

《Mga Nilalaman》

P. 1 Mga tao na nagniningning.  
P. 2~P. 3 Lista ng mga Japanese school sa Akita pref.  
P. 4 Simpleng lutong bahay ng Hapon.

《目次》

P.1 輝き人 P.2~P.3秋田県内の日本語教室一覧  
P.4日本の簡単な家庭料理

# Maningning Na Tao

かがや びと  
輝き人

Sa korner na ito ipinakikilala ang maningning na taong  
banyagang nakatira sa Akita ken.

あき た けんざいじゅう かがや がいこくしゅつしん かた しょうかい  
秋田県在住の輝いている外国出身の方をご紹介します。

Dito ipakilala natin si Romain Marie.Siya po ay nagtuturo nang wikang  
French sa Kanariya Hoikuen.

こんかい ほいくえん こ おし  
今回は、カナリヤ保育園でフランス語を教えているマリ・ロマンさんです。

Pangalan : Romain Marie (lalaki)

Kapanganakan : France

Naninirahan dito: 3 taon

Trabaho : Nag-tuturo ng wikang French

## Romain Marie (M)

なまえ だんせい  
名前 :マリ・ロマンさん 男性

しゅつしんこく  
出身国:フランス

ざいにちれき ねん  
在日歴:3年

しよくぎょう ごこうし  
職業 :フランス語講師

## K amusta po ang pamumuhay dito sa Akita?

Tatlong taon na po ako rito sa Japan.At dalawang taon na  
naninirahan sa Akita.Masyadong malamig dito tuwing taglamig (winter) at masyadong maalinsangan sa tag-araw(summer).  
Interesado po ako sa kasaysayan at kulturang Hapon.Lalo na po ang lgo (board game) at komiks(comics).

Pumasok po ako sa University na nag tuturo nang kulturang Hapon. Pagkatapos kong maka- graduate sa University ay punta po ako dito sa Japan para  
mag-aral ulit.Ang pamumuhay rito sa Akita ay lubhang kumportable at mababait ang tao pero mahiyain.Sa anyo kong ito,kahit nag salita ako nang  
Hapon ang balik na salita sa akin ay English.Sa totoo hindi ko gusto na sagutin ako sa salitang English,kasi Pranses ako.Sa ngayon nag-tatrabaho ako  
sa nursery school para mag-turo nang Pranses.At mayroon din akong eskwelahan ng wikang French dito sa Akita.  
Pakiramdam ko ay napakarewarding ng trabaho ko,kasi napapaligiran ako nang mga bata na gusto ko at maligayang maligaya ako.

### あきた せいかつ 秋田での生活はどうですか。

にほん き ねん あきた き ねん た あきた きこう こと ふゆ さむ なつ む あつ とくちよう わたし す とき  
日本に来て3年、秋田に来て2年が経ちました。秋田はフランスの気候と異なり、冬はとても寒く、夏は蒸し暑さが特徴です。私はフランスに住んでいた時  
から、日本の歴史や文化に興味を持っていました。特に囲碁とマンガが好きです。大学も日本文化を学ぶ大学に入学し、大学院の時、日本へ留学しまし  
た。秋田での生活はとても快適です。秋田の方はみんな優しいですが、とてもシャイですね。私は見た目で見れば、日本語で話しかけても英語で返  
されるのはちょっと嫌ですね。フランス人ですから。現在は保育園でフランス語を教えています。また秋田市を中心にフランス語教室を開いています。子  
どもが大好きなので、この仕事にとってもやりがいを感じています。子どもたちに囲まれるのは本当に幸せですね。

## M agbilin ka nang mensahe para sa mga tao ng Akita

Ang Japan ay isang kahanga-hangang bansa.Kulturang may kasaysayan at tradisyon na kaakit-akit.Mataas na tinataguyod ang bansang Hapon sa Euro-  
pa lalo na sa France.Kaya,mga mamamayan ng Japan ,at ipagmalaki ang sariling kultura. Ganun din sana sa mga mamamayan ng Akita.  
Tulad ko , nakakalungkot isipin na sa dahilan ng klima at pamamasukan ay nililisan ng ilan ang sariling bayan. Sa hinaharap,gusto kong mag-lunsad at  
mamahala ng kompanya kasangkot nang aking bansa,tulad ng French classroom ,proyekto pang turista,magtuturo ng lutong France atbp .Umaasa ako  
at ipatuloy ko ang pag-apila nang bansang France sa Akita. I will do my best.

