

# あくら

English

# AKURA

2026年1月 第150号 編集局:岡山市国際交流協議会

Issue No.150 Jan. 2026  
Published by Okayama City  
International Friendship Association

## 特集：野菜の花と花言葉

## Feature: Vegetable Flowers and Their Meanings

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。長時間をかけてじっくり煮詰めるので煮しめといえます。使われている野菜は、にんじん、ごぼう、れんこん、じゃがいも、絹さやえんどう、こんにゃくなど



【オクラの花】

During Japanese New Year, many households prepare a dish called "nishime." It consists of vegetables, konjac, kelp, fried tofu, and other ingredients simmered in a sweet and savory sauce. It's called nishime because it's cooked slowly over time to reduce the broth completely, ensuring it keeps well.

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、黄色い小さなかわいい花を咲かせます。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、そういった珍しい野菜の花とその花言葉を紹介します。

d include carrots, burdock root, lotus root, potatoes, snow peas, and konjac. Have you ever seen the flowers of these plants?

Summer vegetables like cucumbers, tomatoes, and bitter melon are often grown in people's gardens, producing small, cute yellow flowers. Okra also blooms with beautiful flowers very similar to hibiscus. They have a short time from flowering to harvest and are easy to grow. However, the flowers of vegetables used in nishime are rarely seen. We will introduce these rare vegetable flowers and their meanings.

## <目次>

## Contents

特集：野菜の花と花言葉

p 1 Feature: Vegetable Flowers and Their Meanings

シリーズ「人」：ザフリー・ナズラさん

p 3 People Series: Nazra Zahri

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

p 4 Around Okayama: Stroll, See, Relax - Omotecho Retro Coffee Shops

生活情報 & 簡単料理：七草粥（ななくさがゆ）

p 5 Living Information & Simple Cooking: Nanakusa-gayu

岡山、内の目・外の目：「あくら」150号に寄せて

p 6 Okayama Perspectives: 150 Issues of Akura

あくらボランティア編集委員・Facebook・連絡先

p 8 Akura Volunteers, Facebook, Contact Details

## <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、じゃ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、スイートピーにとっ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。

## Carrot Flower

Carrots are harvested before flowering because the edible orange root hardens once the flowers bloom. That's why you rarely see them in fields, but they do bloom—white, dome-shaped flowers that are beautiful and charming. Their flower meaning is "childhood dreams."

## Potato Flower

Potato flowers are so beautiful they often appear in tanka poetry. They bloom in clusters of lovely purple flowers. Some varieties have white flowers, and their shape closely resembles eggplant flowers. This is because potatoes belong to the same Solanum genus of plants. Their flower meanings include "compassion" (a deep caring for others).

## Lotus Root Flower

The flower of the lotus root is the lotus flower. Though known as "lotus root", it is not actually the root of the lotus plant but its rhizome (the underground stem). Lotus flowers are white or pink and bloom high above the water surface. Because they bloom as pure flowers from the mud, they are highly valued in Buddhism. They are often offered at graves and Buddhist altars. Almost every part of the lotus is useful; not only the flowers but also the seeds are used in ikebana. Its flower meanings include "pure heart."

## Silk Pod Peas

Silk pod peas bloom with beautiful reddish-purple or white flowers very similar to sweet peas. Their pods also resemble sweet peas and are edible. However, sweet pea pods are poisonous and cannot be eaten. Their flower meanings include "future happiness" and "promise."

## Garlic Flower

Lastly, we introduce the garlic flower. Garlic flowers are round in shape, with small flowers densely clustered together, making them cute like ornamental flowers. They are white or a pale purple close to pink. They bloom from May to July, but when grown for food, the flower stems (stems bearing only flowers, not leaves) are often pinched off to allow nutrients to go to the bulb. Its flower meanings include "courage and strength."

There are still many more vegetable flowers out there. If you're interested, try looking up the flowers of other vegetables too. You'll make new discoveries.



