



## The Information Magazine for Foreigners in Kochi

在住外国人のための生活情報誌「Tosa Wave」2006年2月号 (Vol. 7)

発行: 財団法人高知県国際交流協会

### “Keep warm in this cold winter”

For those from tropical countries, this winter must be hard to live in, mustn't it? According to the Meteorological Agency, the average temperature of December 2005 in most of Japan was 2 degrees centigrade down on the yearly average. Moreover, in Kochi City we experienced snowfall twice during December, which is the first time since the 2<sup>nd</sup> World War. In the first half of this edition, let us introduce to you some good tips on how to keep warm in this chilly winter.

#### “Kotatsu” warms you along with sake. BYHIROMI OHTSUKA

Hello everyone! How have you been? It's turned quite cold, hasn't it? I think February is the coldest of all the months in Japan. I would suggest that it be best for you to warm yourself in a kotatsu. Don't you know the kotatsu? I bet you'll love it.

Kotatsu is a device used in winter to keep your legs and feet warm. It's a table with an electric heater attached underneath. A quilt is laid over the frame and a square tabletop is placed on top. The device is inferior to an air-conditioner, or even to a stove, in that it does not warm the upper part of the body or the room itself. However, it is more energy saving, and brings about a feeling of closeness amongst the people sitting together with their legs in it, sharing a coverlet large enough for all of them. The scene in which all the family gather around the kotatsu to talk over tea, meals or sake is indeed a typical one of a happy home in Japan.



Kotatsu

Do you like to drink sake? I love to. As for winter sake, I recommend kanzake. First you pour the sake into a small pottery flask called a tokkuri. And then put the tokkuri into boiling water. It is usually said that you can enjoy sake in its best condition when warmed up to your body temperature (hito-hada). Some people like it lukewarm (nurukan) at 30 and others hot (atsukan) at 50. First savor the aroma. Then drink the sake in sips. You can buy salty nibbles especially for eating with sake like shiokara, and taking small bites of this in between sips will heighten the enjoyment of the flavor – like blue cheese with good wine. So let's warm ourselves in a kotatsu, and avoid catching a cold and enjoy drinking sake!

#### Hotpot Cuisine and Mochi BYWAKANAMATSUI

How have you been? This winter is very cold in Kochi and we've had snow already. In such cold nights, warm yourself up with Nabe-Ryori (or just nabe), which is a dish of meat, fish, tofu and vegetables boiled in broth in a big pot (a nabe) and eaten when boiling. The best way of eating nabe is sharing it with your family and friends. So set a portable hob on a kotatsu table and have a good time enjoying the warming nabe.

You can get some nabe soup bases at supermarkets. Popular tare, which is a dipping sauce for Nabe-Ryori, are goma-dare (made from sesame) and ponzu (made from yuzu, which is a kind of citrus fruit, and soy sauce).

**CHIGE-NABE:** This comes from Korea and is hot and spicy with chili pepper. Chige means a boiled dish in Korean. The main ingredient is thinly sliced pork, cod or tofu. We also boil hakusai (Chinese cabbage), nira (leek) and mushrooms together in the soup.

**YU-DOFU:** We put konbu (a kind of seaweed) in a nabe and put tofu on the konbu and warm them. You dip the tofu into ponzu or some other kinds of tare before eating.

**YOSE-NABE:** The soup is simple and you can put any ingredients you want in it except beef and pork, but chicken is OK (sorry I don't know why!)

**CHANKO-NABE:** This is a meal for Sumo wrestlers. The most popular ingredient is seafood and a lot of vegetables.

**SHABUSHABU:** You lightly boil meat and then eat with goma-dare. The act of boiling it makes the sound “shabu shabu”, so we named it after this.

**TONYU-NABE:** We make the soup from tonyu (soy milk), and white miso and then boil chicken, salmon, oysters and vegetables in it.

#### MOCHI (steamed and pounded rice)

We have many kinds of ways of eating mochi, like boiling and roasting. My favorite way is to roast it on a Japanese Stove. It is interesting to watch mochi during roasting because it grows little by little until the inside is soft. Then roll it in seaweed, and dip it into soy sauce with sugar and eat it. You can also use mochi for nabe cooking and sukiyaki.