### あきた かたがた ねが 秋田の方々にメッセージをお願いします。

にほん ほんとう すば くに れきし ぶんか でんとう みりよくてき とく にほん たか ひょうか にほん  
日本は本当に素晴らしい国です。歴史ある文化や伝統もとても魅力的で、ヨーロッパ、特にフランスでは、日本を高く評価しています。なので、日本のみな  
さんは、もっと自分たちの文化に誇りを持って欲しいと思います。秋田も同じです。雇用や風土の理由で、秋田から離れる方がいるのは残念です。将来は、  
フランスに関わる会社を立ち上げ、フランス語教室やフランス旅行企画、フランス料理教室などを運営し、どんどん秋田にフランスをアピールしていきたい  
と思っています。頑張ります!

# Listahan ng lahat na Japanese Classroom sa Akita

あき た けん ない に ほん ごと きょうしつ いち らん  
秋田県内の日本語教室一覧

- ① Pangalan nang mga classroom / 教室名  
② Petsa at oras ng Klase / 開催日時  
③ Lugar kung saan ginaganap ang klase / 開催場所  
④ Tuition fee / 受講料  
⑤ Contact information / 連絡先

<p>かつのし 【Kazuno City / 鹿角市】</p>	<p>おおだてし 【Odate City / 大館市】</p>
<p>① Kazuno City Japanese Class / 鹿角市日本語教室 ② Sabado / 土曜 1:30-3:30 ③ Hanawa Shimin Center / 花輪市民センター ④ Libre / 無料 ⑤ Shogaigakushuka / 生涯学習課 ☎0186-30-0294</p>	<p>① Odate City Japanese Class / 大館市日本語教室 ② Lunes / 月曜 5:30-7:30 Miyerkules / 水曜 10:00-12:00 ③ Kenpokubu Danjokyodo Sankaku Center / 県北部男女共同参画センター ④ Libre / 無料 ⑤ Kikaku ChouseiKa / 企画調整課 ☎0186-43-7027</p>
<p>きたあきたし 【Kita-Akita City / 北秋田市】</p>	<p>のしろし 【Noshiro City / 能代市】</p>
<p>① Kita Akita City Japanese Classroom / 北秋田市日本語教室 ② Linggo / 日曜 10:00-12:00 ③ Kita Akita city bunka kaikan / 北秋田市文化会館 ④ Libre / 無料 ⑤ Shougai Gakushuhan / 生涯学習班 ☎0186-62-1130</p>	<p>① Japanese Classroom / 日本語講座 ② Martes / 火曜 Huwebes / 木曜 ③ (Martes) Noshiro City Chuoh KouminKan / (火)能代市中央公民館 ③ (Huwebes) Hataraku Fujin no ie / (木)働く婦人の家 ④ Libre / 無料 ⑤ Kikaku Shimin Katsuryouku SuishinKa / 企画部市民活力推進課 ☎0185-89-2148</p>
<p>かみこあにむら 【Kami Koani Mura / 上小阿仁村】</p>	<p>ふじさとまち 【Fuji sato machi / 藤里町】</p>
