể nhìn thấy những điều kỳ diệu trong tác phẩm kumiko của ông Sada trên TV và trực tuyến (cả hai đều đã được lên kế hoạch).

Các sự kiện lễ hội trồng cây trước đây đã được tổ chức khắp nơi trong năm qua. Ở thành phố Osaka, nó được tổ chức tại Công viên Saidaiji Ryokuka . Hyakka Plaza vào tháng 5 năm ngoái và có khoảng 13.000 người tham gia. Ngoài ra, một quả địa cầu làm bằng gỗ được kê thừa từ tỉnh đang cai tổ chức năm ngoái, Tỉnh Iwate, đang đi vòng quanh từng thành phố, thị trấn và làng mạc.

Tôi hy vọng rằng lễ hội trồng cây lần này sẽ là cơ hội để người dân tỉnh Okama bảo vệ và nuôi dưỡng những khu rừng trù phú cũng như phát huy tinh thần quý trọng cây xanh xung quanh.

Tản mạn: Xung quanh Nhà hát sáng tạo nghệ thuật Okayama Hallenowa

Nhà hát sáng tạo nghệ thuật Okayama Harenowa khai trương vào tháng 9 năm 2023 khu mua sắm Sennichimae trong khu mua sắm Okayama Omotemachi. Đây là cơ sở văn hóa nghệ thuật mới thay thế cho Trung tâm hành chính và Nhà văn hóa công dân Okama đã được người dân ưa chuộng thời gian dài. Cái tên này dường như là sự kết hợp giữa ánh nắng của Okama vùng đất đầy ánh nắng" và dịp lễ hội.

Là một trong những sự kiện mở đầu của "Harenowa", có buổi biểu diễn vở nhạc kịch thị dân Okayama "Từ thiện và ân huệ: Câu chuyện của Juji Ishii". Vì có được vé nên tôi quyết định đi ngay.

東山線の電車に乗り、新西大寺町で降りると、徒歩で5分程度です。以前は古い映画館が立ち並んでいた千日前商店街とは大きく変わり、アーケードもすっかりなくなっていました。たくさんの人が開演を待っていました。



観劇と同時に新しい劇場を一度見てみたい人が多いでしょう。大劇場のほかに、中・小の劇場があり、演劇、ダンス、伝統芸能、オペラ、ミュージカル、バレエなどの幅広い公演ができるようになりました。また、劇場内にはオープンロビーや展示ギャラリーなどもあります。2階席だったので、1階の様子がよく見えました。舞台の前には、オーケストラのためのスペースがあり、この劇のために特別に編成されたオーケストラが、当日は生演奏しました。内容は、明治時代に岡山孤児院を創立した「石井十次」のミュージカルでした。岡山にゆかりのある俳優、市民キャスト(オーディションを受けた人)、RSK山陽放送のアナウンサーたちが熱演しました。特に、子どもたちのブラスバンドの行進がよくそろっていてすばらしかったです。

初めての「ハレノワ」は、素晴らしい施設でしたが、階段が多く急なので、足が少し不自由な方はエレベーターやエスカレーターの利用が必要です。劇場の中も階段があり、スタッフが所々におられました。配座が必要です。

「ハレノワ」の西出口から出ると、そのまま、表町商店街になります。「シンフォニーホール」ができてから、大きく変わったように、「ハレノワ」を中心として、表町が以前のようにぎやかな街になるといいですね。また、東出口からそのまま北に歩くと、「オランダ通り」になります。表町再開発事業の一つとして1990年に整備されました。オランダ通りは、江戸時代長崎県出島のオランダ商館の医者「オランダおいね」にちなんで名付けられました。おいねは、岡山で医学を学びましたが、その場所が現在のオランダ通りだったそうです。オランダ通りには老舗のラーメン屋さんや、新しいブティック、レストランがいくつもあります。電柱もすっかり消え、美しい町並みになっています。

