

あくら

冬青树

2026年1月 第150号 編集局:岡山市国際交流協議会

2026年1月 第150期
编辑部 岡山市国际交流协议会

特集:野菜の花と花言葉

日本の正月に、多くの家庭で作られる料理に「煮しめ」があります。野菜、こんにゃく、昆布、油揚げなどを甘辛く煮たものです。長持ちするように、煮汁が残らないように時間をかけてじっくり煮詰めるので煮しめといいます。使われている野菜は、にんじん、ごぼう、れんこん、じやがいも、絹さやえんどう、こんにゃくなど

です。みなさんは、これらの花を見たことがありますか。

夏野菜のキュウリ、トマト、ゴーヤなどの花は、家庭菜園でもよく見かけ、黄色い小さな花を咲かせます。オクラも、ハイビスカスによく似た美しい花を咲かせます。開花から収穫までが短く気軽に栽培できます。が、煮しめに使う野菜の花はなかなか見かけることがありません。今回は、そういう珍しい野菜の花とその花言葉を紹介します。



特辑: 蔬菜的花和花语

在日本的正月,很多家庭都会做一种叫做“煮しめ”的料理。就是将蔬菜,魔芋,海带,油炸豆腐片等食材炖煮成甜咸口味的菜肴。为了长期保存,人们会花时间慢慢地将汤汁煮干,因此这种菜叫做“煮しめ”。常用的食

材有胡萝卜,牛蒡,莲藕,土豆,荷兰豆,魔芋等。大家见过这些蔬菜的花吗?

黄瓜,番茄,苦瓜等夏季蔬菜的花,在自家菜园中很常见,它们会开出黄色可爱的小花。秋葵开出和朱槿花很像的美丽的花。从开花到采收的时间短,容易种植。不过,在“煮しめ”中使用的蔬菜的花却不常见。这次,我们将介绍几种罕见的蔬菜的花及花语。

もくじ
<目次>

<目录>

特集:野菜の花と花言葉

シリーズ「人」:ザフリー・ナズラさん

ぶらり:一歩いて見て、そしてホッとしてー
表町商店街で楽しもうレトロな喫茶店

生活情報 & 簡単料理:七草粥(ななくさがゆ)

岡山、内の目・外の目:「あくら」150号に寄せて

あくらボランティア編集委員・Facebook・連絡先

p 1 特集: 蔬菜的花和花语

p 3 人物系列: 扎布丽·纳兹拉女士

p 4 随便逛逛: ~走走看看, 感受一份惬意~
在表町商店街享受复古咖啡馆

p 5 生活信息与简易料理:七草粥

p 6 内外两种视角看冈山: 寄语《冬青树》第150期

p 8 冬青树志愿者编委・Facebook・联系方式

＜にんじんの花＞



にんじんは、花が咲くとオレンジ色の食べられる根の部分が固くなってしまうので、花が咲く前に収穫します。だから、畑でも見かけることが少ないですが、白くて、こんもりとドーム状の花を咲

かせ、美しくかわいらしい花です。花言葉は、「幼い夢」です。

＜じゃがいもの花＞



短歌にもよく読まれるほど美しく、紫色のかわいい花をたくさん咲かせます。種類によっては白い花もあり、形はナスの花によく似ています。これは、じやがいもがナス科ナス属の植物だから

です。花言葉は、「慈愛」(ほかの人を深く思いやる気持ち)などです。

＜れんこんの花＞



蓮の花がれんこんの花です。れんこんは、漢字で「蓮根」と書きますが、本当は蓮の根ではなく地下茎(地面の中にある植物の茎)です。蓮の花は白色やピンクの花で、水面から高いところに伸びて咲きます。泥の中から清らかな花を咲かせるので、仏教では大事にされます。墓や仏壇に供えられることが多いです。蓮は無駄になるところがほとんどなく、花だけでなく実も生け花に使われます。花言葉は「清らかな心」などです。

＜絹さやえんどうの花＞

絹さやえんどうは、スイートピーにとてもよく似た赤紫や白の美しい花を咲かせます。実もよく似ていて食用になります。が、スイートピーの実には毒があり食べることはできません。花言葉は、「未来の幸せ」「約束」などです。