In addition, there is a sweet dish called zenzai, which is boiled azuki beans with sugar and then roasted mochi on top. Mochi is eaten mainly at the beginning of the year but you can find it in supermarkets throughout the year. Find your favorite way of cooking mochi!

#### Be careful when eating mochi! BYSUSUMU YOSHIDA

Mochi is sticky, and you'll get it stuck in your throat unless you chew it well. Every year many people choke to death in Japan. Also, remember to keep a glass of drinking water with you when eating mochi.

#### The Japanese Stove BYYOKO KINO

Do you know the Japanese phrase “一石二鳥 (Isseki Nicho)”? The equivalent saying in English is, “To kill two birds with one stone.” I would like to introduce you to Japanese winter “Isseki Nicho” oil stoves.

You can warm up your room in a short time. At the same time, you can boil water in a coffee pot, and bake mochi. In a dry room, you can keep the room moist by putting a kettle on the stove. It's also convenient to boil soup. Please try an oil stove if you can't get warm enough just with your air conditioner.

Stoves are sold for about ¥10,000 or so. Oil (灯油 - toyu) to fill it will cost about ¥1,300 for an 18liter can. For those who cannot get to a gas station by car, oil is also sold by home delivery services.

To light the stove, set the lever to the 「点火」 point and push up the long slim rounded metal lever (it looks like a spring) and light. Please note, though that if you don't air your room occasionally, there is a serious risk of carbon dioxide poisoning, so keep a window ajar.

# 寒い冬の暖かい過ごし方

熱帯の国から来た人にとって今年の冬はこたえているのではないのでしょうか？気象庁によると、昨年12月の平均気温は例年に比べて日本の大部分の地域で2度以上低いということです。さらに、高知市では同じ月に2度の降雪にみまわれました。これは戦後初めてのことで、今月号の前半では、この寒い冬を暖かく過ごすために、皆さんにいくつかのいいヒントを与えたいと思います。

## こたつと酒で温まろう (担当: 大塚ひろみ)

皆様 ご機嫌いかが？ 寒くなりましたね。日本では二月が最も寒い月じゃないかな。こたつに入って温まることをお勧めしますよ。えっ！ こたつ知らないって？ たぶん好きになると思うよ。

こたつというのは、冬に足を温めるよう工夫されたもの。テーブルの裏側に電熱器を付けた暖房器具で、この上から布団を掛け、その上にこたつ盤を乗せたものです。こたつでは上半身や部屋そのものが暖まることはなく、その点ではエアコンやストーブに劣る。しかしこたつはエネルギー消費が少なく、しかも皆一緒に寄り集まって一つのこたつに足を入れ一枚の大きな布団を共用することのできるの、親近感が生まれます。家族全員がこたつを囲んで座り、お茶を飲んだり食事をしたりお酒をいただきながら話をしている場面は、日本の典型的な一家団楽の風景です。



こたつ

お酒を飲むのは好きですか？ 私は大好きです。冬のお酒といえば、燗酒がお薦め。まず、「とっく」と言う陶磁器の小さな容器にお酒を移してからお湯の中に入れます。人肌が適温とされているけど、30度くらいのぬる燗を好む人もいれば、50度くらいの熱燗を好む人もいます。お酒はまず香りを楽しんで、それからチビりと口に含みます。酒の肴には「しおから」のような、塩辛いものが合います。しおからをちょっと口に入れ、それからお酒を呑む。これを交互に繰り返すと味は一段と上がります。おいしいワインとブルーチーズの関係に似ています。こたつで温まって、風邪はひかないように。お酒も楽しんでね

## あったか～い鍋料理とおもち (担当: 松井若奈)

寒い冬いかがお過ごしでしょうか？ 今年の高知の冬はとても寒く、雪も降ってしまいました。そんな冬の夜は鍋料理(鍋で食材を煮ながら食べる料理)で心も体もポカポカにあっためてしましましょう。鍋は皆でつついて食べるに限りです。カセットコンロをセットし、コタツに入りながらわいわいがやがや家族や友だちのみんなと楽しい時間を過ごしてください。