「ハレノワ」の西出口から出ると、そのまま、表町商店街になります。「シンフォニーホール」ができてから、大きく変わったように、「ハレノワ」を中心として、表町が以前のようにぎやかな街になるといいですね。また、東出口からそのまま北に歩くと、「オランダ通り」になります。表町再開発事業の一つとして1990年に整備されました。オランダ通りは、江戸時代長崎県出島のオランダ商館の医者「オランダおいね」にちなんで名付けられました。おいねは、岡山で医学を学びましたが、その場所が現在のオランダ通りだったそうです。オランダ通りには老舗のラーメン屋さんや、新しいブティック、レストランがいくつもあります。電柱もすっかり消え、美しい町並みになっています。



Nếu bạn đi tàu Tuyến Higashiyama và xuống ở Shin-Saidaijicho thì mất khoảng 5 phút đi bộ. Nó đã thay đổi đáng kể so với khu phố mua sắm Sennichimae cũ, nơi có nhiều rạp chiếu phim cũ, và khu trò chơi điện tử đã hoàn toàn biến mất. Nhiều người đang chờ đợi buổi biểu diễn bắt đầu. Có lẽ có nhiều người muốn xem một rạp hát mới cùng lúc với việc xem một vở kịch. Ngoài các nhà hát lớn, còn có các nhà hát vừa và nhỏ hiện có thể tổ chức nhiều loại hình biểu diễn như kịch, múa, nghệ thuật biểu diễn truyền thống, opera, nhạc kịch và múa ba lê. Nhà hát còn có sảnh mở và phòng trưng bày triển lãm.

Vì tôi ngồi ở tầng hai nên tôi có thể nhìn rõ tầng một. Phía trước sân khấu là không gian dành cho một dàn nhạc được thành lập đặc biệt cho vở kịch này và biểu diễn trực tiếp trong ngày. Nội dung là một vở nhạc kịch kể về Juji Ishii, người sáng lập trại trẻ mồ côi Okayama trong thời Minh Trị. Các diễn viên có liên quan với Okayama, dàn diễn viên những người dân thành phố (những người đã thử vai) và những phát thanh viên của đài RSK Sanyo đã biểu diễn nhiệt tình. Thật đặc biệt tuyệt vời khi được xem cuộc biểu diễn của ban nhạc kèn đồng của những đứa trẻ.

Lần đầu tiên tôi đến Hallenova, đây là một cơ sở tuyệt vời nhưng có nhiều cầu thang và dốc nên nếu gặp khó khăn trong việc di chuyển, bạn sẽ cần sử dụng thang máy hoặc thang cuốn. Bên trong rạp có cầu thang, nhân viên cũng có mặt ở một số nơi cần phải quan tâm.

Khi đi ra từ lối ra phía tây của "Harenowa", bạn sẽ đến khu mua sắm Omotemachi. Sẽ thật tuyệt nếu Omotemachi có thể trở nên sống động như xưa, tập trung quanh Hallenowa, giống như nó đã thay đổi rất nhiều kể từ khi phòng hòa nhạc được xây dựng. Ngoài ra, nếu đi bộ về phía bắc từ lối ra phía đông, sẽ đến "Phố Hà Lan". Nó được phát triển vào năm 1990 như một phần của dự án tái phát triển Omotemachi. Phố Holland được đặt theo tên của Oine Holland, con gái của một bác sĩ tại một tiệm buôn bán Hà Lan ở Dejima, Thành phố Nagasaki trong thời Edo. Oine đã học y khoa ở Okayama, nằm trên phố Hà lan ngày nay. Phố Hà lan là nơi tập trung nhiều cửa hàng mì ramen lâu đời, cửa hàng nhỏ và nhà hàng mới. Các cột điện thoại đã biến mất hoàn toàn, tạo nên một cảnh quan thị trấn tuyệt đẹp.

雨の早朝に、表町ではいつもと変わった光景が見られます。雨を避けて、愛犬の散歩をしている人、6時には開店して、いいにおいをさせている岡山老舗のパン屋、アーケードの下をジョギングしている人、また、本格的にランニングしている実業団チームの選手たち。早起したら、一度出かけてみては、どうでしょうか。

Sáng sớm trời mưa, bạn có thể thấy một khung cảnh khác thường ở Omotemachi. Có người dắt chó đi dạo tránh mưa, có người ở tiệm bánh mì lâu đời ở Okayama mở cửa lúc 6 giờ thơm phức, có người chạy bộ dưới mái vòm, có những vận động viên chạy bộ hang say. Bạn hãy thử thức dậy sáng sớm đi ra ngoài xem thế nào?

