

韓国の中秋節、黄金の連休で彩る秋夕

文化・交流課 **朴 賢 辰**

こんにちは。杉並区の交流自治体、韓国・ソウル特別市瑞草区から来ている朴賢辰です。7月から杉並区役所で勤務を始め、約6か月間過ごす予定です。日本に来てからもう3か月が経ち、季節はすっかり秋めいてきました。今回は、私のふるさと韓国の秋を代表する行事「秋夕」をご紹介します。

秋夕は、秋の深まりを告げる韓国の大切な祝日で、旧暦8月15日に行われます。日本の十五夜（お月見）のように満月を楽しみますが、「収穫への感謝」と「家族との再会」が一度にかなう、年に一度の特別な日です。

今年の秋夕はとりわけ特別です。10月3日（金）の開天節から9日（木）のハングルの日まで祝日が続き、7連休。さらに10日（金）に休暇を取れば、なんと10日間の“黄金の連休”になります。

この時期になると、韓国では「民族大移動」と呼ばれる大規模な帰省ラッシュが始まります。両親や親戚に会うため、鉄道や高速道路は人でいっぱい。最近では自宅でのんびり過ごしたり、旅行に出かける人も増えていて、多くの人が今年の秋夕を心待ちにしています。

秋夕の楽しみといえば、やはり食べ物です。代表的なのはソンピョン（松餅）。半月形のお餅にゴマや豆、栗、小豆などを詰めて蒸し上げます。家族みんなで一緒に作る光景は秋夕ならではの風物詩です。「きれいなソンピョ

ンを作ると美しい娘が生まれる」という、かわいらしい言い伝えもあります。そのほか、ジョン（韓国風チヂミ）、カルビチム（牛カルビの煮込み）、ナムル（和え野菜）など、彩り豊かな料理が食卓を飾ります。

そして、秋夕を特別なものに行っているのは食卓だけではなく、満月に願いを込める気持ちも同じです。「家族が元気で過ごせますように」「平穏な日々が続きますように」——そんな温かな願いを月をお願いします。今年の秋は、日本でもひときわ明るい月が見られるかもしれません。杉並の夜空を見上げながら、韓国でも同じ月を見ている人たちの思い浮かべてみてください。離れていても、月明かりの下では心がつながっているのです。



秋夕の代表的な食べ物「中央：ソンピョン（松餅）、右上から時計回りにカルビチム、ジョン、ナムル、チャプチェ」

＊インタビュー＊

外国語サポートデスク相談員 タンズカル シヴァさん

外国語サポートデスクは、外国人居住者等の区役所での手続きの通訳や日常生活でわからないこと、困っていることの相談窓口です。杉並区役所区政相談課にて曜日時間別に英語、中国語、ネパール語、予約制で韓国語、ベトナム語、フランス語の会話のできる相談員が相談をお受けしています。今回は、ネパール語担当の一員でネパール カトマンズ出身のタンズカル シヴァさんにお話をうかがいました。



❖ご自身についてお聞かせください

ふだんは主に外国人を対象にした航空券販売やシェアハウス紹介などの旅行業、また通訳・翻訳業務をしています。

9月には、これまでの経験を活かした旅行業に加え、留学生をはじめとする就労先を探している人と、人手不足に悩む企業とのマッチングをする人材紹介の会社を新たに杉並区に設立しました。

ネパールにいる頃から日本語を学習しはじめ、来日後、日本語学校で2年、大学でグラフィックデザインの勉強をしながら、さらに日本語学習を深めました。

❖外国語サポートデスクについて

仕事での活動についても同様ですが、国が違っても文化も異なり、知らない、わからないために困っている人たちがたくさんいると感じています。これまでの自身の経験に基づいてネパール人の手助けをしたい、また2007

年から住んでいる杉並区のためにできることをしたいとの思いで、2023年4月から相談員を引き受けました。

今回ご紹介したネパール語担当のシヴァさんは、ネパール語・日本語だけでなく、ヒンディー語・英語と語学が堪能です。仕事での活動だけでなく、コロナ禍をきっかけに、TikTokでネパール人向けに日本のルールや情報を発信、就労のためのノウハウを無償で提供されています。そして、杉並区多文化共生推進懇談会委員の活動をはじめ、ネパールと日本をつなぐ架け橋として多岐にわたり活躍されています。