ではここで主な鍋料理をご紹介します。スーパーで市販の鍋の素も手に入りますので是非使ってみてください。主なタレはポン酢やゴマダレです。

**チゲ鍋** 朝鮮料理で唐辛子味の鍋物。チゲとは朝鮮語で煮物の意味。中心となる食材は豚バラ肉の薄切りやタラ、豆腐など。それらと一緒にニラ、白菜、きのこ類などをダシ汁で煮ながら食べる。

**湯豆腐** 鍋に昆布を敷き、豆腐を湯で温めてポン酢などをつけて食べる。

**寄せ鍋** だしは薄味で、色々な具を入れる鍋物。牛肉と豚肉は入れないらしいが、鶏肉は大丈夫らしい。(理由は良く分からない)

**ちゃんこ鍋** 相撲部屋の力士の食事がちゃんこ鍋。最も多いのは魚介類を中心に野菜がたっぷり入っている鍋。

**しゃぶしゃぶ** 肉を鍋の湯の中にくぐらせゴマダレで食べる。肉をゆでる行為が「しゃぶしゃぶ」という音を作るのでこう呼ばれる。

**豆乳鍋** 豆乳と白味噌でだしを作り、鶏肉、鮭、牡蠣や野菜類を入れた鍋物。

## おもち

おもちには色々な食べ方があります。煮たり焼いたりして食べます。内側が柔らかくなるくらいまで焼いて(ストープの上などで焼いていると少しずつふくらんで面白いです)、海苔を巻いて、しょうゆと砂糖を付けて食べるのが私の定番です。鍋料理やすきやきの時に加えてもおいしいです。

また、甘い料理として「ぜんざい」(小豆と砂糖を煮たお汁の中におもちが入ったもの)というのもあります。お正月の時期に一番食べますが、一年を通じてスーパーなどで手に入ります。色々な食べ方に挑戦してみてください。

## おもちを食べるときは注意してください (担当: 吉田 進)

もちはネバネバしていてよく噛まないで喉に詰まります。毎年、詰まらせて死に至る人も少なからずいます。もちを食べるときには必ず手元に水を用意しておきましょう。

## 日本のストーブ (担当: 木野羊子)

一石二鳥という日本語を知っていますか？ 一つの石を投げたら、二羽の鳥に当たって、二羽の鳥をつかまえることができた、という意味です。今回は日本の冬の一石二鳥 石油ストーブを紹介します。

石油ストーブは一度に家の中を暖かくしながら、コーヒーのお湯をわかし、お餅を焼くこともできるので、乾燥した室内はヤカンストーブの上に載せることで蒸気発生させ、うるおいを保つことができます。またスーブなどを煮込みたいときにも便利です。エアコンをつけても足元が暖かくなないと感じている人は是非試してください。

ストーブは一万円前後で電気屋さんなどで買うことができます。また石油はガソリンスタンドで 18 リットルの容器あたり1300円くらいで買うことができます。車などでガソリンスタンドにいけない人のために、車で訪問販売もしています。

つけ方は、「点火」と書いてあるところにレバーを持っていき、中央の丸い部分のつまみを上げて、火をつけるだけです。ただし、時々部屋の空気を入れ替えないければ、一酸化炭素中毒になってしまうこともあるので注意してください。



# Valentine's Day and White Day

BYKEIKO SATO

February 14<sup>th</sup> is Valentine's Day. Valentine's Day is to commemorate St. Valentine who encouraged soldiers to marry in Rome against the emperor's wishes and died a martyr of love in the third century.

In 1936, Valentine's Day was first introduced to Japan, and spread from the 50's when Valentine's gifts first went on sale in department stores in Japan. The first year they sold five bars of chocolate and earned 150 yen, but now make 400 billion yen just during the Valentine's sales season.

On Valentine's Day in Japan, chocolate is given by the woman to the man. Feelings of love that some women cannot say aloud because they are embarrassed, are represented by the chocolate.

Moreover, "Giri-choko" - courtesy chocolate- is given to express gratitude to whosoever the giver has been indebted over the years. However, it is not only the man who receives presents, he must return the favor by giving the woman a present on White Day, March 14<sup>th</sup>.