シリーズ「人」: 植物学者・大賀一郎と大賀ハス

毎年7月になると、岡山後楽園にある井田(池)に鮮やかなピンクのハスの花が咲きます。「大賀ハス」と名付けられています。



大賀一郎氏
(吉備公民館 蔵)

このハスは世界で最も古いハスです。1952年7月、植物学者・大賀一郎が、千葉県検見川で地元の中学生たちと協力して発掘したハスの実3粒のうち1粒を発芽させ開花させました。発掘作業は大変でした。掘り上げた土を特別のふるいにかけて指の先ほどのハスの実を発見するのです。全く見つからないので工事を打ち切るという最後の日にやっと1粒見つかったのです。ハスの実の時代を明らかにするために、米国のシカゴ大学に鑑定を依頼した結果、約2000年前のものであると推定されました。米国の雑誌ライフに「世界最古の花・生命の復活」として掲載され「大賀ハス」と命名されました。

植物学者・大賀一郎は、1883年今の岡山市北区川入(昔の庭瀬村大字川入)の農家に生まれました。子どもの時から神社に植えられたハスの花が大好きだったそうです。東京大学に進学し植物学を学び、その後大学院で植物細胞学を専攻しました。64歳で亡くなるまで、生涯ハスの研究を続けました。著書には「ハスを語る」「ハスとともに60年」があります。

現在、北は北海道北見から南は沖縄県まで日本全国30か所あまりでその種や苗が移植され、子孫が美しい大賀ハスを咲かせ、夏季の風景を飾っています。



Loại bài “Con người”: Nhà thực vật học Ichiro Oga và hoa sen Oga

Tháng 7 hàng năm, những bông sen hồng rực rỡ nở rộ trên những cánh đồng (ao) ở Korakuen, Okayama. Nó được đặt tên là "hoa sen Oga".

Hoa sen này là hoa sen lâu đời nhất trên thế giới. Vào tháng 7 năm 1952, nhà thực vật học Ichiro Oga, làm việc với các học sinh trung học cơ sở địa phương, đã khai quật được một trong ba hạt sen ở Kemigawa tỉnh Chiba, để nảy mầm và nở hoa. Công việc đào bới gặp nhiều khó khăn. Họ đào đất và sàng qua một cái rây đặc biệt để tìm ra hạt sen to bằng ngón tay. Khi không tìm được cái nào, cuối cùng họ cũng tìm được một cái vào ngày cuối cùng của dự án xây dựng. Để làm rõ tuổi của hạt sen, họ đã yêu cầu Đại học Chicago ở Hoa Kỳ thẩm định và kết quả là người ta ước tính rằng nó đã khoảng 2.000 năm tuổi. Nó được đăng trên tạp chí Life của Mỹ với tiêu đề “Bông hoa lâu đời nhất thế giới: sự hồi sinh của cuộc sống” và được đặt tên là “hoa sen Oga”.

Nhà thực vật học Ichiro Oga sinh năm 1883 trong một gia đình nông dân ở khu vực ngày nay là Kawairi, Phường Kita, Thành phố OKama (trước đây là Oozawakawairi, Làng Niwanase). Từ khi còn nhỏ, ông đã yêu thích những bông hoa sen trồng ở đền thờ Thần. Ông tiếp tục học thực vật học tại Đại học Tokyo và sau đó học chuyên ngành tế bào học thực vật ở trường sau đại học. Ông tiếp tục nghiên cứu hoa sen suốt cuộc đời cho đến khi qua đời ở tuổi 64. Các cuốn sách của ông bao gồm “Nói về hoa sen” và “60 năm gắn bó với hoa sen”.