外国語サポートデスク

ボランティア通訳が区役所での手続きをサポートします。英語・中国語・ネパール語などで対応しています。



Event Information from SACE

交流イベント情報

QRコードから
ご覧下さい。



杉並区人口 日本人 558,003 人・外国人 24,338 人・合計 582,341 人（8月1日現在）

杉並区交流自治体 ・ウィロビー市（オーストラリア連邦ニューサウスウェールズ州）・瑞草区（大韓民国ソウル特別市）・台北市（台湾）
・名寄市（北海道）・南相馬市（福島県）・北塩原村（福島県）・東吾妻町（群馬県）・武蔵野市（東京都）
・青梅市（東京都）・小笠原村（東京都）・小千谷市（新潟県）・忍野村（山梨県）・南伊豆町（静岡県）



すぎなみ交流ニュース

Suginami Cultural Exchange News

第78号

2025年10月



스기나미 교류 소식
杉並的交流消息

発行：一般財団法人 杉並区交流協会

[Suginami Association for Cultural Exchange (SACE)]

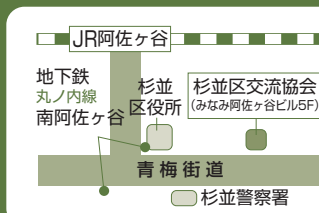
〒166-0004 東京都杉並区阿佐谷南1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル5階

[Minami-Asagaya Bldg. 5F 1-14-2 Asagaya-Minami, Suginami-ku, Tokyo 166-0004 Japan]

TEL.03-5378-8833 FAX.03-5378-8844 E-mail: info@suginami-kouryu.org

<https://suginami-kouryu.org/>

◆年4回発行◆ 協会情報誌は区内施設窓口、区内の駅広報スタンドなどに置いてあります。



目次

子ども日本語教室
とうもろこし
収穫体験 ほか 2
杉並消防署訪問
外国人のための
防災体験 ほか 3
韓国の行事紹介
「中秋節、黄金
の連休で彩る
秋夕」ほか 4

まるごと台湾フェア～文化を楽しむ～ **すぎなみフェスタ**

今年は「すぎなみフェスタ」と合同で開催し、大人気の台湾グルメに加えて、台湾茶や花文字のワークショップなど、台湾の文化を紹介します

【日 時】 2025年 11月8日（土）10:00～15:30・9日（日）10:00～15:00

【会 場】 桃井原っぱ公園（杉並区桃井3丁目8番1号）※車でのご来場はご遠慮ください。

【内 容】

<ワークショップ>

●台湾茶飲みくらべ

各日1回目 10:00～11:00・2回目 13:00～14:00（計4回）

講師：林太一さん

定員：各10名程度 費用：1人700円

対象：小学生以上（小学生は保護者同伴で）

●花文字

各日1回目 10:00～11:30・2回目 13:00～14:30（計4回）

講師：陽子さん

定員：各10名 費用：1人1,200円 対象：小学3年生以上

ワークショップは事前予約制。（応募多数の場合は抽選）

申し込みは10月15日から10月28日まで杉並区交流協会ホーム

ページで受付。

<台湾グルメ・特産品の販売>

<夜市遊び(有料)>

<その他>

●観光案内、台湾式マッサージ(有料)、スタンプラリー

※内容は変更になる場合があります。



花文字

【共 催】 杉並区

【後 援】 台北駐日経済文化代表処／台湾文化センター／台湾観光庁・台湾観光協会

【協 力】 一般社団法人 台湾世界遺産登録応援会

【問合せ】 一般財団法人 杉並区交流協会 Tel: 03-5378-8833（平日8:30～17:15）

すぎなみ 日本語教室「はじめてのにほんご！」

Suginami Japanese class for beginners

日本語が話せない人・日本語を勉強したことがない人のための日本語教室です。日本語でかんたんな会話ができるように、一緒に楽しく学びましょう。

Japanese class for people who cannot speak and who didn't have a chance to study Japanese.

Let's enjoy learning Japanese together and have simple conversations in Japanese.

【日 時】 2025年11月5日～2026年2月25日
毎週月曜日・水曜日 13:30～15:00（90分）

【回 数】 24回

【対 象】 杉並区に住んでいる人、働いている人

16歳以上の人（短期滞在を除く）

【定 員】 8名程度（先着順）

【受講料】 1,000円

【申込み】 インターネットまたは窓口へ

①QRコードから申込み ②杉並区交流協会の窓口へ

10月24日（金）まで。定員になったら締め切ります。

6ヶ国語で
チラシを見る
ことができます。



日本語教室（各言語）

▶日本語
▶English
▶한국어
▶中文
▶नेपाली
▶Tiếng Việt

子ども日本語教室 忍野村 とうもろこし収穫体験

7月30日(水)、子ども日本語教室に通う小学1年生から中学3年生28名、それにボランティア、スタッフの合計47名が貸し切りバスに乗り、山梨県忍野村へとうもろこしの収穫に行ってきました。