＜ニンニクの花＞



最後に紹介するのは、にんにくの花です。にんにくの花は丸い形をしており、小さい花がすきまなく集まって咲き、観賞用の花のようにかわいいです。色は白やピンクに近い薄紫色をしています。5月から7月頃に咲きますが、食用として栽培する場合は、球根に栄養が集まるように、花茎(葉をつけず花だけをつける茎)は摘み取られることが多いです。花言葉は、「勇気と力」などです。

野菜の花はまだまだたくさんあります。興味があればほかの野菜の花も調べてみましょう。新しい発見がありますよ。

＜胡萝卜的花＞

胡萝卜一开花，橙色可食用的根部会变硬，因此通常在开花前采收。所以在田里也不常见。它的花是白色的，呈茂密的圆顶状，既美丽又可爱。胡萝卜的花语是「幼小的梦想」。

＜土豆的花＞

土豆的花常被吟咏入诗，十分漂亮。是许多淡紫色可爱的小花，有的品种则是白色的。花形和茄子的花很相似，因为土豆属于茄科茄属植物。土豆的花语是「慈爱」(深切体谅他人的)等。

＜蓮藕的花＞

莲藕的花其实就是“莲花”。虽然“莲藕”写作“莲根”，但其实并不是根、是莲的地下茎(地上植物的茎)。莲花为白色或粉红色，会从水面伸出高高的花茎开花。因能从淤泥中绽放洁净之花，所以在佛教中被视为神圣之花，常用于祭祀和供佛。莲几乎全身都有用处，不仅花，连果实都常用于插花。莲藕的花语是「纯洁的心」等。

＜荷兰豆的花＞

荷兰豆的花和香豌豆很相似，颜色为紫红或白色，非常美丽。豆荚也长得很像，可以食用，但是香豌豆的豆荚有毒不能吃。荷兰豆的花语是「未来的幸福」「约定」等。

＜大蒜的花＞

最后介绍的是大蒜的花。大蒜的花呈圆球状，小花密集成团，像观赏花似的很可爱。颜色为白色或淡粉紫色，花期在5~7月，但作为食用栽培时，为了让营养集中在鳞茎中，通常会摘除花茎(不长叶只长花的茎)。大蒜的花语是「勇气和力量」等。

蔬菜的花远远不止这些，如果有兴趣，不妨去了解一下其他蔬菜的花，会有新的发现噢。

かんこう おかやま おじぎ
観光で岡山を訪れる
がいこくじん おお まちなか
外国人も多くなり、街中で
にほんごいがい かいわ ひと
日本語以外の会話が聞こえ

てくることが増えました。そんな
かいわ なか がいこくじん はな
会話の中で、外国人が話
にほんご じょうず ひと
す日本語がとても上手なこと
にびっくりすることもよくあり
ます。

こんかいしょくかい
今回紹介する「ファジアーノ
スポーツクラブ」で仕事を
するナズラさんもとても
にほんご じょうず ひと
日本語が上手です。ナズラ
さんはマレーシアのジョホールバル市出身です。

にほん きょうみ もの しょうがくせい た にほん
日本に興味を持ったきっかけは、小学生のころ食べた日本の
もち 餅アイスだったそうです。餅はマレーシ亞でもよく食べますが、ア
イスクリームとの組み合わせは、これまで知らない不思議な食感
で一口食べてとりこになりました。日本への興味がどんどんふくら
んで、ぜひ日本へという思いになって地元の大学予備教育セン
ターで日本語を勉強しました。この時の指導者が日本なら岡山
が住みやすいと教えてくれました。そこで、1998年岡山大学
環境理工学部に留学し、環境にやさしい土木工学を研究しま
した。

そつぎょうご けんきゅう い しゃうしそくさき さが
卒業後、研究したことを生かした就職先を探しましたがなかなか
か見つからず、英会話講師になりました。その生徒の一人だった
ファジアーノの選手に試合観戦に誘われたことがファジアーノ
岡山スポーツクラブとの出会いとなりました。マレーシ亞はサッカ
ーが国民的スポーツです。自分でチケットを買ってファジアーノ
の応援にいく休日はすごく楽しいものになったそうです。