Hiện tại, những hạt giống và cây con này đã được cấy ở hơn 30 địa điểm trên khắp Nhật Bản, từ Kitami, Hokkaido ở phía bắc đến Okinawa ở phía nam, và con cháu của chúng nở hoa thành những bông sen Oga tuyệt đẹp, tô điểm cho khung cảnh mùa hè.

大賀一郎の教育・研究活動には、常に平和を意識した行動が伴い、「蓮は平和の象徴なり」という言葉を残しています。その言葉通り、やがて世界各国にも株分けされ、友好親善と平和のシンボルとして広まっていくでしょう。

大賀ハスを、これほど広く伝えることができたのは、ボランティア団体「大賀ハスのふるさと会」の努力があります。東京大学からハス見本園の管理を引き継ぎ、観蓮会（ハスを観る会）の開催やハス文化を受け継ぎ広めていく活動を行っています。

さらに、大賀一郎博士の出身地の岡山市北区庭瀬には「吉備大賀ハス保存会」があり、大賀ハスを育て保存し広げていくことを目的として活動をしています。庭瀬城址の周りの堀には、7月になると見事な大賀ハスが咲きます。

皆さんも、7月には美しい大賀ハスに会いに出かけてみてはどうですか？

Các hoạt động giáo dục và nghiên cứu của Ichiro Oga luôn đi kèm với những hành động tượng trưng cho hòa bình, và ông đã để lại câu nói: "Hoa sen là biểu tượng của sự hòa bình." Đúng như lời ông nói, loài cây này cuối cùng sẽ được phân phối đến các nước trên thế giới và nó sẽ trở thành biểu tượng của tình hữu nghị và hòa bình.

Nhờ sự nỗ lực của nhóm tình nguyện "Hiệp hội quê hương Hoa Sen Oga" mà chúng tôi mới có thể truyền bá rộng rãi về hoa sen Oga đến vậy. Chúng tôi đã tiếp quản quyền quản lý Vườn Triển lãm Hoa sen từ Đại học Tokyo, đồng thời đang tổ chức Kanren-kai (hội ngắm hoa sen) và nỗ lực kế thừa và truyền bá văn hóa hoa sen.

Hơn nữa, còn có một "Hiệp hội bảo tồn hoa sen Kibi Oga" ở Niwase Kita, thành phố OKama, nơi Tiến sĩ Ichiro Oga sinh ra và nhóm này làm việc để trồng trọt, bảo tồn và nhân giống hoa sen Oga. Vào tháng 7, hoa sen Oga xinh đẹp nở rộ trên con hào xung quanh Di tích Lâu đài Niwase.

Tại sao mọi người không ra ngoài và ngắm hoa sen Oga tuyệt đẹp vào tháng 7?

簡単料理： お鍋でご飯や炊き込みご飯を作ってみましょう

お鍋で簡単にご飯が炊けます。ちょっと食べたい時に便利です。

◆まず、一人分のご飯を炊いてみましょう。

米 一合(200ml) 水 220ml お鍋(フライパン)

① 米を洗い、220mlの水と一緒に
お鍋に入れます。

30分そのままにしておきます。

米が白くなります。

② 米を炊きます。強火で沸騰する
まで炊きます。1分くらいです。
沸騰したら、弱火にして5分から

7分くらい炊きます。その後強火にして 1分くらい炊き
ます。パチパチと小さな音がすると水がなくなったし
です。

③ 炊いた後、5分くらいそのままにして蒸らすと出来上がり
です。

◆次に、この炊き方を使って

炊き込みご飯を作ってみましょう。

米 一合(200ml) 水 200ml ツナ缶 80ml(水煮)

にんじん 20g(千切り)、しょう油 20ml

① 米を洗い、200mlの水と一緒に鍋に入れ、
30分そのままにしておき
ます。

② しょう油20mlを入れます。
ツナ缶(中身を全部)と千切
りのにんじんを米の上の
せませす。



Món ăn đơn giản: Hãy nấu cơm hoặc cơm trộn bằng nồi.

Bạn có thể dễ dàng nấu cơm trong nồi. Thuận tiện khi bạn muốn ăn một chút.

◇Đầu tiên, hãy thử nấu cơm cho một người.