## シリーズ「人」：ザフリー・ナズラさん

観光で岡山を訪れる外国人も多くなり、街中で日本語以外の会話が聞こえてくるが増えました。そんな会話の中で、外国人が話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。

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とても日本語が上手です。ナズラ



さんはマレーシアのジョホールバル市の出身です。

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餅アイスだったそうです。餅はマレーシア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で留学し、環境にやさしい土木工学を研究しました。

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。マレーシア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。

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。

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。

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アから移住してきた人もいます。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の活躍が楽しみです。

## People Series: Nazra Zahri

With more foreign tourists visiting Okayama, it's increasingly common to hear conversations in languages other than Japanese around town. It's often surprising how fluent some foreigners are in Japanese during these conversations.

Nazra Zahri, who works at the Fagiano Okayama Sports Club, also speaks Japanese very well. Nazra is from Johor Bahru City in Malaysia.

Her interest in Japan began when she tasted Japanese mochi ice cream as an elementary school student. While mochi is commonly eaten in Malaysia, the combination with ice cream offered a mysterious texture she'd never experienced before. One bite was all it took to captivate her. Her interest in Japan grew steadily, and she became determined to go there. She studied Japanese at a local university preparatory center. Her instructor at the time told her that Okayama would be a comfortable place to live in Japan. So, in 1998, she came to study at Okayama University's Faculty of Environmental Science and Engineering, researching environmentally friendly civil engineering. After graduation, she struggled to find a job utilizing her research and became an English conversation instructor. An encounter with a Fagiano player, who was one of her students, led her to watch a match and marked her first connection with Fagiano Okayama Sports Club. Soccer is a national sport in Malaysia and buying tickets herself and cheering Fagiano on her days off became incredibly enjoyable.

While the team in Johor Bahru, where she was born and raised, is very strong, Fagiano was in the lower J2 league. It felt like a team truly worth supporting, and her desire to cheer them on grew stronger—she wanted them to reach the J1 league. That's when she saw Fagiano Okayama Sports Club's job posting and decided to take the plunge. She became a full-time employee in 2018 and currently works in the Academy Office as a School Coordinator.

Now that the team is in J1, she's also involved in match operations and works at the stadium.

Nazra, who has lived in Okayama for 27 years, told us with a wonderful smile, "It's not Japan I love, it's Okayama."

She shares photos of Okayama's scenery and favorite spots as a hobby on social media, and apparently, some people have even moved here from Malaysia after seeing her posts. Nazra also manages Fagiano Okayama Sports Club's official Instagram account. We look forward to seeing Nazra, who loves Okayama so much, continue to thrive.

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

最近の日本では「昭和レトロ」といって、1950年代から1980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。

岡山県内で最大の商店街の表町商店街は、今から約400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。今では300以上の商店が営業しています。ここには、レトロな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。



NTT前のバス停から道沿いに東に向かって歩いて行くと、ビルの地階に降りる階段があり、地下1階には開業して45年になる喫茶店があります。地下にあるので周りの騒がしさも気にならず、静

かな雰囲気の中にあります。店の外観と同じように、店内も渋い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雰囲気で、ほっと気持ちが落ち着く時間を過ごすことができます。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。岡山グルメのえびめしを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。ウィ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。

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歩いて歩きましょう。もう少しで西大寺町というあたりの立て看板に「ひとり喫茶専門店」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音楽も気持ちよく聞こえます。



## Around Okayama: Stroll, See, Relax – Omotecho Retro Coffee Shops



In Japan lately, there's a boom called "Showa Retro," where people nostalgically remember the 1950s to 1980s and favor things from that era.

Omotecho Shopping Street, the largest in Okayama Prefecture, began about 400 years ago with the development of Okayama Castle and its castle town. Today, over 300 shops operate here. You can also find retro-style coffee shops with a

nostalgic atmosphere. Let's wander around and discover them.