<p>① Fureai gakkyu / ふれあい学級 ② Sabado / 土曜 PM 7:00- ③ Kami Koani Mura Shogai gakushu center / 上小阿仁村生涯学習センター ④ Libre / 無料 ⑤ Kyoiku linkai / 教育委員会 ☎0186-60-9000</p>	<p>① Fujisato Town Japanese Class / 藤里町国際交流協会日本語教室 ② Miyerkules (2 beses kada buwan) / 水曜 (月2回) ③ Fujisato Town Sansedai KouryuKan / 藤里町三世代交流館 ④ Libre / 無料 ⑤ Kyoiku linkai / 教育委員会 ☎0185-79-1327</p>
<p>みたねちょう 【Mitane cho / 三種町】</p>	<p>はちろうがたまち 【Hachirogata Machi / 八郎潟町】</p>
<p>① Japanese Class / にほんご教室 ② Tuwing 1<sup>st</sup>・3<sup>rd</sup> Martes / 第1・3火曜 10:00-12:00 Tuwing 2<sup>nd</sup>・4<sup>th</sup> Biyernes / 第2・4金曜 10:00-12:00 ③ Hachiryu Kominkan / 八竜公民館 ④ Libre / 無料 ⑤ Hachiryu Koumin Kan / 八竜公民館 ☎0185-85-2177</p>	<p>① Japanese Class Hachirogata Kaijo / 日本語教室八郎潟会場 ② uwing 1<sup>st</sup>・2<sup>nd</sup>・3<sup>rd</sup> Huwebes / 第1.2.3木曜 PM 7:00-9:00 (June~March) ③ Roman no Sato / ロマンの里 ④ Libre / 無料 ⑤ Mr.Kodama's residence / 児玉さん宅 ☎018-875-2092</p>
<p>おがし 【Oga City / 男鹿市】</p>	<p>かたがみし 【Katagami City / 潟上市】</p>
<p>① Japanese Class / 日本語教室 ② Sabado / 土曜 10:00-12:00 ③ Oga City Chu oh Kouminkan / 男鹿市中央公民館 ④ Libre / 無料 ⑤ Oga City Chu oh Kouminkan / 男鹿市中央公民館 ☎0185-23-2251</p>	<p>① Katagami City Japanese Class / 潟上市日本語教室 ② Linggo (2, 3 beses kada buwan) / 日曜 (月2~3回) ③ Katagami City Tenno Kouminkan / 潟上市天王公民館 ④ Libre / 無料 ⑤ Mr.Takuya Tanaka's residence / 田仲拓也さん宅 ☎018-878-4111</p>
<p>あきたし 【Akita City / 秋田市】</p>	<p>あきたし 【Akita City / 秋田市】</p>
<p>① Akita City Japanese Class / 秋田市日本語教室 ② Huwebes / 木曜 PM 6:30-8:00 ③ Joinus / ジョイナス ④ Libre / 無料 ⑤ Mr.Sato / 佐藤さん ☎090-5442-9919</p>	<p>① Japanese Class Nijias / 日本語教室ニジアス ② Miyerkules (3 beses kada buwan) / 水曜 10:00-11:30 (月3回程度) ③ Joinus / ジョイナス ④ Monthly ¥1,500 (hindi kasama ang libro) / 1500円(月額(テキスト代別)) ⑤ Ms.Horino's residence / 堀野さん宅 ☎018-839-7086</p>