Một chén gạo (200mL), 220mL nước, nồi (chảo rán)

① Vo sạch gạo và cho vào nồi cùng với 220mL nước.

Đề yên trong 30 phút. Gạo sẽ chuyển sang màu trắng.

② Nấu cơm. Nấu trên lửa cao cho đến khi sôi. Mát khoảng 1 phút. Sau khi sôi, giảm lửa xuống thấp và đun nhỏ lửa trong khoảng 5 đến 7 phút. Sau đó vặn lửa lớn và nấu trong khoảng 1 phút. Nếu bạn nghe thấy một âm thanh lách tách nhỏ, đó là dấu hiệu cho thấy nước đã hết.

③ Sau khi nấu, để hấp trong khoảng 5 phút là chín.

◇Tiếp theo, hãy làm cơm takikomi bằng phương pháp nấu này.

1 chén gạo (200 mL) 200 mL nước 80 mL cá ngừ đóng hộp (luộc) 20 g cà rốt (thái lát), 20 mL nước tương

① Vo sạch gạo và cho vào cho vào nồi với 200 mL nước, để trong 30 phút.

② Thêm 20ml nước tương, mở hộp cá ngừ (cho vào hết) và cà rốt thái nhỏ để lên trên gạo.

③ 強火で沸騰するまで炊きます。沸騰したら弱火(トロト小さい弱火)にして8分から10分炊きます。強火にして1分くらい炊き、水分をなくします。

④ 火を止めた後、タオルなどを上にかけて蒸らすと出来上がりです。

* 中に入れる材料は必ず米の上のせて炊きます。

* ツナとにんじんで作っていますが、この他にもいろいろな材料を入れて炊き込みご飯を楽しんでください。



岡山、内の目・外の目：あくらの記事を読んで

昨年さくねんの夏なつ、岡山おかやま市内しやうに住すむ中国ちゆうごく出身しゆうしんの知人ちじんが一時いちじき帰国きこくしました。その時とき、あくら第140号だいしちゆうじゅうごうの中国語ちゆうごくご訳版やくばんをもって帰かえってもらい、現地げんちの方かたの感想かんそうを聞きいてもらいました。少しすこ紹介しょうかいします。

Q.6 か国語の訳が日本語と対になった「あくら」はどうですか？

A. いいと思います。今は何でもネットで知ることができる時代です。中国でもこの形(紙データの情報紙)は減っていますからね。

Q. どの記事に興味がありましたか？

A. 私は「生活情報」の「自転車のルール」です。車社会の今、忘れがちになりますが、自転車という交通手段は便利です。中国でも多くの人利用しています。でも危険がひそんでいるという意識を持たないといけません。このようなちょっとした日常生活に役立つ内容を記事として取り上げていることがとてもいいと思います。

Q. 紙面全体のイメージはどうですか？

A. 岡山のこと、日本のことがよくわかります。これからも、もっとカジュアルにしてもらいたいです。活気にあふれる記事を面白く読みたいので。

Q. 例えば、どんなことでしょうか？

A. イラストや挿絵や写真を入れる、カラーのところを増やす、わかりやすい言葉を使う、読む人に無理にならない程度の内容にするといいことですね。

短い時間だったので、十分話を聞くことができなかったのですが、「あくら」の役割と課題を少し知ることができたように思いました。これからも、岡山に住む外国人の方が興味を持ち、役に立つ内容になるよう、幅広く取材をしていきたいと思ひます。そして、日本語の勉強に少しでも役立つようなやさしい言葉で執筆していきたいと思ひます。

これからも、感想などをお寄せください。

③ Nấu trên lửa lớn cho đến khi sôi. Sau khi sôi, giảm lửa xuống mức thấp (lửa thấp cho đến khi đặc sệt) và nấu trong 8 đến 10 phút. Tăng lửa lên cao và nấu trong khoảng 1 phút để loại bỏ nước.

④ Sau khi tắt lửa, đặt một chiếc khăn lên trên và để hấp, sẽ chín.

* Hãy nhớ đặt nguyên liệu lên trên cơm trước khi nấu.