Walking east along the road from the NTT-mae bus stop, you'll find stairs leading down to the basement level of a building. There, on the first basement floor, is a coffee shop that has been in business for 45 years. Being underground, the surrounding noise doesn't bother you, and it has a quiet atmosphere. Just like the exterior, the interior is also decorated in a subdued dark brown. With its brick walls, paintings on the walls, and wooden chairs and tables, it has a calm, hideaway-like atmosphere where you can relax and unwind. It's a

place to leisurely enjoy dishes served on stylish tableware and carefully roasted, flavorful coffee. You can also try Okayama's famous ebi meshi (shrimp rice).

Now, let's head outside and find the next retro coffee shop. Continue east along

the road to reach Holland Street. Walking south on Holland Street, you'll find a coffee shop with its name written in alphabet letters. While there aren't many food samples displayed in the window, this is Okayama City's oldest coffee shop, having been in business for over 90 years. In the center of the shop stands a hexagonal table designed by the owner himself. With chandeliers and stylish lighting fixtures, it's a retro-chic cafe that feels refreshingly modern. The Western-style dishes prepared by the owner are reasonably priced, and you can always enjoy comforting flavors like their gentle-tasting omelet rice.

My stomach is starting to feel full. Next, let's walk south along Omotecho Shopping Street. Just a little further on, near the area called Saidaiji-cho, you'll see a signboard reading "Hitori Kissasenmonten" (Coffee Shop for Solo People). Climb the stairs next to the signboard to reach the second floor, where you'll find a coffee shop designed for solo patrons, evoking the atmosphere of a Taisho-era coffee shop. Inside, with the lighting slightly dimmed, wooden tables for one person are set up with single chairs. There are also counter seats, allowing you to spend quiet time at your preferred spot. The music playing from records inside sounds pleasant.

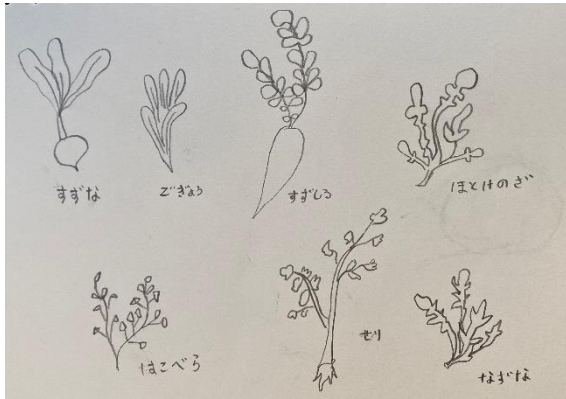


2階にあるので、商店街を見下ろせる座席もあり、通りを行く人たちを見ながら過ごすのもいいです。食事だけでなく、サイフォンで入れたコーヒーやデザートを楽しみながら一人でゆっくりと過ごすことができる喫茶店です。

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はないでしょうか？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（人日の節句）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っかりと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。

Being on the second floor, some seats overlook the shopping street, making it nice to watch people pass by. It's a coffee shop where you can relax alone, enjoying not just meals but also siphon-brewed coffee and desserts.

Beyond this, Omotecho Shopping Street hosts about 70 other eateries. Why not stroll around and discover your favorite spot?

## Living Information & Simple Cooking: Nanakusa-gayu

Water dropwort, shepherd's purse, cudweed, chickweed, nipplewort, turnip, daikon radish—these are the “nanakusa”.

Many Japanese people probably have experience reciting this aloud. These are the names of the “haru no nanakusa” (seven types of plants that grow in spring). “Nanakusa-gayu”, or seven herbs porridge, is a rice porridge containing these seven spring herbs.

In China, since ancient times, five days marking seasonal transitions have been designated each year to pray for good health and freedom from illness. These are known as the Five Festivals: January 7th (Jinjitsu), March 3rd (Jōshi), May 5th (Tango), July 7th (Tanabata), and September 9th (Chōyō). Among these, the tradition of eating seven-herb porridge on January 7th (Jinjitsu) is said to have originated from the Tang Dynasty (early 7th century) custom of eating rice porridge containing seven types of leaves (or herbs) to pray for good health and the avoidance of illness.

