

ふれあい通信



Fureai Tsushin

公益財団法人 西宮市国際交流協会
 〒662-0911 西宮市池田町11番1号
 (フレンテ西宮4F)
 TEL (0798) 32-8680
 FAX (0798) 32-8678
 E-mail : nia@nishi.or.jp
 WEBSITE▶

大切な人に手渡したくなる防災特集③

1 ハザードマップを
チェックした

2 情報の入手経路も
確保した

3 防災バッグもばっちり

4 ご近所つながり！

年越し、新年を迎えるにあたり、防災用品のチェックもしておきましょう。今号では、避難所に避難する際の非常持ち出し品についておさらいします。その中でも「一次持ち出し品」は避難して1日目をしのぐために必要なものです。リュックなどにまとめて持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

●一次持ち出し品リスト

- 貴重品、現金(10円玉)
- ヘルメット、軍手、運動靴
- 携帯毛布、タオル、衣類
- ラジオ 懐中電灯
- ナイフ、缶切り
- 救急用品
- 水、食料

災害時に必要なものは一人ひとり異なるので、自分用にアレンジして準備しましょう。 ※リストは消防庁のホームページを参考に作成しました。



(Y. M)



一次持ち出し品はどれくらいの重さが目安でしょうか？
 (答えと解説は次のページへ)

避難所MAP Vol.3 北口・瓦木-上甲子園



避難所マップは、西宮市のホームページに一覧で掲載されています。

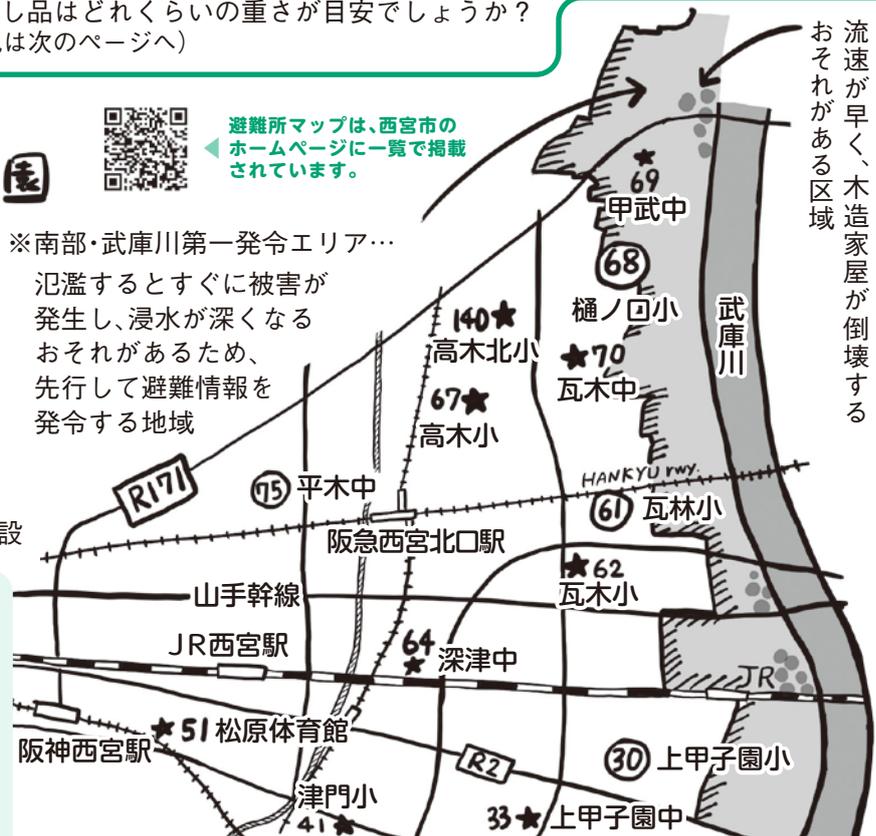
災害時に最寄りの避難所がどこか知っておくことは大切です。このコーナーでは、何回かに分けて西宮市内の避難所を紹介していきます。第3回目は北口・瓦木～上甲子園です。

