

そよ風

2026年
10～12月号
No.150

横浜市港北国際交流ラウンジ

KOHOKU INTERNATIONAL LOUNGE

にほん ぶどうたいけん
日本の武道体験

けんどう たの
剣道を楽しもう！

こうりゅうきかく
交流企画イベント

6月14日、交流企画部主催のイベント「剣道を楽しもう！」を開催しました。



剣道のご指導をしてくださったのは「師岡剣友会」の皆さんです。普段は地域で剣道指導の活動をしています。剣道着に身を包み素足で姿勢よく佇む講師の姿に参加者はちょっぴり緊張気味。ところが、お話が始めると柔和な表情と流ちょうな英語での説明もあり、当日は参加者の半数近くを占めた10か国以上の外国の方々も緊張を解いて、目を輝かせて聞いていました。

- 1 道着や竹刀、刀や木刀の説明
- 2 演武 木刀による実技の披露
- 3 竹刀による打ち込みなどの実技の披露
- 4 参加者が竹刀を持って打ち込み体験
- 5 剣道着を着て記念撮影

1では、一口に「カタナ」といっても練習用など種類があることや、部位の説明を受けました。剣道の試合では、竹刀のどの部分で打ち込まれたかで判定が違ふ（有効/無効）という説明もありました。

2では木刀の脇差を使って、打ち込まれた時の受け方などを披露していただき、迫力満点でした！

3ではこのあと参加者にも体験してもらい、竹刀を持って打ち込む方法を丁寧に教えてもらいました。竹刀の持ち方、踏み込み方、足の運びなど。

また、有段者ならではの華麗な連続技も驚きでした。面に来たところを竹刀で受け流して相手の胴に打ち込む「返し胴」。打ち込まれたところを小手でくくりと返して相手の面に打ち込む「小手返し面」。素早すぎて目で追えないほどでしたが、礼で終演すると大拍手でした！

4は待ちに待った打ち込み（打突）体験です。先ほどのお話を聞いていただけで期待が膨らんだ参加者の順番待ちの長い列ができました！

「面！」「小手！」「胴ォ～！」と勇ましい掛け声が会場内に響き渡りました。女性も子どもたちも、外国人の参加者の全員が参加しました。もちろん日本人も。

5しめくりはお楽しみの「剣道着の試着体験」です。こちらでも長蛇の列ができました。女性は別室で女性講師が着替えを手伝いました。外国の方は大きい方もいてちょっと窮屈そうでしたが、大いに楽しんでいました。剣友会の講師も大人気で、一緒に写真を撮ってくださいとのリクエストがあちこちでありました。学習者同士、ご夫婦、ご家族など皆さん様々に楽しんでもらえたようです。

こんなに楽しいきっかけで日本古来の武道に親しんでもらえた方がたくさんいて、とても充実したイベントでした。このあと剣道を始めた方が数名いたそうです。



私 のボランティア活動 (No.33)

日本語教室 金曜日クラス 島 みゆき さん



島さん(手前右)と学習者のみなさん

私が日本語ボランティアを始めたきっかけは、夫の海外駐在に帯同した経験です。ドイツでは、息子たちが騒いで近所の方から苦情を受けた際、ドイツ語の先生と一緒に謝りに行ってくださいました。イギリスでは、出産の際、英語の先生から貴重な育児情報をいただき、中国では、娘がパスポートを紛失した際、中国語の先生が再発行の手続きを手伝ってくださいました。

このように、海外生活ではトラブルや不安に直面することもありましたが、その度に周囲の方々に支えられました。その経験から、「今度は私が日本で暮らす外国の方のお手伝いをしたい」と思い、日本語ボランティアに応募した次第です。

ところが、活動を始めようとした矢先、COVID-19の感染拡大により教室での活動が制限され、不安な日々が続きました。そのような時、代表が新人のためにズームミーティングを開き、対話の場を設けてくださったお陰で、その気持ちが払拭され前向きな姿勢を維持できました。また、先輩方は色々な状況の中で学習を希望する方たちのためにオンライン学習も続けていました。私も皆さんに教えていただいたり、YOKEの講習会に参加したりして、その方法を学び、今は元学習者さんと個人的に週に一度オンライン学習をしています。

現在、中国、台湾、フランス出身の学習者さんたちと『いろどり』を使って勉強しています。皆さんはとても勉強熱心でフレンドリー、その上仲良しです。先日、学習者さんが創設者でインストラクターもされている護身術の道場に皆で行き、レッスンを受けました。上の写真はその時のものです。

一方で、学習者さんの質問に上手く答えられず、「調べて来週お答えします」とお伝えした日は、寝つきが悪くなることもあります。それでも、皆さんと勉強す

る時間は私自身が多くのことを学べる笑い声に溢れたかけがえのない時間です。

余談ですが、夫も私の影響を受けたようで日本語ボランティアを始めました。

夏休み！ ミラクルマジックショー

8月9日(日)、暑い中外国人9名を含む大勢の方が参加して下さった「ミラクルマジックショー」。満員御礼でした。子どもの参加は約30名ほどでしたが、マジシャンの目の前に座り、食い入るように見て、歓声を上げていました。

ミラクルなマジックを披露してくれたのは、帝国ホテルやマジックバーなど様々な場所で活躍されている「KAI」さんです。

子供達の目の前で、テーブルが浮遊したり、リングがくっついたり離れたり、コインがどんどん出てきたり、ペットボトルの中にカードが入っちゃったり！間近で楽しめるマジックをたくさん披露してくれました。

その他、Wi-Fiを使ったマジックまで登場しました！なんと参加者の男の子がこっそり書いた好きな食べ物、会場全員のスマホのWi-Fiに現れてみんなビックリ！始終、驚きと歓声が途絶えない目を見張るような舞台でした！