This custom spread to Japan during the Heian period (late 8th century) and became widely adopted as an event during the Edo period (early 17th century), eventually establishing itself as a Japanese tradition. Eating seven-herb rice porridge on January 7th serves to incorporate plenty of green leaves during winter when vegetables are scarce, while praying for good health. Another theory suggests it helps rest the stomach and intestines tired from New Year's feasting. Today, it seems to be widely practiced for these purposes.

The seven herbs are said to have the following effects:

- **Water Dropwort (Seri)** - Strengthens the stomach. Lowers blood pressure.
- **Shepherd's Purse (Nazuna)** - Detoxifies. Reduces swelling.
- **Cudweed (Gogyō)** - Relieves cough, phlegm, and sore throat.
- **Chickweed (Hakobera)** - Relieves stomach pain. Effective for periodontal disease.
- **Nipplewort (Hotokenoza)** - Strengthens the stomach. Increases appetite.
- **Turnip (Suzuna)** - Regulates the stomach and intestines. Effective for chilblains.
- **White radish (Daikon)** - Good for beauty and colds.

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。

## —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、なずな、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。(ふたをずら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。

Now, let's introduce how to make seven herbs porridge, which contains these seven potent herbs.

## —Seven Herbs Rice Porridge Recipe—

One pack of seven herbs sold at supermarkets makes enough for four people.

Here are two methods: using a rice cooker or a pot.

### Ingredients (Serves 4)

Rice: 1 cup

Salt: 1/3 teaspoon

Water: Use the porridge setting on a rice cooker. For a pot, use 6 times the volume of rice.

1 pack of seven spring herbs

- 1) Separate the stems and leaves from the suzuna and suzushiro. Thinly slice the white parts.
- 2) Bring a large pot of water to a boil and add step 1 ingredients. Boil for 2 minutes, then drain in a colander.
- 3) Add the leaves and stems from step 1, along with the seri, nazuna, gogyo, hakobera, and hotokenoza, to the pot from step 2. Boil over medium heat for about 1 minute, then plunge into cold water. Squeeze out excess water and chop coarsely.
- 4) Cooking  
(Rice Cooker) Place washed rice in the inner pot. Add water up to the 1 cup "okayu" porridge level mark. Cook using the porridge setting.  
(Stovetop) Place rice and 6 times its volume of water in a pot. Cook on high heat until boiling, then reduce to medium-low heat and simmer for about 30 minutes. (Keep the lid slightly ajar to release steam).
- 5) Once cooked, add the seven herbs and salt, mix once, and it's done.

To wish for "good health and freedom from illness" in 2026, and to give your stomach a break after all the New Year feasting, give this a try!

## 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。

## Okayama Perspectives: 150 Issues of Akura

The multilingual lifestyle information paper Akura, which published its first issue in December 1992, has now reached its 150th issue. We will introduce its journey so far and the process from editing to publication for each issue.

Initially published bimonthly as a 5-page paper, Akura featured Japanese, English, Chinese, and Spanish side-by-side on the same page. Starting with Issue 60, it shifted to quarterly publication (four issues per year). Korean was added from Issue 2, Portuguese from Issue 92, and Vietnamese from Issue 111. Additionally, from Issue 78, it became available to read on Okayama City's official website. Currently, 2,000 copies are printed. The current format was adopted starting with Issue 37.

全国の市町村にはたくさんの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っ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な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取材と原稿の執筆です。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ない言葉もあり一番苦労するところでは。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部を印刷して発送します。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をよくわかっていいです。日本語と外国語を並べて載せる形はとてもいいです。自分の国の言葉に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、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、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。これからは様々な興味深い記事を発信してほしいと思います。」

While many municipalities nationwide publish information papers, it is said to be very rare for one like Akura to print the same content translated into six languages side-by-side on a single page. Furthermore, in recognition of its efforts, it received Okayama City's "Fountain of Love Community Development Award" in January last year.