※南部・武庫川第一発令エリア…

氾濫するとすぐに被害が発生し、浸水が深くなるおそれがあるため、先行して避難情報を発令する地域

- → 避難情報の発令前に開設
- ★ → 洪水のおそれが高まった時に開設

市から出される避難情報や避難所開設情報を確認して、避難するようにしてください。「西宮市防災ポータル」を確認してください。避難所の開設情報も多言語(機械翻訳)で掲載しています。



流速が早く、木造家屋が倒壊するおそれがある区域



非常持ち出し袋にいれるもの



指定避難所にはなんでも揃っていると思っていませんか。実は避難所として指定されている施設は主に小中学校で、専門の避難所として常設されているわけがありません。備蓄品はありますが、すべてが揃っているわけでも全員の分があるわけでもありません。「安全な場所」を提供してもらおうと考えた方がいいでしょう。従って必要なものは自分で持参しなければいけません。では、避難所で必要なものとはどんなものでしょうか。

◎非常持ち出し品

非常持ち出し品には、常に持ち歩く「常備持ち出し品」、災害時にさっと持ち出して避難する「一次持ち出し品」、3日間程度の被災生活に備えた「二次持ち出し品」の3種類があります。

まずは、避難して1日目をしのぐために必要とされるものとして、一次持ち出し品について考えてみましょう。

◎一次持ち出し品の中身

一次持ち出し品は災害時にさっと持ち出して逃げられる必要最低限の備えです。具体的な持ち出し品リストの主なものは一面に載せています。現金の中であると便利なのが10円硬貨です。携帯電話が使えない時に備えての公衆電話用です。目安として、水は500mlペットボトル2～3本、食料は調理せずに簡単に食べられるものを備えておきましょう。ティッシュペーパー、ビニール袋、筆記用具、雨具などがあると役に立つでしょう。また、非常持ち出し袋には入れていなくても、普段飲んでいる

薬や携帯電話のモバイルバッテリーも避難時には必携です。

乳幼児がいる場合は離乳食やおむつ、お気に入りのおもちゃ、高齢者がいる家族なら入れ歯や介護食など、家族構成や世帯事情に応じて必要なものは異なります。「ないと困るもの」は何かそれぞれに考えましょう。

カバンは両手の空くりュックサックが便利です。必要なものを入れたら重すぎないか背負って確かめてください。保管場所は玄関や寝室など、いつでも持ち出せるところに置いておきましょう。予備を車のトランクに置いておくのも良いです。(Y. I)

一面のクイズの答え

一般的には成人男性で15kg、成人女性で10kgが目安とされています。



スペインの ポルボロン(ポルボローネ)

スイーツは大人から子どもまで、心を和ませてくれるもの。世界の国々や地域に伝わる、行事にまつわるスイーツや季節にいただくスイーツを紹介します。

材料 (16枚程)

- ・薄力粉……………80g
- ・アーモンドパウダー……………30g
- ・無塩バター……………55g
- ・粉砂糖……………40g
- ・シナモン……………小さじ1/2

*バターは大きめのボウルに入れ、常温に戻しておく

*仕上げ用粉砂糖

作り方

- ①薄力粉をフライパンに入れ、中弱火にして、ヘラで混ぜながら炒める。淡いキツネ色になったら、シートの上に移し、冷ましておく。
- ②ボウルに入れたバターを混ぜ、粉砂糖を加えてクリーム状にする。
- ③②のボウルにアーモンドパウダーを入れてよく混ぜ、その上から①の粉とシナモンをふるい入れ、全体がしっとりするまでゴムヘラで切り混ぜる。