う そだ
生まれ育ったジョホールバルのチームはとても強いのに、ファ
ジアーノは J2。非常に支えがいのあるチームなのでもっと応援し
よう、J1 にもぜひ上がってほしい、と応援する気持ちが強くなりま
した。そんな時、ファジアーノ岡山スポーツクラブの求人募集を知
って思い切って入社しました。2018年から正社員になり、現在
はアカデミー事務局でスクール担当として働いています。

あ
J1 に上がった現在は試合運営にも関わり、スタジアムでの
仕事もしています。岡山で暮らして27年になるナズラさんは
「日本がではなく、岡山が大好きです」とすてきな笑顔で話してくれました。

おかやま ふうけい す みせ しゅみ しゃしん はつしん
岡山の風景や好きな店などを趣味の写真にして SNS で発信し
ていて、それを見てマレーシ亞から移住してきた人もいるそうです。
おかやま く ねん
おかやま だいす ひと
ファジアーノ岡山スポーツクラブの公式インスタグラムの運営
もナズラさんは担当しています。岡山を大好きだと言ってくれた
ナズラさんのこれから活躍が楽しみですね。



来岡山観光の外国游客越来越多，街上经常能听到日语以外的语言对话。其中不乏日语说得十分流利的外国人，令人惊讶。

这次介绍的是在“法基亚诺体育俱乐部”工作的纳兹拉女士，她的日语也非常好。她来自马来西亚的柔佛州新山。

她对日本感兴趣的契机是小学时吃到的一种“年糕冰激凌”。虽然马来西亚也常吃年糕，但与冰激凌结合的口感对她来说是前所未有的惊喜，一口就将她俘获。从此她对日本的兴趣日益浓厚，怀着一定要去日本的想法在当地大学的预科中心学习了日语。那时的指导老师告诉她“若是日本就去适合宜居的冈山”。于是她 1998 年来到冈山大学环境理工学部留学，研究环保土木工程。

毕业后，她想找到能发挥所学的工作，但一时没有合适的岗位，后来成为了一名英语会话教师。她的学生中曾有一位法基亚诺俱乐部的球员，邀请她去观看球赛，这便成为后来她与该俱乐部结缘的开始。马来西亚把足球视为国民运动。据说每次休假买票去为法基亚诺球队鼓劲加油，成了她最快乐的时光。

虽然家乡球队实力很强，而法基亚诺球队当时还在打 J2 联赛。但她觉得这样的球队更值得为它助威，并希望它能打入 J1 联赛。后来得知俱乐部招人，她鼓起勇气应聘并成功入职。2018 年成为正式员工，目前在学院事务局担任学校项目负责人。

现在球队已打入 J1 联赛，她也参与赛事运营，并在体育场内工作。

在冈山生活了 27 年的纳兹拉女士笑容灿烂地这样
说：“我喜欢的不是“日本”，而是“冈山””。

她常将冈山的风景和喜欢的店铺拍成照片发布在 SNS 上，甚至有人因此从马来西亚移居到冈山。她还负责运营法基亚诺冈山俱乐部的官方 Instagram 账号。期待这位深爱冈山的纳兹拉女士今后的更多活跃表现！

ぶらり：～歩いて見て、そしてホッとして～

おもてちょうしようてんがい たの きっさてん 表町商店街で楽しもうレトロな喫茶店

さいきん にほん しょうわ ねんだい
最近の日本では「昭和レトロ」といって、1950年代から1980
ねんだい なつ この
年代のことを懐かしむことやそのころのものを好むことがブームに
なっています。

おかやまけんない さいだい しょううてんぐい おもてちうとうしうてんぐい いま やく
岡山県内で最大の商店街の表町商店街は、今から約400
ねんまえ おかやまじょう じょうかまち せいび はじ いま
年前、岡山城とその城下町が整備されたことから始まります。今
いじょう しょうてん せいぎょう
では300以上の商店が営業しています。ここには、レトロな
ふんいき かん きつきでん ある さが
雰囲気が感じられる喫茶店もあります。ぶらぶら歩きながら探して
みましょう。



