

# かけはし

## Kakehashi 2023

4月号  
Spring



### 高校留学説明会

当協会では、(公財)AFS 日本協会の留学プログラムで留学する高校生に奨学金を支給しています。留学プログラムや奨学金について、説明会を開催します。参加ご希望の方は、下記の問い合わせ先まで、お申込みください。

▼日時：4月22日(土) 午後1時30分～3時30分

▼場所：クロスパルにいがた 4階 403 講座室

<申込み・問い合わせ先>

①当協会または

②AFS 日本協会へ

新潟支部

Email:

info-niigata@afs.or.jp

3/1情報公開  
資料ダウンロード

留学説明会  
毎月開催中



データ版はコードをクリック  
紙版はスマホで読み込もう！



マスクの着用は「個人の判断」が基本となります。イベントに参加される方は、引き続き、手指の消毒等にご協力くださいますようお願いいたします。

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です

※ 厚生労働省チラシより



高齢者



慢性肝臓病  
がん  
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

### 外国語ブログ閉鎖のお知らせ

フェイスブックなど新しいコンテンツが増えましたので、英語、中国語、韓国語のブログは2023年3月をもって閉鎖いたしました。

長い間、ご愛読いただきありがとうございました。

### さようなら

眞島 幸平

当協会に勤めてから4年の間、大変お世話になりました。

世界的なコロナ禍の影響を受け、三密対策やオンラインの活用など様々な工夫をしながら、事業を進めてきました。この間、広報紙の塗り絵も担当し、毎月の原稿締切に追われつつ、休日に市内各地を巡ってきました。スケッチにより、改めて新潟市の魅力を発見できました。先日、その塗り絵を米国に持ち帰るといふ人が訪ねてきて、とてもうれしかったです。また「浴衣でまち歩き」等をはじめ、様々な機会での多くの方々と交流し、楽しい思い出をいっぱいいただきました。

世界を取り巻く環境は常に変化し、時には難しい状況に直面する場合がありますが、市民レベルでの草の根交流等を通して、多文化共生のまちづくりが進み、そして笑顔あふれる平和な未来につながると信じています。

これからは、私がこれまで続けてきた語学や趣味の時間を楽しむ一方、一市民として何らかの形で国際交流に関わっていかれたらと思っていますので、よろしくお願いいたします。

ありがとうございました！



### はじめまして

4月1日より、公益財団法人新潟市国際交流協会の事務局長として勤務することとなりました池田比呂哉(いけだひろや)と申します。どうぞよろしくお申し上げます。

入庁以来長年にわたり新潟市役所職員として勤務してまいりましたが、3月31日をもって退職いたしました。在職中は長い時間を国際課に在籍し、国際交流協会の事業をはじめ国際関係業務に携わってまいりました。直近では、2017年より新潟市北京事務所(中国北京)へ赴任し、中国各地で新潟市のプロモーション業務を担当させていただき、ちょうど昨年末に帰任したばかりです。

新潟市国際交流協会の事業を離れてから、かなりのブランクがありますので、当時とはすっかり様変わりしていることと存じますが、皆様のご指導を賜りながら市民レベルの国際交流、国際理解、そして多文化共生に取り組んでまいりたいと思いますので、どうぞよろしくお申し上げます。

新潟市国際交流協会  
事務局長 池田比呂哉



## 世界のレシピ

## ～ フィリピン ～

料理名: ピナクベット

フィリピン・マニラ出身の  
石井 圭さんのレシピです【PINAKBET  
ピナクベット】

レシピ (4人分)

【材料】 豚バラブロック・・・250g／にんにく・・・  
1/2片／トマト・・・2個／玉ねぎ・・・1個／ナ  
ス・・・1本／ゴーヤ・・・1本／いんげん・・・10本くら  
い／かぼちゃ・・・1/4個／オクラ・・・8本くら  
い／バゴーンアラマン(または、アンチョビのみじん  
切り)・・・少々／水・・・2カップ／塩・・・少々



※ かぼちゃは、あらかじめ切り易いかたさに  
レンジで加熱しておく

## 【作り方】

- ① にんにく・玉ねぎ→みじん切り、かぼちゃ・ト  
マト→角切り、ナス・ゴーヤ→2センチ厚さの  
輪切り、オクラ→斜め切り、いんげん→半分  
切り、豚バラ肉1センチ角に切り、塩コショウ  
をまぶす。
- ② フライパンに水を1カップ入れ、中火で沸か  
す。豚バラ肉を加えて、水が無くなった豚の  
油で、そのまま肉を炒める。こんがり黄金色  
になったら、にんにくと玉ねぎを入れ10秒  
ほど炒めたら、トマトを入れてさらに10秒ほ  
ど炒める。
- ③ 炒めたところにバゴーンアラマン(またはアン  
チョビのみじん切り)を加える。
- ④ 水を1カップ入れ沸騰したら、切った野菜を  
入れる。
- ⑤ ナス、オクラ、いんげん、ゴーヤの順に入れ、  
蓋をして5分ほど煮込んだら、かぼちゃを加  
えて、さらに5分煮込む。鍋底が焦げ付か  
ないよう、水分が少なくなるまで、時々かき混  
ぜる。
- ⑥ かぼちゃと野菜が柔らかくなったら器に盛り  
つけ完成。

## 4月より創刊 ペトナム語情報紙

情報紙タイトル:

Nhịp cầu kết nối

ニツプ 加 ケット イ

編集者より  
ひとこと

皆さん、こんにちは。ベトナム出身のフォンで  
す。(ニックネーム:カゼちゃん)

私は事業創造大学院大学の学院生で、202  
1年12月に新潟市に来ました。日本に住むのは  
新潟市が初めてです。食べ物がおいしいし、景  
色がきれいで、人が親切な新潟がとても好き  
で、私の第二のふるさとです。今後とも新潟をは  
じめ、日本とベトナムとの架け橋として微力なが  
ら頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたし  
ます。

ようもうしこ  
要申込みいんたーなしょなるくつきんぐ  
インターナショナルクッキング

- ①日時:4月22日(土)・23日(日)・24日(月)各回:  
午前11時から午後2時 ②場所:うえのくつきんぐきょうしつ  
(秋葉区荻島3-4-16) ③メニュー:鶏肉のクリーム  
煮ハンガリー風、ターメリックライス、ピクルス、  
アスパラガスのポタージュスープ、季節のデザート  
④費用:外国籍・学生¥1,800/回 一般¥3,800/回  
⑤申込み&問い合わせ・・・3日前までに上野さんへ  
Tel&Fax:0250-24-6859

ホストファミリー ボランティアスタッフ  
募集説明会

無料・要申込み

主催:AFS 日本協会新潟支部

- ①日時:6月10日(土)19:30~20:30、10月14日  
(土)10:00~11:00 ②場所:Zoom ミーティング ③  
内容:ホストファミリー、ボランティアスタッフになる  
ための説明会④申込み・・・QRコードを読み取って  
申込み。都合が合わない場合は、個別に他日程を  
調整できますのでその旨ご記入  
ください。⑤問い合わせ・・・同協会  
新潟支部 Email: info-niigata@afs.or.jp