The present on White Day is usually candy, but please note that a "Cookie can mean YES, and marshmallow can mean NO", or the other way round. The candy can have some meaning attributed to it by girls, so pay attention, boys!

Though one need not worry about meaning in courtesy chocolates, some women may expect a "three times over return".

Reference: Chocolate & Cocoa Association of Japan  
<http://www.chocolate-cocoa.com/>



## Setsubun (The eve of the first day of spring)

BYETSUKO SOEDA

Setsubun actually signifies "the parting of the seasons," especially nowadays it falls around February 3<sup>rd</sup>, the day before the first day of spring. On the evening of this day, people yell, "Out with the devil! In with happiness!" while scattering parched soybeans inside and outside of their homes. People decorate the entrance of their homes with holly leaves with a dried sardine in order to protect their family against the devil. This custom comes from the tradition that the devil will be wounded by holly leaves and will be surprised by the smell of sardines, so he will be repelled from your house.



Setsubun is New Year's Eve according to the lunar calendar. Scattering soybeans on the night of that day is an important event to exorcise evil spirits and welcome the New Year before the year god comes. To pray for good health in the New Year, there is also the custom of eating only the same number of soybeans as one's age.

## Juken (Taking school entrance exams)

BYSHIMAMATSUI & SUSUMU YOSHIDA

The season of the hardest study for students has come.

Usually, school entrance exams in Japan take place at the end of January through to the beginning of March. Students study hard in school and some of them also study in cram schools so as to attain a level sufficient to pass the entrance exam of one's chosen school.

It's not going too far to say that getting into a high-level school will affect one's future life in Japan, so some parents try to get their children into kindergartens that are affiliated with famous universities.

Usually the results of the exams come out during March.

On the other hand, some high schools and universities adopt the candidate on recommendation, in which they judge his or her character, and willingness to study at the new school as well as their academic ability through their essays and interviews.

These educational institutes have introduced it because there are a growing number of students who lose their purpose and eagerness to study after entering and end up leaving or being expelled from their school.

Thus, the entrance exam system in Japan has been diversified in many ways to accommodate changes in Japanese society.

# バレンタインデー・ホワイトデー

(担当: 佐藤恵子)

2月14日はバレンタインデーです。3世紀にローマで、皇帝に逆らって兵士を結婚させた聖バレンタインが殉教した日にちなんでいます。

日本で最初にバレンタインが紹介されたのは昭和11年ですが、広まったのはデパートで初めてバレンタインセールが行われた昭和30年代からです。最初のセールで売れたのはチョコレート5枚150円でしたが、現在ではバレンタインシーズンのチョコレートだけで4000億円という売り上げを上げています。

バレンタインデーには女性から男性にチョコレートを贈ります。普段は恥ずかしくて口にできない「好き」の気持ちをチョコレートと一緒に渡し、告白するのです。

また、会社や学校で日頃お世話になっている人への感謝の気持ちを込めた「義理チョコ」を渡すこともあります。

男性はいただくばかりではありません。3月14日のホワイトデーにはお返しのでプレゼントを渡さなければなりません。お菓子を渡すことが多いのですが、「クッキーはYES、マシュマロはNO」だったり、その逆だったり、キャンディに意味が込められていたり、と、女の子の間に色々な意味が考えられていますので好意を告白されたときにはご注意ください。

義理チョコにはその心配はなさそうですが、「3倍返し」を期待しているちゃっかりした女性もいるようです。

参考: 日本チョコレート・ココア協会 <http://www.chocolate-cocoa.com/>

## 節分

(担当: 副田悦子)

節分とは本来「季節の分かれ目」を意味していましたが、現在では特に、立春の前日である2月3日ごろがこれに当たります。この日の夜、人々は煎った大豆を家の内外にまきながら、「鬼は外! 福は内!」と唱えます。冬の枝に自刺し(イワシの丸干し)の頭をさしたものを玄関などの出入り口にさしておくと鬼が入って来ないといわれますが、これは鬼が冬の葉に刺さって痛み、イワシの臭いにびっくりして逃げて行くという言い伝えからです。

節分は旧暦では大晦日にあたります。節分の夜に豆をまくのは年神様がくる前に鬼を追い出し、新しい年を迎える大切な行事といわれています。また、その年の健康を祈るため、大豆を自分の年の数だけ食べるという習慣もあります。