ふんいきなかみせがいひんおなてんないしぶ
かな霧囲気の中になります。店の外観と同じように、店内も渋い
あんかつしょくはかべかざ
暗褐色でまとめられています。レンガを張った壁や飾ってある
かいがもくちういすおつろがくが
絵画、木彫の椅子やテーブルなど落ち着いた隠れ家のような
ふんいききもおつろじかんす
霧囲気で、ほっと気持ちが落ち着く時間を過ごすことができます
す。おしゃれな食器でいただく料理や、ていねいに焙煎されてい
あじぶかたのみせおかやま
る味わい深いコーヒーをゆっくりと楽しめるお店です。岡山グルメ
のえでめしも食べることができます。

さて、地上に出て次のレトロな喫茶店を探しましょう。そのまま道沿いに東にいくとオランダ通りにでます。オランダ通りを南に歩いて行くとアルファベットの店名が書かれている喫茶店があります。ウインドウに飾られている料理のサンプルも多くありませんが、ここは開業して90年を超える岡山市で最も古い喫茶店です。店内の真ん中には、マスターがデザインした六角形のテーブルがあります。シャンデリアやデザイン性のある照明などレトロな中にも新しさを感じる喫茶店です。マスターが腕を振るう洋食は値段も高くなく、やさしい味のオムライスなどいつ行っても楽しめます。

なかみ お腹も満たされてきました。次は表町商店街の通りを南に向いて歩きましょう。もう少しで西大寺町というあたりの立て看板に「一人喫茶専門店」とあります。看板が置かれている横の階段を上がった2階が大正時代の喫茶店をイメージしたお一人様専用喫茶店です。照明を少し落とした店内には、木製の一人用のテーブルに一人用の椅子が置かれています。カウンター席もありますが、自分の好みの席で静かな時間を過ごすことができます。店内に流れているレコードからのおんがく、きも、き音楽も気持ちよく聞こえます。

随便逛逛：～走走看看，感受一份惬意～

在表町商店街享受复古咖啡馆



最近日本兴起“昭和复古”风潮，人们怀念 1950 ~ 1980 年代的生活与物品。

冈山县内最大的商店街---表町商店街，起源于约 400 年前冈山城与城下町的建设，如今有 300 多家店铺在营业。其中也有充满复古氛围的咖啡馆，让我们边走边找找看吧。

从NTT前的巴士站沿路往东走，会看到通往地下一层的楼梯。那里有一家营业了45年的地下咖啡馆。因为在地下，不必在意外界的喧嚣，周围很安静。店内和店的外观一样，以深褐色为主调。砖墙，装饰着的油画，木雕桌椅等营造出祥和隐蔽的氛围，能在这里放松地度过。在这里可以悠然尽情享受使用优雅精美的餐具，慢慢品尝料理与精心烘培的浓郁咖啡。还可以品尝冈山名物“虾炒饭（えびめし）”。

接下来，离开地下，继续寻找下一家复古的咖啡馆吧。按原道沿道往东走出“荷兰通”，在“荷兰通”往南走，



受到复古中带点现代气息的咖啡馆。老板大显身手的西餐的价格也不贵，特别是柔滑的蛋包饭啥时候去都能享受到。

肚子也渐渐饱了。接下来我们朝表町商店街大道的南边走吧。快到“西大寺町”附近时，会看到一个写着“单人咖啡专门店”的招牌。沿着招牌旁的楼梯上到二楼，就是一家以大正时代风格为主题的，专为一个人前往而设计的咖啡馆。店内灯光柔和，摆放着木制的单人桌和单人椅。也有吧台座位，不过你可以坐在自己喜欢的座位，享受一段安静的时光。唱片机播放的音乐听起来十分舒适。