The purpose of publishing Akura is to help foreign residents living in Okayama feel closer to the city and learn about things necessary for daily life. Another goal is to aid Japanese language learning by presenting Japanese and foreign languages side-by-side. Therefore, we strive to edit the newsletter with three principles in mind: 1. Covering topics as relevant as possible, 2. Using Japanese as simple as possible, and 3. Ensuring the content is genuinely useful.

Currently, the volunteer editorial committee consists of seven members, including two foreign-born individuals, all passionate about Okayama. We hold editorial meetings eight times a year to discuss content for each issue. We bring topics we're interested in or want to share, and discussions often get lively and go over time. Once the content and responsibilities are decided, we move to research and writing. A common challenge here is determining how much to include the names of private shops, facilities, or individuals. We sometimes consult with the International Affairs Division of Okayama City. Furthermore, while we strive to write in Japanese that is as gentle and easy to understand as possible, there are inevitably words that are difficult to simplify, which is the most challenging part. We read the completed manuscripts, check and revise the content and Japanese, then pass them on to six translators. Once the translated manuscripts are returned, it's finally time to lay out the pages.

The staff in charge of the International Exchange Lounge are the unsung heroes behind the scenes of editing and publishing. They use computers to finalize all manuscripts, plan the page layout, add furigana to all Japanese text, and occasionally appease the temperamental printing press while printing and shipping 2,000 copies of the 8-page newsletter. This is how Akura arrives in your hands.

### Comments from Different People Involved

From a reader: "It's great for understanding Japanese culture and Okayama. The side-by-side presentation of Japanese and foreign languages is excellent. Comparing how words from my own language are expressed in Japanese helps me learn Japanese instantly. It's also helpful for teaching Japanese to my new foreign friends."

From a translator: "Translating Akura allows me to learn about Okayama's history and famous places. Akura features many fascinating articles, so I always discover something new. Looking back at past issues is also enjoyable. Through this translation work, I strongly feel that understanding culture is crucial for understanding language. Knowing the culture and history helps me grasp the context behind expressions and understand their deeper meaning. I'm looking forward to reading many more interesting articles."



○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っ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いるように届けています。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。お待ちしております。



From a member of the Editorial Committee: "Working on Akura manuscripts can be challenging at times. However, through interviews and writing articles, I often learn new things about Okayama, confirm existing knowledge, and gain valuable insights."

From the Staff in Charge: "Akura is delivered to everyone through the dedicated, handcrafted efforts of our entire staff. In doing so, we've learned a great deal about Okayama over the years."

Times have changed, and society and how information is conveyed are vastly different from 30 years ago. Due to budget constraints, Akura is a modest two-color printed newsletter. While the work is demanding, the editorial committee and staff will continue to collaborate, valuing the charm of handmade work and striving to compete on content alone. We sincerely welcome your feedback. We are also recruiting new editorial committee members. We look forward to hearing from you.

## あくらボランティア編集委員

## Akura Volunteers

岸本晴美、片山敬子、森英志、

Harumi Kishimoto, Keiko Katayama, Hideshi Mori,

下山俊子、姜波、坂田昭江、

Toshiko Shimoyama, Ha Kyou, Akie Sakata,

ザヒド・マハムド

Zaheed Mahmood

## Facebook

## Facebook Page

岡山市国際交流協会の公式Facebookでは、当協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。



The Okayama City International Friendship Association has set up an official Facebook page where you can find news and event information in multiple languages. Please use the 2D barcode to take a look.

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

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

## 連絡先

## Contact Details

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。

International Exchange Lounge (Yūkō Kōryū Salon) in Nishigawa Ai Plaza 4F:

10-16 Saiwai-cho, Kita-ku, Okayama City, 700-0903.

Tel. 086-234-5882

International Affairs Division, Okayama City Hall:

1-1-1 Daiku, Kita-ku, Okayama City, 700-8544

Tel. 086-803-1112

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

Back issues from Reiwa 5th year are posted on our website.