* Cơm này được làm với cá ngừ và cà rốt, nhưng bạn cũng có thể thêm nhiều nguyên liệu khác để thưởng thức cơm.

Okayama, nhìn bên trong, nhìn bên ngoài: Đọc bài viết ký sự Akura

Mùa hè năm ngoái, một người quen xuất thân Trung Quốc sống ở thành phố Okayama đã tạm thời trở về nước. Lúc đó mang Akura số 140 bản dịch tiếng Trung về và hỏi cảm nhận của người dân địa phương. Chúng tôi sẽ giới thiệu một chút.

Q. Bạn nghĩ gì về "Akura", có bản dịch sang 6 ngôn ngữ có kèm với tiếng Nhật?

A. Tôi nghĩ tốt. Ngày nay, bạn có thể tìm hiểu bất cứ điều gì trên internet. Ngay ở Trung Quốc, số lượng báo thông tin dạng này (dữ liệu giấy) cũng ngày càng giảm.

Q. Bạn quan tâm đến bài viết nào?

A. Tôi đang đọc "Quy tắc đi xe đạp" trong phần "Thông tin về lối sống". Trong xã hội sử dụng ô tô ngày nay, người ta dễ quên rằng xe đạp là phương tiện di chuyển tiện lợi. Nó cũng được nhiều người ở Trung Quốc sử dụng. Nhưng chúng ta phải nhận thức được rằng có mối nguy hiểm đang rình rập. Tôi nghĩ thật tuyệt khi những bài viết như thế này đề cập đến những điều hữu ích trong cuộc sống hàng ngày.

Q. Bạn nghĩ gì về hình ảnh tổng thể của bài báo?

A. Tôi có thể hiểu rất nhiều về Okayama và Nhật Bản. Tôi muốn thấy nó trở nên giản dị hơn trong tương lai. Tôi muốn đọc những bài viết sinh động và thú vị.

Q. Ví dụ, nó sẽ là gì?

A. Bao gồm như là hình ảnh, hình ảnh minh họa, tăng số lượng phần màu sắc, sử dụng từ dễ hiểu và giữ nội dung ở mức độ không gây choáng ngợp cho người đọc.

Vì thời gian quá ngắn nên tôi không thể hỏi nhiều, nhưng tôi cảm thấy mình có thể tìm hiểu được một chút về vai trò và những thách thức của Akura. Tôi muốn tiếp tục đề cập đến nhiều chủ đề khác nhau để nội dung được quan tâm và hữu ích đối với người nước ngoài sống ở Okayama. Ngoài ra, tôi muốn viết bằng ngôn ngữ dễ hiểu sẽ hữu ích cho việc học tiếng Nhật.

Hãy tiếp tục gửi cho chúng tôi ấn tượng của các bạn.

今年の3月から岡山市で、「プラスチック資源」の分別回収が始まりました。

Bắt đầu từ tháng 3 năm nay, thành phố Okayama bắt đầu phân loại và thu gom tài nguyên nhựa.

なぜ分別回収？

市ではこれまでプラスチックを可燃ごみとして燃やすことでエネルギーに変換してきましたが、その過程で温室効果ガスである二酸化炭素が発生していました。二酸化炭素の環境への悪影響に配慮し、排出量を削減するため、また限られた資源を大切にするためには、

Tại sao phải phân loại và thu gom?

Cho đến nay, thành phố đã chuyển đổi nhựa thành năng lượng bằng cách đốt nó thành rác dễ cháy, nhưng trong quá trình đó, carbon dioxide, một loại khí hiệu ứng nhà kính, đã được tạo ra. Vì tính đến tác động tiêu cực của carbon dioxide đối với môi trường, giảm lượng khí thải và bảo tồn các nguồn tài nguyên hạn chế,

- ①ごみとして捨てられるプラスチックの量を減らす
- ②捨てるとき、正しく分別して資源として再利用することが大切です。このため分別回収に取り組み、脱炭素社会を目指します。

- ① Giảm lượng nhựa vứt đi dưới dạng rác
- ② Điều quan trọng là khi vứt đi, hãy phân loại đúng cách để có thể tái sử dụng xem như là tài nguyên. Vì vậy, chúng ta sẽ nỗ lực hướng tới mục tiêu này và hướng tới một xã hội không còn carbon.

