



姉妹都市協会のマスコット  
「シスターくん」

札幌姉妹都市協会 〒060-0001 札幌市中央区北1条西3丁目札幌MNビル 札幌国際プラザ内 TEL: 011-211-2105

## 札幌市の姉妹・友好都市紹介

### ポートランド市 (アメリカ)

1959年11月に提携。オレゴン州最大の都市で、環境に優しい都市として知られています。毎年6月に開かれる「ローズフェスティバル」が有名です。



▲ローズフェスティバル

### ミュンヘン市 (ドイツ)

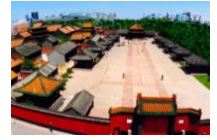
1972年8月に提携。バイエルン州の州都で、ビールの街として有名。毎年9月から10月にかけて行われるオクトーバーフェストでは連日連夜ビールを飲み、歌い踊り明かします。



▲新市庁舎

### 瀋陽市 (中国)

1980年11月に提携。遼寧省の省都で、7200年前には定住集落があったとされ、長い歴史を持つ古都。瀋陽故宮は世界遺産に登録されています。



▲瀋陽故宮

### ノボシビルスク市 (ロシア)

1990年6月に提携。ロシア第3の都市で、世界で最も人口が急増した街と言われています。音楽やバレエなど優れた芸術文化を誇ります。



▲国立オペラ・バレエ劇場

### 大田広域市 (韓国)

2010年10月に提携。国内随一の先端科学技術都市として注目されています。百濟時代に発見された儒城(ユソン)温泉が有名です。



▲エキスポ科学公園



★ ★ ★ 姉妹・友好都市提携の周年を迎えました ★ ★ ★  
**瀋陽市・ノボシビルスク市・大田広域市**



2020年、札幌は瀋陽市(40周年)・ノボシビルスク市(30周年)・大田広域市(10周年)の3つの都市と姉妹・友好都市提携の周年を迎えました。新型コロナウイルス感染症の発生を受けて、国と国の行き来が制限される中、それぞれの都市とオンラインなどを活用した新しい形での交流が生まれています。



▲丘珠高校のプレゼンテーション

その一つとして、6月29日(月)、札幌国際プラザ・ノボシビルスク市立シベリア北海道文化センターの共催で、北海道札幌丘珠高等学校の生徒30名と、ロシアで日本語を学習する学生たちのオンライン交流会を開催しました。丘珠高校では、ロシア語の授業が行われており、ノボシビルスクとの交流を行っています。今回はお互いの国の学校生活、街の魅力を紹介し合い、「質問交流」を行いました。「ロシアで人気の日本食は?」「北海道の冬は寒い?」など、気になることを思い思いに質問をしました。

丘珠高校の生徒からは、「いつの日か本当に会えたらいいなと思いました。」「もっとロシア語を勉強する気になりました。」などの感想が寄せられました。



### 『ノボシビルスク市立シベリア・北海道文化センター』について

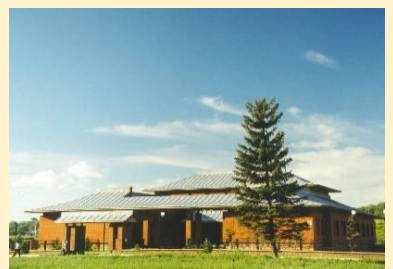
シベリア・北海道文化センターは、札幌とノボシビルスクの両市民の協力のもと、日本とロシアの文化・スポーツ・経済などの分野における交流促進を目的に、1996年に設立されました。

センターでは、日本語教室、剣道・居合道などの武術教室や日本文化体験イベントなどが開かれ、気軽に日本文化・日本語に触れられる施設として、多くのノボシビルスク市民に親しまれています。そして札幌国際プラザのパートナー団体として、これまで札幌とノボシビルスクの交流に大きく貢献されてきました。

2020年、シベリア・北海道文化センターが、日露地域交流年と札幌-ノボシビルスクの姉妹都市提携30周年にあわせて、YouTubeチャンネルを開設しました! まだよく知られていないシベリア地域について、最新情報を日本語で伝えています。ぜひ見てみてください!