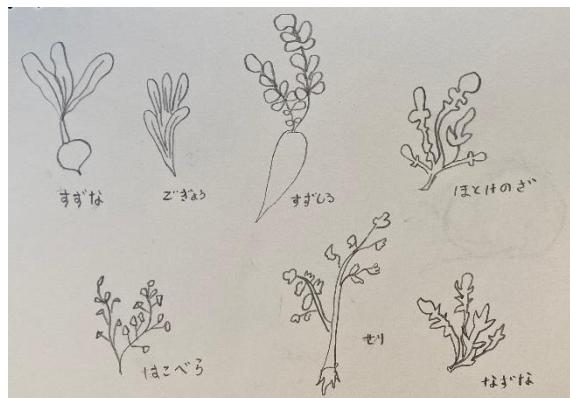


2階にあるので、商店街を見下ろせる座席もあり、通りを行く人たちを見ながら過ごすのもいいです。食事だけでなく、サイフォンで入れたコーヒーやデザートを楽しみながら一人でゆっくりと過ごすことができる喫茶店です。

この他にも表町商店街には約70の飲食店があります。歩いてみてお気に入りの店を見つけるのもいいですね。

生活情報 & 簡単料理：七草粥（ななくさがゆ）

せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ これぞ七草



日本人の多くは、大きな声でこれを暗唱した経験があるのでないでしょうか？これは、「春の七草（春に育つ七種類の草などの植物）」の名前です。七草粥はこの春の七草が入ったお粥のことです。

中国では、昔から1年に5回、季節が移り変わる区切りの日を決め、無病息災（病気をしないで健康で過ごすこと）を祈ります。1月7日（人日）、3月3日（上巳）、5月5日（端午）、7月7日（七夕）9月9日（重陽）で五節句といいます。このうち1月7日（人の節句）に、唐の時代（7世紀初～）7種類の葉（草）の入ったお粥を食べて無病息災を願ったことから七草粥が始まったと言われています。

これが、平安時代（8世紀末～）日本に伝わり、江戸時代（17世紀初～）にイベントとしてとりあげられたことで多くの人々にも広まり、日本の風習になったそうです。

1月7日に七草粥を食べるのは、野菜が不足しがちな冬にしつかり青い葉っぱを取り入れ、無病息災を願うためです。また、正月のごちそうで疲れた胃腸を休めるためという説もあります。現在では、この目的で多くの人に広まっているようです。

七草には次のような効き目があると言われています。

○せり 胃をじょうぶにする。血圧を下げる。

○なずな 解毒作用がある。むくみに効く。

○ごぎょう（ハハコグサ） せき、たん、のどの痛みをおさえる。

○はこべら（ハコベ） 腹痛をおさめる。歯槽膿漏に効く。

○ほとけのざ 胃をじょうぶにする。食欲を増す。

○すずな（カブ） 胃腸を整える。しもやけに効く。

○すずしろ（ダイコン） 美容や風邪に効く。

因为在2楼，还有可以俯瞰商店街的座位，一边看着街上来往的人群，一边坐着放松也很不错。这是一家不仅能用餐，还能品尝虹吸式咖啡和甜点，让人独自悠闲度过时光的咖啡馆。

除此之外，表町商店街还有约70家餐饮店，边走边逛，寻找一家自己喜欢的店也很不错呢。

生活信息与简易料理：七草粥

“芹菜，荠菜，鼠曲草，繁缕草，宝盖草，芫菁，白萝卜---这就是七草”。

相信很多日本人都有过大声背诵七草的经历吧。这就是「春之七草（春天孕育长大的七种类的草等植物）」的名称。七草粥就是放入了春天七草的粥。

在中国，自古以来每年有五个用来标记季节更替的节日，人们在这些日子祈求无病熄灾（没有疾病健康度过）。1月7日（人日），3月3日（上巳），5月5日（端午），7月7日（七夕），9月9日（重阳），这五个日子合称“五节句”。其中的1月7日（人日），据说是从唐代（7世纪初～）开始，人们在这一天吃加入了七种草叶的粥，以祈福无病熄灾，这便是七草粥的起源。据说这一习俗在平安时代（8世纪末～）传入日本，并在江户时代（17世纪初～）被作为节庆活动加以推广，为更多人知晓，最终成为日本的传统习俗。