④③の生地をまとめ、ラップで球状にしっかり包んで30分程休ませる。

⑤④の生地を2つに分割し、シートの上に乗せ、それぞれ直径3cm程の丸い棒状に伸ばし、ラップで包み直して形を整える。

⑥オーブンを150℃に予熱。⑤の棒状の生地を8等分(厚さ1～1.5cm)に切り、シートを敷いた天板に並べ、15～20分程焼く。

⑦焼き上がりはもろいので、そのまま天板の上で冷ましてから粉砂糖を振る。



アンダルシア地方の伝統のお菓子「ポルボロン」。スペイン語で「パウダー」を意味する「ポルボ」が名前の由来です。その食感から、口の中でホロホロと溶けるまでに3回ポルボロンを唱えたと願いが叶う「幸せを呼ぶお菓子」として親しまれています。歴史を辿ると、8世紀以降、イスラム王朝の支配下でもたらされ、ポルボロンは大人気となりました。その後13世紀以降、キリスト教徒による国土回復運動が盛んになり、イスラム教徒を排除する為に、修道院で作られていたポルボロンの材料のバターをイスラム教徒がハラム(忌避)とする豚のラードに変更したという逸話があります。15世紀以降大航海時代に海を渡って、それぞれの国の嗜好に合わせたポルボロンが生まれています。

クリスマスに欠かせないお菓子の一つ。作り方は簡単です。ぜひお試し下さい。

(Y. U)

今回お話を伺ったのは、モロッコ出身のアユブ・エルボニさんです。アユブさんは関西学院大学の留学生でNIAでも日本語の読み書きを勉強しています。

映画「ラスト・サムライ」に感動して

アユブさんはJICAのプログラムで奨学金を提供され、現在関西学院大学のマスターコースで経営学を学んでいます。2024年4月に来日し、約半年を経た現在は日本生活にも馴染んで楽しく毎日を過ごしています。

アユブさんが日本との接点を初めて持ったのは、7歳の頃、当時日本のアニメがモロッコでも上映され、「ロミオの青い空」や「キャプテン翼」は人気の番組でした。電化製品や自動車が日本製だったことも日本という国への親しみになっていったそうです。しかしそれよりも、2003年公開の映画「ラスト・サムラ

イ」を見た時に、日本文化や日本の精神世界に心を打たれ、どうしても日本へ行きたいという気持ちになりました。10代後半の頃です。モロッコではNHKのドキュメンタリー番組で日本の暮らしや、街並みを放送することがあり、十分情報を得ることもできました。アユブさんは2016年から留学プログラムに応募し、試験を



受け続けましたが、なかなか合格せず、あきらめて一度は就職して社会人となりました。そして2024年になり、久しぶりにまたトライしたところ、合格したのです。

関西学院大学で学ぶことになったのは、いくつかの大学からの選択で

す。学びたいことは沢山あり、その中でも漢字を覚えることにすごく興味があるそうです。漢字はアルファベットと異なり、一字の中に意味があり、構成があり、違う読み方があります。他の言語にはない特徴です。それでは好きな漢字を一つ教えてくださいという質問に、「それは整という字です」と答えてくれました。この字を覚えるときに「女の人が髪の毛を正しくととのえる」と教わったそうです。日本文化を尊敬しているというアユブさんの真面目な人柄が感じられる選択だと思いました。

日本に来てからは納豆も食べるし、他の国では信頼しないから食べない刺身を使ったお寿司も食べ、ホームビジットでごちそうになったたこ焼きもおいしくいただいたそうです。憧れだった日本に来て、期待通りだった日本での生活をいっぱい満喫し、2年後には日本文化をすっかり身に着けているかもしれません。

(M. M)

NIAインフォメーションBOX



INFORMATION

第29回西宮国際交流デーを開催します！

恒例の西宮国際交流デーは、2月8日(土) フレンテ西宮4階、5階ホールで開催します。当協会ボランティア、西宮市姉妹友好都市団体やNPO・NGO等、そして外国人市民の方々の協力を得て民族音楽パフォーマンスやバザーなど盛りだくさんの催しを実施します。みなさまのご来場をお待ちしています。