<p style="text-align: center;">あきたし <b>【Akita City / 秋田市】</b></p>	<p style="text-align: center;">あきたし <b>【Akita City / 秋田市】</b></p>
<p>①Iroha Club / いろは倶楽部 ②Martes / 火曜 PM 6:00-7:30 ③Atorion 6<sup>th</sup> floor Harmony plaza / アトリオン6階 / ハーモニープラザ ④¥1000 ( for a lesson ) / 1000円(1回) ⑤Mr.Masahiko Sato' s residence / 佐藤雅彦さん宅 ☎018-864-1706</p>	<p>①Japanese Classroom Jalsa / 日本語教室ジャルサ ② Martes / 火曜2:30-3:30 (beginner) Miyerkules / 水曜 1:00-2:30 (intermediate) ③Nigiwai Koryukan AU / にぎわい交流館AU ④¥3000(for 4 na beses ) / 3000円(4回) ⑤Mr./Ms.Takahashi' s residence / 高橋さん宅 ☎018-835-2009</p>
<p style="text-align: center;">ゆりほんじょうし <b>【Yuri-Honjo City / 由利本荘市】</b></p>	<p style="text-align: center;">ゆりほんじょうし <b>【Yuri-Honjo City / 由利本荘市】</b></p>
<p>①Yurihonjo City Japanese Classroom / 由利本荘市日本語教室 ②Biyernes / 金曜 PM6:45-8:45 (4/5~12/20) ③Bunka koryukan「Kada-re」 / 文化交流館「カダーレ」 ④¥3000 only for the books / テキスト代のみ3000円 ⑤Chu oh Koumin Kan / 中央公民館 ☎0184-22-0900</p>	<p>①Yurihonjo City Japanese Kanji Classroom / 由利本荘市日本語漢字教室 ②Miyerkules / 水曜 10:00-12:00 (4/5~12/20) ③Bunka koryukan「Kada-re」 / 文化交流館「カダーレ」 ④¥2000 only for the books / テキスト代のみ2000円 ⑤Chu oh Koumin Kan / 中央公民館 ☎0184-22-0900</p>
<p style="text-align: center;">だいせんし      せんぼくし <b>【Daisen City / 大仙市】 【Semboku City / 仙北市】</b> <b>【Misato cho / 美郷町】</b></p>	<p style="text-align: center;">だいせんし      せんぼくし <b>【Daisen City / 大仙市】 【Semboku City / 仙北市】</b> <b>【Misato cho / 美郷町】</b></p>
<p>①Daisen Semboku Kouikken Japanese Class / 大仙・仙北広域圏日本語教室 ②Linggo / 日曜 10:00-12:00 ③Kakunodate Kouryou Center / 角館交流センター ④Libre / 無料 ⑤Daisen City Kyouiku Inkai Shougai Gakushubu Shougai Gakushu Ka / 大仙市教育委員会生涯学習部生涯学習課 ☎0187-63-1111 (Ext./内線339)</p>	<p>①Daisen Semboku Kouikken Japanese Class / 大仙・仙北広域圏日本語教室 ②Martes / 火曜 PM 7:00-9:00 Miyerkules / 水曜 10:00-12:00 ③Omagari Kouryou Center / 大曲交流センター ④Libre / 無料 ⑤Daisen City Kyouiku Inkai Shougai Gakushubu Shougai Gakushu Ka / 大仙市教育委員会生涯学習部生涯学習課 ☎0187-63-1111 (Ext./内線339)</p>
<p style="text-align: center;">よこてし <b>【Yokote City / 横手市】</b></p>	<p style="text-align: center;">よこてし <b>【Yokote City / 横手市】</b></p>
<p>①Yokote City Japanese Classroom / 横手市日本語教室 ②Biyernes / 金曜 10:00-12:00 ③YY Plaza / Y 2 びらざ ④¥3000 (para sa 6 na buwan) / 3000円(半年) ⑤Danjo Kyoudo Sankaku・Shimin Kyoudo Sushin Shitsu / 男女共同参画・市民協働推進室 ☎0182-35-2158</p>	<p>①Tuesday Volunteers Japanese Classroom / 火曜日のボランティア日本語教室 ②Martes / 火曜 PM 5:00-8:00 ③YY Plaza / Y 2 びらざ ④Libre ( may bayad pagkopya ng textbook) / 無料(教材コピー代のみ) ⑤Ms. Nita / 新田さん ☎0182-23-5337</p>
<p style="text-align: center;">ゆざわし <b>【Yuzawa City / 湯沢市】</b></p>	<p style="text-align: center;">ゆざわし <b>【Yuzawa City / 湯沢市】</b></p>
<p>①Yuzawa City Japanese Class Ogachi kaijo / 湯沢市日本語教室 雄勝会場 ②Huwebes / 木曜 PM 7:00-9:00 (Mayo~Nobyembre) ③Ogachi Bunka Kaikan / 雄勝文化会館 ④ Books/Extra cost, self-pay / 教材費・課外授業実費は自己負担 ⑤Yuzawa City Kyouiku Inkai Shougai Gakushu Ka / 湯沢市教育委員会生涯学習課 ☎0183-42-5810</p>	<p>①Yuzawa City Japanese Class Yuzawa kaijyo / 湯沢市日本語教室 湯沢会場 ②Miyerkules / 水曜 10:00-12:00(Abril~Disyembre) ③Yuzawa Kinrou Seishonen Home / 湯沢勤労青少年ホーム ④Books/Extra cost, self-pay / 教材費・課外授業実費は自己負担 ⑤Yuzawa City Kyouiku Inkai Shougai Gakushu Ka / 湯沢市教育委員会生涯学習課 ☎0183-42-5810</p>
<p style="text-align: center;">し <b>【Nikaho City / にかほ市】</b></p>	
<p>①Nikaho City Japanese Class Koryukai / にかほ市日本語教室交流会 ②Miyerkules (beses kada buwan) / 水曜 (月4回) ③Kisakata Kominkan / 象湯公民館 ④¥5000 libro lang / テキスト代5000円程度 ⑤Soumubu Kikaku Jouhou Ka / 総務部企画情報課 ☎0184-43-7510</p>	