在1月7日吃七草粥，是为了在容易缺乏蔬菜的冬季补充绿叶蔬菜，并祈求无病熄灾。另外也有一种说法是，为了让在正月享用丰富美食后疲劳的胃得到休息。现在，这一目的似乎已被许多人广泛接受。

据说七草具有以下功效：

• 芹菜（せり）：健胃，降血压

• 荠菜（なずな）：解毒，消肿

• 鼠曲草（ごぎょう）：止咳化痰，缓解喉痛

• 繁缕（はこべら）：止腹痛，治牙龈炎

• 宝盖草（ほとけのざ）：健胃，增进食欲

• 芫菁（すずな、蕪）：调理肠胃，治冻疮

• 白萝卜（すずしろ）：美容，预防感冒

では、このように効き目のある七草が入っている七草粥の作り方を紹介します。

一七草粥の作り方



スーパーなどで売っている七草1パックで4人分作れます。

炊飯器を使う場合と鍋を使う場合の2通りの作り方を紹介します。

材料(4人分)

米 1合

塩 小さじ3分の1

水 炊飯器の場合はおかゆモードで。鍋の場合は米の6倍で。

春の七草1パック

① 七草のうち、すずな、すずしろは、茎、葉を切り離し、白い部分を薄い輪切りにする。

② 鍋にたっぷりの湯をわかして①を入れる。2分ゆでザルにあげる。

③ ②の鍋に、①の葉と茎、せり、なづな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざを入れる。中火で1分ほどゆで、冷水に上げて水気を絞り粗く刻む。

④ 炊く
(炊飯器)釜に洗った米を入れ、おかゆ1合の目盛りまで水を加え、おかゆモードで炊く。

(鍋)鍋に米とその6倍の水を入れる。沸騰するまでは強火で、沸騰してからは弱めの中火で約30分炊く。(ふたをしばらくして蒸気を抜きながら)

⑤ 炊きあがったら七草と塩を加え、ひと混ぜして完成。

2026年の「無病息災」を願い、正月のごちそう続きで疲れた胃を休めるためにぜひチャレンジしましょう。

岡山内の目・外の目：「あくら」150号に寄せて

1992年12月に第1号を発行した多言語生活情報紙「あくら」は今回で150号になりました。そこで、これまでのあゆみと、毎号の編集から発行までの様子を紹介することにします。

「あくら」は、はじめは2か月に1回5ページで発行し、日本語、英語、中国語、スペイン語を同じ用紙に並べて書いていました。60号から3か月に1回(年4回)発行になり、2号より韓国語、92号よりポルトガル語、111号よりベトナム語が加わりました。また、78号から、岡山市のホームページでも読むことができるようになりました。現在、2000部発行しています。37号から今の形になりました。

那么，下面就来介绍加入了这些具有功效的七草的七草粥的做法。

----七草粥的做法----

超市等处卖的七草一盒可以做四人份。

下面介绍两种做法：一种使用电饭煲，另一种使用锅。

材料(4人份):

- 米 1合
- 盐 1/3 小匙
- 水 (用电饭锅按煮粥模式。锅的话加米 6 倍的水)
- 春之七草 1 盒

- 七草中的芜菁和白萝卜叶茎分离，白色的部分切成薄圆片。
- 在锅中烧开足够量的水，将步骤 1 的材料放入，煮约 2 分钟后捞出沥干。
- 在步骤 2 的锅中放入步骤 1 中分开的叶和茎及芹菜，芥菜，鼠曲草，繁缕，宝盖菜。用中火煮 1 分钟，捞出放入冷水过凉，挤干水分后粗略切碎。
- 煮粥

(电饭锅) 将洗好的大米放入内胆，加水至“稀饭 1 合”的刻度线，选择煮粥模式开始煮。

(锅) 将大米和其 6 倍量的水放入锅中。大火至沸腾后转中小火煮约 30 分钟。(盖子留缝，让蒸汽逸出)

- 煮好后加入七草和盐，稍微搅拌即可完成。

为了祈福 2026 年的“无病息灾”，也让因正月连续盛宴而疲惫的胃休息一下，请务必尝试一下吧。

内外两种视角看冈山：寄语《冬青树》第 150 期

多语种生活资讯报《冬青树》自 1992 年 12 月发行第 1 期以来，这次已迎来第 150 期。在这里，我们将介绍它至今的发展历程以及每一期从编辑到发行的整个过程。