## 受験

(担当: 松井姿磨・吉田進)

学生にとって勉強をする時期がやってきました。

普通日本では、受験は1月末頃から3月の初めに行われます。学生たちはよく勉強し、中には塾にも通い、自分の希望する学校の試験に合格するために勉強します。

ハイレベルな学校に入学することは、その人の人生をも左右すると言っても過言ではありません。そのため、有名大学の附属である幼稚園に子供を入学させようとする親もいます。

受験の結果は3月中に発表されます。

一方で、推薦入試を取り入れる高校や大学もあり、推薦入試では学力だけでなく人物や本人の入学後の学習意欲について作文や面接により判断し、合格者を決めます。

この推薦入試導入の背景には、高校や大学に入学しても目的を持たずに学習意欲をなくしてしまい、最終的には退学をして(させられて)しまう学生が増えていることがあります。

このように日本の受験のやり方は、日本社会の変化に応じて多様化しています。

# Take me skiing! BYSATOMI MOTOYAMA

We have had a lot of snow even in Kochi this year. Why don't you use this rare opportunity and go skiing nearby? I'd like to introduce some major skiing areas in Shikoku and also some useful websites.

## Kuma Ski Land (Ehime)

There are not many pistes, but they are all wide so everybody, from a beginner to an advanced learner, can enjoy them. You can get there comparatively easily.

## Mikawa Skiing Resort (Ehime)

This is a skiing area with the most pistes in Shikoku. You can ski on all courses with a lot of snow this year. There are many narrow roads that wind up to the skiing area, so if you don't have a 4WD car or you don't have the confidence to drive there, you had better not go...

## Ishizuchi Skiing Resort (Ehime)

This is not such a well-known area. If you find it, you will enjoy it a lot, but it is a bit hard to get there because the roads are covered with snow.

## Sol-Fa Oda Ski Gerande (Ehime)

<http://www.sol-fa.com/gerande.html>

There is a half-pipe for snowboarding and all the pistes are perfect. This year, the skiing area has been remodeled, so why not try this great skiing area.

## Tengu-Kogen (Kochi)

This is the only skiing area in Kochi. Usually, there is little snow here, but this would be a great spot this year since there is so much snow.

"Jalan net" <http://www.jalan.net/> is recommended if you want to get skiing area information. Unfortunately, there is not an English version, but you can get minimum information with a map and marks. When you want to know a snowfall state right before you go, check it at Yahoo ski & Snow -<http://outdoor.yahoo.co.jp/snow/>!

If you think about skiing outside of Shikoku, "Snow Japan" website includes English pages and is highly recommended. <http://www.snowjapan.com/>



# Info from Museum of Art, Kochi

## Modern Vietnamese Art Exhibition Gallery Talk

During this exhibition of modern Vietnamese art, we will be holding gallery talks every Sunday. It will be undertaken by one of the museum's curators, so come and appreciate the art with us.

Date and Time: Every Sunday until 5<sup>th</sup> March, 2pm-3pm

On 19<sup>th</sup> February there will be English interpretation available. Also, on 26<sup>th</sup> February and 5<sup>th</sup> March, we will be joined by Vietnamese exchange students.

Place: Museum of Art, Kochi. Takasu 353-2, Kochi City

Cost: ¥700 on the door, ¥600 in advance

Inquiries: Museum of Art, Kochi Kageyama

Tel: 088-866-8000 Email: [museum@kochi-bunkazaidan.or.jp](mailto:museum@kochi-bunkazaidan.or.jp)

## Cinema BYSEKIKO OHNAKA "Flightplan"

After the death of her husband, aircraft designer Kyle Prattis is flying to the United States for the burial with her 6 year-old daughter Julia.

On the flight, Kyle falls asleep and when she awakes, Julia is missing without a trace, but nobody remembers seeing the child on the plane. Furthermore, Julia, the name of Kyle's daughter doesn't even appear on the flight manifest.

The pilot Rich and Air Marshall Carson insist that her daughter was never on board, but Kyle is still determined to find her daughter.

The director is Robert Schwentke. It stars Jodie Foster, Peter Sarsgaard, Sean Bean.