◆シベリア・北海道文化センターYouTubeチャンネル「シベリアについて日本語で」

[https://www.youtube.com/channel/UCPE-ymodmbZR72UefnDE\\_vQ](https://www.youtube.com/channel/UCPE-ymodmbZR72UefnDE_vQ)



▲シベリア・北海道文化センター

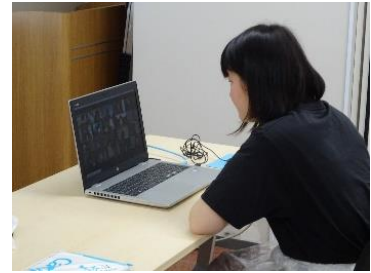




札幌国際プラザ&ポートランド-札幌姉妹都市協会主催  
市立高校生・ポートランド市グラント高校生のWEBミーティングを開催！

平成23年度から、札幌とポートランドの間では高校生の相互交流が行われており、これまでに217名の学生がお互いの都市を訪問し、ホームステイをしながら学校に通い、授業や学校行事、文化体験やボランティア活動を体験したりしながら、相互理解を深めてきました。しかし、新型コロナウイルス感染症により、今年3月・6月に予定されていたそれぞれの高校生派遣は中止を余儀なくされました。

両都市の青少年の交流を絶やさないように、2020年7月19日(日)、派遣予定だった生徒たちを対象に、オンライン交流会「WEBミーティング」を開催しました。



▲まずは自己紹介から



▲全員でおしゃべり

「それぞれの国の授業科目」を制限時間内にできるだけ多くリストアップするゲーム、「外国人が好きな日本食」「日本で人気のアイスクリーム」のランキングを当てるゲームなど、グループ対抗のゲームを通じて、お互いの学校生活や文化を学び合いながら、交流を深めました。

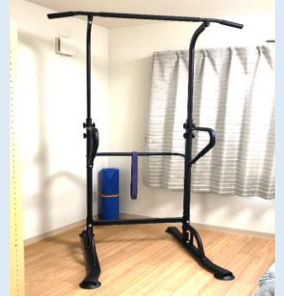
最初は緊張した様子だった生徒たちも、イベントの最後には連絡先を交換するなど、約2時間半の交流ですっかり打ち解けていました。「これからも交流を続けていきたい」との声が聞かれ、今年度の交流の第一歩となりました。

ドイツ・ミュンヘン市 レポーター：オリヴァー・ギール

コロナが社会全体に及ぼす影響は小さくありません。そのため、多くの人の生活形式も変化し、家にいる時間が増えたと思います。私もそうです。普段は、仕事の後ジムに通ったり、友達と出かけたりしていましたが、ジムや飲食店も一時的に休業になったことが多かったです。

しかし、ずっと家にいると退屈になる人もいますね。私は、運動不足にならないように「プルアップバー(ぶら下がり健康器)」を買いました。そうすると、ジムに行けなくても、家でも懸垂などで筋力トレーニングできるようになりました。

出かけることについては、外食は難しいですが、家にいてもパソコンのビデオコールで友達と話しながら、ビールを飲んだり映画をみたりすることはできますので、場所を問わず交流の時間を楽しめます。しかも、以前よりドイツまたは東京に住んでいる友達と話す機会が増えました。皆さまも、家で運動したり、遠く住んでいる友人と久しぶりに連絡を取ったりしてみませんか？



中国・瀋陽市 レポーター：王 媛 (オウ・エン)

新型コロナの感染拡大に伴い、家での時間は前より増えている中、「コロナ鬱」にならないように、気分転換も心掛けています。逆に、在宅時間を利用して、スキルを身につけたり、資格の勉強をしたり、本を読んだりするのはアフターコロナにも自分の人生にプラス的な効果があるかもしれません。また、楽な気持ちで、エンタテインメントだけを楽しむ方も新しい発見が出てくるかもしれません。

私もその中の一人です。たまたま、昔から知っている有名な絵本の作家さんの作品を十何年ぶりに読み始めました。心を静かにさせる大人向けの絵本をメインに創作するこの作家の作品は日差しのない午後、香ばしいコーヒーやお茶を楽しみながら読んでみると心身共にリラックスする効果があります。心身共に疲れがちの今はまさにぴったりです。日本語版の作品もいくつか出版されているので、皆さんもぜひヒーリングの時間を楽しんでください。



韓国・大田広域市 レポーター：イ・ミヒョン

韓国の挨拶には「そのうちご飯でも食べよう」というフレーズがあります。食事をしながら話もして、美味しい食べ物を一緒に楽しもうという意味でかわす挨拶ですが、例えば、親しい友達との通話の終わりに「ねえ、顔合わせて話したいことたくさんあるから、そのうちご飯でも食べようよ」と締めたりするのです。