《冬青树》起初每两个月发行一期，共 5 页，将日语，英语，中文和西班牙语四种语言并排印在同一张版面上。从第 60 期开始改为每 3 个月发行一次 (每年 4 期)。从第 2 期起加入了韩语，第 92 期起加入了葡萄牙语，第 111 期起加入了越南语。此外，从第 78 期起，人们也可以在冈山市的官方网站上阅读《冬青树》。目前印量约 2000 份。从第 37 期起采用了现行版式。

全國の市町村にはたくさん情報紙がありますが、「あくら」のように、1ページに同じ内容を日本語と6か国語に翻訳し並べて発行しているのはとても珍しいそうです。また、これまでの取り組みが認められ、昨年1月には岡山市の「愛の泉まちづくり賞」を受賞しました。

「あくら」発行の目的は、外国出身で岡山に住んでいる人たちに、岡山のことを身近に感じてほしい、生活に必要なことを知つてほしいということです。また、日本語と外国語を並べて書くことで、日本語の勉強の助けになってほしいという目的もあります。そこで、私たちは、1. できるだけ身近なことを、2. できるだけやさしい日本語で、3. 実際に役立つように、を心がけて編集しています。

現在、ボランティアの編集委員は外国出身の2人も含め岡山大好きの7人。各号に載せる内容を話し合う編集会議は年8回。関心のあること、伝えたいことを持ち寄り、わいわいがやがや話題が盛り上がり時間をオーバーすることもよくあります。内容と担当が決まるとき、担当が決まるとき、原稿の執筆です。ここで悩むのが民間の商店、施設、個人などの名前をどこまで取り上げてもいいのかということです。岡山市国際課の意見を聞くこともあります。さらに、できるだけやさしくわかりやすい日本語で書くことを心がけていますが、どうしてもやさしくできにくい言葉もあり一番苦労するところです。出来上がった原稿を読み、内容や日本語のチェックや手直しをして6人の翻訳者に渡します。翻訳原稿が戻ってきたらいよいよ紙面づくりです。

編集・発行の「縁の下の力持ち」(目立たないけど大事な役割を果たしている人)が友好交流サロンの担当スタッフです。パソコンを使ってすべての原稿を仕上げる、ページのレイアウトを考える、すべての日本語に読みがなをつける、そして、時々わがままになる印刷機のご機嫌を取りながら8ページ2000部を印刷しては送ります。こうして手元にあくらが届きます。

皆さんからの一言です。
○読者から 「日本の文化や岡山のことがよくわかつていいです。日本語と外国語を並べて載せる形はとてもいいです。自分の国の言葉を日本語ではどういうか、見比べてすぐにわかり日本語の勉強にたいへん役立っています。新しく友達になった外国人にも日本語で教えてあげることができ助かっています。」

○翻訳者から 「あくらの翻訳を通じて、岡山の歴史や名所について学ぶことができます。あくらにはいろいろな興味深い記事が載っているので、いつも新しい発見があります。過去の号を振り返るのも楽しいです。翻訳を続ける中で、文化の理解が言語の理解には大事であることを強く感じています。文化や歴史を知ることで、表現の背景がわかり、より深く意味を理解できると実感しています。これからも様々な興味深い記事を発信してほしいと思います。」

全国的市町村虽然有许多信息刊物，但像《冬青树》这样在同一页上将相同内容的日语和分别翻译成六种语言并列刊登的形式极为罕见。此外，由于迄今为止的努力获得了认可，去年1月荣获冈山市“爱之泉城市建设奖”。

《冬青树》发行的目的，是希望让来自外国现居冈山的人们能够更贴近地了解冈山，获取生活中必要的信息。同时，通过将日语和外语并列呈现的方式，希望能帮助大家学习日语。因此，我们在编辑时始终坚持以下几点：1. 尽量选择与生活密切相关的话题；2. 尽量使用容易理解的日语；3. 力求提供真正对生活有帮助的信息。