皆、外国につながりを持つ子どもたちで、別々の区立小・中学校に通っているけれど、同じ日本語教室に通っているの、とても仲良し。今回で3回目の参加という子ども達もいます。バスの中では、ボランティアが出す“なぞなぞ”にも元気に答え、母国の料理(餃子のような物など)を配ってくれたり、大好きな国の曲をスマートフォンから流して歌ったりととても賑やかでした。

忍野村に到着すると、いざ長靴に履き替えてとうもろこし畑へ。収穫方法の説明を受けた後、汗をかきながら1人5本のとうもろこしを収穫しました。バスへ戻る時に、とうもろ



初めてのとうもろこしの収穫

こしを入れた袋が破れる子もいるほど、東京で売っているのより随分大きなとうもろこしがお土産になりました。

その後は忍野村立さかな公園へ移動し、おにぎりの昼



さかな公園で記念撮影

後日子ども達が、お世話になった農家の方へお手紙を書きました。

- ★「みなさん ありがとう おいしいとうもろこし ごちそうさまでした」
- ★「とうもろこし とてもおいしかったです。食べた時はとうもろこしのつぶの中に水のりょうがいっぱいあって、あまかったです。」
- ★「とうもろこしを収穫するしゅん間が一番楽しいと思う農家の仕事を(やらせてくれて)ありがとうございました。」

子ども日本語教室情報

子ども日本語教室は、区立小・中学校に通う、外国につながりを持つ子どものための教室です。随時入室の申込みを受け付けていますので、小・中学校の先生に申し込んでください。

食と水遊び。とうもろこし畑で捕まえたカエルのこどもを放して遊ぶ子もいれば、中学生は冷たい水に足を入れ楽しそうにダンスの動画を撮っていました。本当にひんやりと冷たい池で、暑さが吹き飛びました。



ダイナミックな水遊び!

最後に、森の学習館に移動しました。展示してある動物のはく製を興味津々に見学している子も複数いました。見学をした後は、木の実を使っての工作体験。立体的な作品を作る子もいれば、フォトフレームのような素敵な作品を作る子も。思い思いに工作をしました。夏休みの楽しい旅行になりました。(広報 T I)



森の学習館で説明を聞く子ども達



木の実や葉を使って自由に工作

杉並消防署訪問 外国人のための防災体験

エベレストインターナショナルの小学6年生28名と引率の先生2名が、6月19日(木)に杉並消防署を訪問しました。全体での挨拶後、もし、火災や事故などが起きたらとの想定で、消火器の取扱い、起震車、119通報を、3グループに分かれてローテーションで体験しました。間近で消防車を見ることが初めてという生徒も多く、講義や声かけをしてくださる時は優しい消防隊員が、訓練では迅速に迫力ある姿で行動する様子に皆圧倒されていました。皆、防災講話も熱心に聞き、真剣に訓練に取り組みました。貴重な体験を通して、防災の重要性を学びました。



多文化共生ワークショップ ベトナム編

開催日: 7月26日(土) 会場: 阿佐谷地域区民センター料理室

杉並区在住外国人数は2万4000人を超えて過去最高、10年前の2倍になりました。将来、日本の人口の10人に1人が外国人になるという試算もあります。外国籍の区民も日本国籍の区民も、共に地域で生きていく仲間として共生する社会が求められています。

そうした多文化共生の取り組みのひとつとして、ベトナムの文化の紹介とベトナム料理を作り味わうワークショップが行われました。参加者は区民15名、ベトナム人留学生3名、それにスタッフ。

区民生活部文化・交流課多文化共生推進担当から、多文化共生への杉並区の取り組みについての説明があった後、留学生のアインさんが、ベトナムの歴史や文化を多面的に紹介してくれました。ベトナム語は年齢の上下によって相手への敬称が変わるので、ベトナムでは初対面のとき相手の年齢を尋ねることがよくあるから、日本に比べて個人情報オープンだとか、細長いベトナムの国土の半分は山側なので川の魚もよく食べるが、川魚は泥臭いのでそれを消すために香辛料をよく使うのだとか、興味深い話がたくさんありました。ちなみに、アインさんは日本の少女漫画『ガラスの仮面』を読んで、日本に行きたくなったそうです。

料理は2品作りました。《海老と豚肉の生春巻き》《海老と豚肉の混ぜビーフン》です。アインさんの模範調理を

みんなで見てから、4つのグループに分かれました。生春巻きを包むラップがくっついてしまったり、柔らかくなりすぎたりして、きれいに巻くのは難しかったけれど、想像以上に美味しい料理が出来上がりました。そして、グループごとに留学生といっしょに食べながら、日本での生活の苦労などを聞いたりして、楽しく交流しました。(広報 S)



講師: ド ゴック ズン アインさん