マジックも、音楽などと同じように、言葉や年齢などに関係なく楽しめるショーですね。

もしかすると、参加した子供達の中から、世界で活躍するマジシャンが登場するかもしれませんね。

楽しいショーを披露してくれたKAIさん、暑い中参加してくれた皆さんありがとうございました。

(交流企画部)



にほんごがくしゅうしゃしょうかい

日本語学習者紹介(No.45)

ロレイン アルバラドさん

パナマ出身



Q.来日はいつ、どうして来ましたか？

A.2年前、日本人の夫と暮らすために来て今年の1月に結婚しました。

Q.旦那さんとはどちらで知り合いましたか？

A.彼が7年前南米旅行で、パナマに来た時に知り合いました。リュックサックを担いでラフなスタイルで旅していました。彼は日本からではなく、スコットランドから来ていました。

Q.どうしてスコットランドから？

A.彼は3歳の時から、両親とスコットランドに住んでいましたが、4年前に親が日本に帰国することになり、一緒に帰ってきたそうです。

彼とは、出会いからずっと交際は続いていて、ほぼお互いに6か月毎くらいに会っていました。2023年には私が旅行で、初めて日本に来ました。

Q.今は専業主婦ですか？

A.そうですが、仕事を見つけないと思っています。日本語がネックでまだ決まりません。

前回N3を受験しましたが、あと10点足りませんでした(笑)

Q.日本の印象は、まだ不便を感じることは？

A.とてもきれいで、安全なものには驚きました。困ることは自分はまだ日本語がわからないので人とうまく話せないことです。パナマでは日常知らない人同士でも、困った人には声をかけ助け合います。パナマでは何でも大雑把で、期日に間に合わなくても、上司は「明日があるさ」と言ってくれます。その点日本はルールが厳しく、住みづらさを感じることがあります。もっと気軽に声をかけてほしいです。ただラウンジの先生はとても親切で

来るのが楽しみです(笑)

Q.パナマではどんなお仕事を？

A.説明が難しいですが電信電話会社で、フィナンシャルアドバイザーの仕事をしていました。いかに効率的に能率的に業務を遂行するのかデータを作り会社にアドバイスする仕事です。日本で、その経験が生かせるような仕事があればいいのですが、まずは日本語を習得したいです。

Q.日本の食べ物には慣れましたか？

A.寿司、ラーメン、カレー、刺身など日本食はほとんど何でも美味しいですが、ねばねばの納豆と梅干は苦手です。

Q.旅行には行きましたか？

A.京都、大阪、福岡、広島に行きましたが、京都が一番好きで、中でも金閣寺、清水寺が印象に残っています。

Q.故郷の恋しい食べ物は？

A.鶏肉と野菜のスープ「サンコーチョ」と揚げた青い(調理用)バナナ「パタコン」です。

Q.最後にお勧めの観光地を教えてください。

A.世界的に有名なパナマ運河、白浜と海の景色がきれいなサンブラス島、それと山の自然が素晴らしく、ゲイシャというコーヒーが栽培されているBOQUETEです。



パナマ運河



サンブラス島



ボケテ



ベトナムを知ろう

7/28(火)、ハローワールド小学生の国際理解教室では港北ラウンジのベトナム語スタッフがベトナムのお話をしてくれました。ベトナムの基本情報や30年前のベトナムのお話の後、ボールと棒を使ったゲーム「チュエン」と「バンブーダンス」を楽しみ、盛り上がりました♪



これを機に世界に目を向け関心を持ってくれたら嬉しいです。



ミャンマーの料理を知ろう

7月12日(日)、国際理解教室ハローワールド「ミャンマーの料理を知ろう」を開催しました。講師は、ミャンマー・ヤンゴン出身で港北ラウンジの日本語学習者である飛田さんです。

ミャンマーで日常的に親しまれている料理についてお話しいたき、発酵茶葉を使ったサラダ「ラペットウ」と、生姜を使ったサラダ「ジントツ」を参加者の目の前で調理し、試食していただきました。



発酵茶葉やミックスフライドナッツなどのミャンマー食材に、きな粉、ナンプラー、レモン汁、キャベツ、トマトなどを加えて和えるだけの手軽な料理です。

そのまま食べても、ご飯に混ぜて食べてもおいしく、参加者からは「家でも作ってみたい」という声が聞かれました。

料理の紹介だけでなく、135の民族が暮らす多民族国家であるミャンマーの民族や民族衣装についてもお話しいたき、参加者は食文化とともにミャンマーの文化への理解を深める貴重な機会となりました。



ワクワクまつり

10月11日(日) 10:00~14:00



学習者の日本語スピーチ、ミニ外国語体験、世界の朝食の話、特技披露、世界のファッションショー、甲冑試着体験、外国人スタッフによるワークショップ、1階玄関前ではおいしいお店も楽しめます。

でんとうぶん かたいけんきょうしつ 伝統文化体験教室

かどう 華道

9月17日(木)
1pm~3pm

参加費 fee

外国人 Non-Japanese 500yen
日本人 Japanese 800yen



しょうどう 書道

10月8日(木)
1pm~3pm

参加費 fee

外国人 Non-Japanese 200yen
日本人 Japanese 300yen



さどう 茶道

11月12日(木)
1pm~3pm

参加費 fee

外国人 Non-Japanese 300yen
日本人 Japanese 500yen



Please make a reservation at the lounge reception.
Reservation can be made up one month in advance.

横浜市港北国際交流ラウンジ

KOHOKU INTERNATIONAL LOUNGE

〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町316-1

Tel 045-430-5670 Fax 045-430-5671

E-mail kohokulounge@yokohama.nifty.jp

ホームページ <https://kohokulounge.com/>



Website



Facebook



Instagram