目前，志愿者编辑委员会共有7名成员，其中包括2名来自海外，都非常喜欢冈山的人。每年举行8次编辑会议，讨论各期要刊登的内容。大家带来自己关心的，想传达的内容，常常聊得很尽兴，超时的事情也常有发生。内容和负责人确定后，就开始各自的采访和撰稿。此时最让人苦恼的是关于民间商店，设施，个人等名称可以写到什么程度，这需要谨慎判断，有时也会征求冈山市国际课的意见。我们始终努力用尽量简单易懂的日语来写稿，但也确实有一些词汇不容易“变简单”，这是最费心的部分。完成初稿后，会进行内容和语言的检查，修改，再交给6位翻译人员。译文回收后，再进行正式排版。

编辑和发行工作中的幕后功臣（虽不显眼却承担着重要角色的）是“友好交流沙龙”的工作人员。他们负责使用电脑完成所有稿件的最终整理，设计排版，为所有日语标注读音，并在偶尔“任性”的打印机面前耐心“伺候”，才将8页2000份的刊物印刷并寄出。就这样，《冬青树》才得以送到大家手中。

来自各方的声音：

○来自读者：“能更好地了解日本文化和冈山的情况，非常好。日语和外语并列刊登的形式也很棒。母语的单词用日语怎么说，对照着看很快就能理解，这对学习日语帮助很大。还能用日语教新结识的外国朋友，非常方便。”

○来自译者：“通过翻译《冬青树》，可以学习冈山的历史与名胜。《冬青树》刊登了许多有趣的文章，所以每次都有新的发现。回顾过去的期刊也很有趣。在持续翻译的过程中，我深感理解文化对于理解语言非常重要。了解文化和历史，可以明白表达的背景，从而更深入地理解其含义。期待《冬青树》今后继续推出有趣的内容。”

○編集委員から「あくらの原稿を担当すると苦労することもあります。が、取材や原稿の執筆を通して、岡山のことを改めて知つたり確かめたり勉強になることが多いです。」

○担当スタッフから「あくらは、すべてスタッフの手作業で頑張って皆様に届けています。その中で、今までに岡山のことをたくさん学びました。」

時代が進み、30年前とは社会のようすも情報の伝え方ももずいぶん変わってきました。「あくら」は予算の関係もあり、二色刷り印刷であまり目立たない情報紙です。作業も大変ですが、手づくりの良さを大切にしながら中身で勝負とばかりに、編集委員・スタッフは協力しながら頑張っていきます。ぜひ感想をお寄せください。また、編集委員も募集しています。お待ちしています。



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

Facebook

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/>

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>

過去(令和5年度分より)のバックナンバーをHPに掲載しています。

○来自编辑委员：“负责《冬青树》撰稿的时候也会遇到一些困难，但通过采访和撰写稿件，经常能够重新了解岡山并得以再次确认，从而学到很多东西。”

○来自工作人员：“《冬青树》完全由工作人员手工制作并努力送到大家手中。在制作过程中，我们也学到了很多有关岡山的知识。”

随着时代的发展，社会的现状和信息传播方式与30年前相比发生了很大变化。《冬青树》由于预算有限，只是双色印刷的并不太显眼的信息刊物。制作过程也很辛苦，但编辑委员和工作人员依然齐心协力，在保留手工制作优点的同时，以内容取胜。欢迎大家寄来你们的思想。同时，我们也在招募编辑委员，期待您的加入。

冬青树志愿者编委

岸本晴美、片山敬子、森英志、下山俊子、姜波、坂田昭江、扎西德·买哈穆德

Facebook

岡山市国際交流協議会の官方Facebook已经开通了，協議会的新闻和活动信息都会通过多种语言在这里发布。请扫描二维码进入浏览吧。

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

联络处

友好交流沙龙 (西川广场 4 楼):

〒700-0903 岡山市北区幸町 10-16

TEL: 086-234-5882

岡山市役所国际课:

〒700-8544 岡山市北区大供 1-1-1

TEL: 086-803-1112

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

2023 年度的往期冬青树登载在 HP 上。