どんな物が回収できる？

プラマークのついた食品トレイや卵の容器、洗剤などのボトル、その他バケツ、カップ、ハンガーなどのプラスチック製品、発泡スチロール製品が対象となります。(図を参照)

Có thể thu gom những loại nào?

Chúng ta đối chiếu những sản phẩm nhựa, sản phẩm nhựa xốp như là các khay hộp đựng thức ăn có ký hiệu, chai đựng chất tẩy rửa và các sản phẩm nhựa khác như xô, cốc, móc áo, hộp đựng trứng, ...v.v...

ただし、汚れている物、発火、ケガの原因になる物(電池、ライター、カミソリ等)は回収できません。

Những đồ vật dính bẩn hoặc có thể gây cháy và gây thương tích (pin, bật lửa, dao cạo râu, v.v.) không thể thu gom.

また、ペットボトル本体はこれまで通り、資源化物の日に回収します。

Ngoài ra, chai nhựa vẫn sẽ được thu gom vào Ngày Tái chế.

図：回収できるもの(左)と回収できないもの(右)
Hình: (trái) rác có thể thu gom và (phải) rác không thể thu gom



令和6年
3月から

プラスチック資源(プラ資源) の出し方

いつ、どこで回収?

1週間に1回、可燃ごみ、不燃ごみと同じ収集ステーションで収集します。回収の曜日は地域によって違います。

どうやって出すの?

- ① 分別する。ラベルはとらなくてよい。
- ② 汚れをとる。
- ③ 透明または半透明の袋に入れる(有料指定袋ではない)
- ④ 可燃ごみ、不燃ごみと同じ収集ステーションに出す。

以上です。さあ、今日からあなたもプラスチックを資源に変えていきましょう。

ごみ分別アプリをご利用ください↓

Vui lòng sử dụng ứng dụng phân loại rác



iphone 端末



Android 端末

あくらボランティア編集委員

岸本晴美、片山敬子、森英志、
下山俊子、姜波、坂田昭江、
ザヒド・マハムド
英語、中国語、韓国語、スペイン語、
ポルトガル語、ベトナム語の6か国語
で年4回発行しています。



Ủy viên biên tập tình nguyện Akura

Harumi Kishimoto, Keiko Katayama, Hideshi Mori,
Toshiko Shimoyama, Kyouha, Sakata Akie,
Morioka Atsushi, Zaheed Mahmood

Hiện tại đang phát hành với 6 thứ tiếng: tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt.

Facebook 開設

岡山市国際交流協議会の公式Facebookでは、当協議会のニュースやイベント情報等を多言語で発信しています。二次元コードにアクセスし、ぜひご覧ください。



<https://www.facebook.com/Kokusaika.OkayamaCity/>

Thành lập trang facebook

Chúng tôi thành lập trang facebook công khai của Hiệp Hội Giao Lưu Quốc Tế thành phố Okayama, và phổ biến thông tin, sự kiện của Hiệp Hội bằng nhiều ngôn ngữ. Xin hãy truy cập mã QR để xem.

<https://www.facebook.com/Kokusaika.OkayamaCity/>

連絡先

友好交流サロン(西川アイプラザ4階):

〒700-0903 岡山市北区幸町10-16

TEL:086-234-5882

岡山市役所国際課:

〒700-8544 岡山市北区大供1-1-1

TEL:086-803-1112

<https://www.city.okayama.jp/0000012949.html>

Địa chỉ liên lạc

Phòng giao lưu hữu nghị (tầng 4 Nishigawa Ai Plaza):
10-16 Saiwai-cho, Kita-ku, Okayama City, Zip 700-0903
Tel: 086-234-5882

Phòng quốc tế cơ quan hành chính thành phố Okayama:
1-1-1 Daiku, Kita-ku, Okayama City, Zip 700-8544
Tel: 086-803-1112

<https://www.city.okayama.jp/0000012949.html>