Published by Kochi International Association (KIA)  
TEL:088-875-0022 FAX:088-875-4929 Email: [kia@mb.inforiyoma.or.jp](mailto:kia@mb.inforiyoma.or.jp)  
Edited by Tosa Wave volunteers and KIA staff  
English Edited by Dan Lochmann (Kencho CIR)

# 私をスキーに連れてって! (担当: 本山里美)

今年は例年になく、高知でも各地で大雪となっています。こんな時こそ、近場のスキー場で楽しんでみてはいかが? 今回は、四国内のメジャーなスキー場と便利なウェブサイトを紹介したいと思います。

## 久万スキーランド (愛媛)

コースは少ないですが、広々としているので、初心者から上級者まで十分に楽しめます。スキー場までのアクセスは比較的楽に行けるのが特徴。

## 美川スキー場 (愛媛)

四国内では最もコース数が多く、雪が多い今年は全コース滑走可なので打って付けの場所。スキー場までは、曲がりくねった細い道が続くので、4WD車を持っていない人や運転に自信がない人は遠慮した方が良いでしょう。

## 石鎚スキー場 (愛媛)

意外と知らない人も多いこのスキー場は穴場です。行ってみれば、ここのものなのですが、行くまでにかなり労力を使うかも.....!?

## ソルファオダスキーゲレンデ (愛媛) <http://www.sol-fa.com/gerande.html>

本格的なハーフパイプなどがあり、コースは充実。今回、リニューアルとあって、一度は行ってみたいスキー場。

## 天狗高原スキー場 (高知)

高知に唯一あるスキー場です。例年はあまり雪がないと不評のこのスキー場も今年は狙い目かもしれません。

スキー場情報を見たいなら「じゃらんnet」<http://www.jalan.net/>がおすすめです。あいにく、英語バージョンはないのですが、地図で場所が分かったり、マークで示されているので、最小限の情報を得ることはできると思います。出かける直前に降雪状態を知りたい時は YAHOO スキー & スノ -<http://outdoor.yahoo.co.jp/snow/> でチェック! また、四国外なら「スノージャパン」のサイトは英語版もあり大変おすすめです。 <http://www.snowjapan.com/>

# 県立美術館よりお知らせ

## 「ベトナム近代絵画展」ギャラリー・トークのご案内

「ベトナム近代絵画展」期間中、毎週日曜日にギャラリー・トークを行います。担当学芸員が作品解説を行いながら、皆さんと一緒に鑑賞します。

日時: 3月5日までの毎週日曜日 14時から15時

2月19日は英語の同時通訳つきです。また、2月26日、3月5日はベトナム人留学生と一緒に展覧会を鑑賞します。こちらは、日本語とベトナム語になります。

場所: 高知県立美術館企画展示室内 高知市高須353-2

料金: 一般700円(前売券600円)

お問い合わせ: 高知県立美術館 影山 電話: 088-866-8000

Email: [museum@kochi-bunkazaidan.or.jp](mailto:museum@kochi-bunkazaidan.or.jp)

えい が じょう ほう

## 映画情報「フライトプラン」 (担当: 大中世紀子)

夫の死後、航空機設計士のカイル・ブラットは6歳の娘ジュリアと共に夫の埋葬のためにアメリカへと飛んでいた。機内でカイルが眠り、そして目覚めてみればジュリアは忽然と姿を消してしまう。しかし誰も機内で子どもを見かけた覚えがない。しかもカイルの娘の名前、ジュリアは乗客名簿からも消えている。機長のリッチと連邦航空保安官のマーシャルは彼女の娘は搭乗してなかったと主張するが、カイルはそれでも娘を探そうと決意する。

監督はロベルト・シュヴェンケ。出演はジョディ・フォスター、ピーター・サースガード、ショーン・ビーンである。

発行: 財団法人高知県国際交流協会 (KIA)  
電話: 088-875-0022 FAX: 088-875-4929 Email: [kia@mb.inforiyoma.or.jp](mailto:kia@mb.inforiyoma.or.jp)  
編集: 広報ボランティア・KIAスタッフ  
校正: ダニエル・ロクマン (県国際交流員)