外国人のための無料相談会

司法書士・行政書士が無料で相談に応じます(秘密厳守)。通訳ボランティアがおりますので、言葉の心配はいりません。電話またはメールで予約してください。

日程	内容	場所
1月26日(日) 13:00~16:00	在留資格相談	NIA 会議室
3月16日(日) 13:00~16:00		

インターナショナルキッズクラブ

～外国にルーツを持つお子さま(未就学児)・保護者の交流会～

日時	内容	場所
1月25日(土) 10:30~11:30	親子で楽しむ 音の世界	NIA 会議室
3月1日(土) 10:30~11:30	初めての お箏	

参加費:無料



◇ボランティア募集◇

当協会では、現在、次のようなボランティアを募集しています。

- 発送ボランティア：年4回「ふれあい通信」発送のための封入作業です。
- 中国語、韓国・朝鮮語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語などの通訳、翻訳ボランティア：簡単な日常会話の通訳から、機関紙等の翻訳まで、さまざまなレベルのボランティアさんを探しています。



◇賛助会員募集◇

国際交流事業を推進するため、当協会へのご支援をお願いいたします。

- 年会費：団体／1口20,000円
個人／1口3,000円
ボランティア／1口2,000円
- 特典：図書無料貸し出し。会議室等の使用料割引。協会主催イベントの各種優先案内。市内施設の入館料割引。

イベントや災害情報など多言語で情報提供をします。

西宮市国際交流協会(NIA)
Facebook



お友達登録をお願いします

西宮市在住外国人の状況

※2024年11月現在 西宮市データより

国籍	人数	割合
韓国・朝鮮	3,088	35.00%
中国	1,465	16.61%
ベトナム	1,241	14.07%
ネパール	417	4.73%
フィリピン	398	4.51%
インドネシア	319	3.62%
アメリカ	255	2.89%
ミャンマー	250	2.83%
台湾	179	2.03%
ブラジル	122	1.38%
タイ	106	1.20%
バングラデシュ	95	1.08%
英国	81	0.92%
その他	806	9.14%
合計	8,822	100.00%

西宮市人口 482,687
外国人の占める割合 1.83%

機関紙編集ボランティア募集!

「ふれあい通信」は編集ボランティアと協会職員で作成しています。一緒に活動してくれるボランティアを募集しています。興味のある方は通信の感想を添えて当協会までご連絡ください。



広告大募集

◆発刊言語

日本語、英語、中国語、韓国・朝鮮語年4回発行

◆配布対象

賛助会員、外国人会員、ボランティア会員、その他一般市民、他協会、西宮市内の公民館、市民館、図書館、市内の高校、大学など

◆当協会ホームページに1年間掲載

◆広告掲載料金

価格
大：年額 40,000円(団体会費20,000円含む)
小：年額 32,000円(団体会費20,000円含む)



NISHINOMIYA

フレンテ西宮専門店街

お、ねだん以上。



フレンテ西宮

〒662-0911 西宮市池田町11番1号

Tel.0798-32-8550

HPアドレス <http://www.frente-nishinomiya.com/>

公式フェイスブック
情報配信中

<https://www.facebook.com/frentenishinomiya>



専門店街
営業時間 10:00 ▶ 20:00

1Fグルメストリートは20:00以降も営業いたしております。

公式アプリ
情報配信中



日本管財株式会社
www.nkanzai.co.jp

快適をもっと、最適をずっと。



- 本店：〒662-8588 兵庫県西宮市六湛寺町9-16
- 本社：〒103-0027 東京都中央区日本橋2-1-10 柳屋ビルディング
- 設立年月日：昭和40年10月27日
- 事業内容：○建物管理運営事業 ○住宅管理運営事業 ○環境施設管理事業
○不動産ファンドマネジメント事業 ○その他の事業

行政書士 高田正事務所



入管
帰化・永住

建設・経審
入札・産廃業

各種許認可

『街の法律家』として
あなたの強い味方となります!

仕事のスピード
より正確な仕事を心掛けます!

長年の信頼と実績の
行政書士です。

☎078-242-3497 FAX 078-251-6138 お気軽にご相談ください

〒651-0093 神戸市中央区二宮町2丁目10-24(阪急・阪神・JR三宮駅徒歩10分)

●お問い合わせはメールでも承ります takatajimuso@nifty.com