Maaaring magbago ang mga impormasyon ukol sa mga eskwelahang ito

Para sa higit na impormasyon ay maaari lamang na makipag-ugnayan sa amin.

Wala pong Japanese Class sa sumusunod na lugar.

Kosaka machi, Happo cho, Gojome machi, Ikawa machi, Ogata mura, Ugo machi,

Higashi Naruse mura,

Dated: June 15<sup>th</sup> 2013

これらの日本語教室の情報は変更される場合があります。

詳しくは各連絡先へお問い合わせください。

小坂町、八峰町、五城目町、井川町、大湯村、羽後町、

ひがしなるせむら

東成瀬村では現在日本語教室を開催していません。

平成25年6月15日現在

# Simpleng Lutong Hapon

日本の簡単な家庭料理

## Summer vegetables curry

Ipinakikilala po namin ang lutong Japanese na ang main na ginagamit ay ang mga gulay sa tag-init (summer). Kagaya ng kamatis, talong, pipino at iba pa. Ang summer vegetables ay busog sa tubig at potassium kaya ito ay pigilan ang magka-heat stroke at heat stress.

Sa sobrang init ng katawan, ang potassium ay makakatulong pigilin ang diuretic effect. Ang potassium ay kasama sa tubig para ilabas ang init galing sa loob ng katawan o kaya tumutulong para i-cool down ang mainit na katawan natin. Mayaman din ito sa Vitamin C na makatulong para maiwasan ang problema sa balat gaya ng ultraviolet rays.

トマト、なす、きゅうりなどの夏野菜を使った日本の家庭料理を紹介します。夏野菜はカリウムと水分を含んでいますので、熱中症予防や夏バテ予防になります。カリウムには利尿作用があり、水分とともに体の余分な熱を体外に放出し、体をクールダウンさせる効果があります。また、ビタミンCも豊富で紫外線による肌のトラブルにも効果的です。

Recipe ni: Kikuchi Keiko (Nutritionist ng Nijinomachi Co.) レシピ協力者: 菊地景子さん ((株)虹の街 管理栄養士)

### Summer vegetables curry 夏野菜カレー

Summer vegetables curry (for 4 katao)		材料 (4人分)	
kalabasa	1/4 of small size	かぼちゃ	小1/4個
Talong	1~2	なす	1~2本
Paminton (paprika)	1/2(half)	パプリカ	1/2個
Okra	4	おくら	4本
Bawang	1 piraso	にんにく	1かけ
Sibuyas	1	たまねぎ	1個
Karot	1/2(half)	にんじん	1/2本
kamatis	2	トマト	2個
Giniling na baboy	200 grams	豚ひき肉	200g
Harina	1 kutsarita	小麦粉	小さじ1
Curry roux	Mabibili na instant, mas mabuti kung dalawang sari. (hot or sweet)	カレールウ	市販のもの2種類あるとよい
Tubig	500 cc	水	500cc



\* Mag saing nang kanin.

1. Hiwain ang kalabasa ng 5mm kahaba, ang paminton mga 1.5mm kahaba, huwag hiwain ang okra.

Ang lahat na ito ay ipiprito sa katamtamang temperatura at panatilihin.

2. Tadtarin ang bawang, ang sibuyas at karot ay hiwain nang katamtaman, kunin ang balat ng kamatis at binhi at saka hiwain lang sa tamang laki. (papaanu kunin ang balat ng tomato ay madali lang, ilagay ang tomato sa mainit na tubig for 3 seconds)

3. Lagyan ng cooking oil ang palayok, ilagay ang bawang at pag nag-amoy na at nag bago ang kulay, ilagay ang sibuyas sunod din ang karot at saka ang baboy na giniling hangang maging malambot na ang karot. Huwag pabayaang masunog.

4. Ang num. 3 idagdag ang harina at haluin nang mabuti. Ilagay ang kamatis at ang 500cc na tubig. Haluing mabuti para hindi masunog. (i-adjust ang temperatura ng lutuan)

5. Pag lumapot na ito ilagay ang curry roux, habang nilalaga.

6. Tingnan natin ang picture. Mas maganda at masarap sya tingnan sa paghahalad.

Point:

\* Kung dadagdagan natin ng red wine 30cc, patis 5cc, oyster sauce 5cc ay mas liliin ito at masarap.

\* Ang epekto ng mga spice na nasa curry ay ang pagkakaroon ng kaganahang kumain. Sa pamamagitan ng pagsamasama ng bawang, sibuyas at baboy ay mataas ang rate ng Vitamin B1

※ご飯は炊いて置く。

①かぼちゃとなすは5mm幅、パプリカは1.5cm幅でスライスし、おくらは切らずに、中温の油で3~4分素揚げし、置いておく。

②にんにくはみじん切り、たまねぎとにんじんは粗みじん切り、トマトは3秒湯につけてから、皮をむき、種をとってざく切りにする。

③鍋に油をひき、刻んだにんにくを炒め、香りが出たら、刻んだたまねぎをよく炒めてから、にんじんとひき肉を炒める。(焦がさないように炒める)

④③に小麦粉を入れよく炒め、ざく切りのトマトと水500ccを入れ、焦げないように混ぜながら煮込む。

(焦がさないように火加減に気を付ける)

⑤少しとろりとしたらカレールウを入れコトコト煮る。

⑥写真のように盛り付ければできあがり。

ポイント

※赤ワイン30ccやししょうゆ5cc、ウスターソース5ccを入れるとさらに味わいが出る。

※カレーのスパイスには食欲増進効果がある。ビタミンB1を含む豚肉はたまねぎとにんにくを組み合わせることで吸収率がアップする。

Public Interest Incorporated Foundation Akita International Association (AIA)

公益財団法人 秋田県国際交流協会

Consultation  
tel  
018-884-7050

〒010-0001 秋田市中通2-3-8 アトリオン1階  
Atorion Building 1F 2-3-8 Nakadori, Akita City  
【TEL】018-893-5499 【FAX】018-825-2566  
【HP】http://www.aiahome.or.jp  
【E-mail】aia@aiahome.or.jp  
【Open hours】  
月(Lunes)~金(Biernes)第3土(3rd Sabado)/9:00-17:45





# Makapanalo nang QUO card sa pagsagot ng Quiz at Questionnaire!!

## こた クイズとアンケートに答えて、QUOカードをもらおう!!

**Quiz** Saan galing na bansa ang Tao na nagniningning?

- Questionnaires**
- 1 Saan mo natanggap o nakuha ang Magasin sa pamumuhay?
  - 2 Anong page ang nakawili-wili para sa iyo?
  - 3 Anong klaseng magasin ang nanaisin mong magkaroon?

**Regalo** 5 katao mula sa mga sasagot sa Q&A ang makakatanggap ng QUO card na may halagang 500¥.



**Paanong sumali** May 2 paraan para makasali dito.

Sa likod ng postcard, isulat ang sagot sa mga tanong, pangalan, address at telephone no. at ipapadala lang po sa AIA.

Bisitahin lang po sa [aia@aiahome.or.jp] at hanapin ang [Answer to the Question]

\*Ang personal information ay gagamitin lamang sa pagpili ng mananalo.

**Katapusan ng pagsali** July 31<sup>st</sup> (Miyerkules) last postmarked

**Ang mananalo** ay tatawagan namin para ibalita sa inyo.

**クイズ** 今回の輝き人の出身国はどこですか。

- アンケート**
- 1 この情報誌はどこで手に入れましたか。
  - 2 何ページが面白かったですか。
  - 3 どんな特集があったらいいですか。

**プレゼント** アンケート回答者の中から抽選で5名の方に、QUOカード 500円分を差し上げます。

**応募方法** はがきの裏にクイズの答えとアンケートの回答、住所・氏名・電話番号を記入し、AIAに送ってください。Eメールでも応募できます。件名に「クイズ回答」とご記入し aia@aiahome.or.jpへ送ってください。

※ご応募の個人情報は、プレゼント抽選のみに使用します。

**しめきり 締切** 7月31日(水) 当日消印有効

**当選者発表** お電話にてご連絡いたします。