それが、今は時代の流れを反映して「コロナが落ち着いたらご飯でも食べようね」になりました。コロナで多人数での食事や話しながらの食事を控える雰囲気になっていて、このフレーズは最強のお断り言葉になっています。なかなか落ち着いてくなくて、いつの未来になるか分からないため、苦手な相手との交流の場を避けられるという意味からこのフレーズは主に社会人に愛されているようです。

しかし、同時に親しい友達とも会いづらくなっているのも事実ですね。韓国は飛行機で3時間で行けるため、コロナ禍の前には家族や友達に会いに頻繁に帰省していましたが、今はそれができなくなって若干ホームシックになっています。早くこのトンネルを抜け出したいですね！



国際プラザでは、瀋陽市・ノボシビルスク市・大田広域市の3都市をより身近に感じてもらえるよう、各種イベント・セミナーを予定しています！まずは11月20日(金)に「第37回中国を知るセミナー～ドラマの移り変わり&札幌の友好都市・瀋陽市の魅力～」をオンラインで開催します。皆さまのご参加をお待ちしています！  
※セミナーの詳細は国際プラザHP・プラザだより11月号をご覧ください。

## 【予告】札幌・瀋陽友好都市提携40周年記念事業 第37回中国を知るセミナー～ドラマの移り変わり&札幌の友好都市・瀋陽市の魅力～

皆さんは、中国のドラマを見たことがありますか？時代の移り変わりと共に、ドラマの制作、題材なども変わりつつあります。中国ドラマを楽しく、より身近に感じられるようにご紹介します。

そして友好都市提携40周年を迎えた瀋陽市は、中国有数の「歴史文化都市」として知られています。歴史的名所から食文化まで、様々な角度から瀋陽市の魅力にも触れてみませんか？

◆日時:2020年11月22日(金)19:00-20:30

◆講師:札幌市国際交流員 王・媛(オウ・エン)

◆オンライン会議システム「Zoom」を使用して実施します。

※参加を希望の方は、国際プラザHPからお申し込みください。

国際プラザHP:<https://plaza.kjpro.ne.jp/?id=54>



## 国際交流員がお届けします！姉妹都市HOTニュース



各国の国際交流員さんたちが考える、お家での楽しみ方、過ごし方を教えてもらいました！みなさんも、参考にしてみてはいかがでしょうか？



### ロシア・ノボシビルスク市 レポーター：アリョーナ・フェシナ

不思議なウイズ・コロナの毎日。このしょうがない状況の中、特に大事なものは、自分を見失わず、「今だからこそできる！」という認識を持ちながら、自己表現をすることです。この記事では、ロシア人に大人気となったコロナ疲れを癒す自己表現方法をご紹介します。

ロシアでは、#「今だからこそできる！」アイデアが強くなって、Изоляция「イゾ・イザリヤーツィア」というトレンドが生まれました。「イゾ」とはロシア語の「視覚芸術」の省略で、「イザリヤーツィア」は「隔離」です。

簡単に言えば、自己隔離しながら、画像や好きな映画のエピソードなどを再現して、ハッシュタグをつけて、フェイスブックやインスタグラムなどSNSに投稿するというフラッシュモブです。自己隔離のときだけ画像を再現すること、自宅にあるものだけ使うこと、写真を編集しないこと、3つの条件を満たすと、気軽に参加できます。



Instagram. @carinasummer

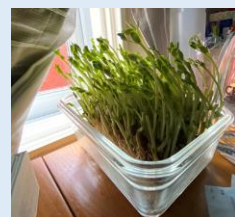
ペットの参加も大歓迎で、クリエイティビティの制限はありません！3月に生まれたこのフラッシュモブは、爆発的に参加者が増え、フェイスブックだけで「Izoizolyacia」グループをフォローしているメンバー数が58.8万人を達成してきました。楽しくて、想像力を働かせるトレンドが、同じ悩みを抱える人の心をつなげて、ストレス発散効果を発揮しました。皆さんもチャレンジしてみませんか？コロナに負けず、笑顔で過ごしましょう！

### アメリカ・ポートランド市 レポーター：ジョシュア・クロッツ

世界中の何百万人もの人々と同じように、私もこのパンデミックの間、家で過ごす時間が増えました。個人的には、外に出られないことに問題はないのですが、家にいながらにできる楽しい趣味をもっと見つけなければならぬと、すぐに気がきました。そこで、食用の観葉植物を育ててみようと思いました。そこで、スーパーで豆苗を買って、夕食に食べた後、残った豆をポウルに入れ、水を加えました。初日、お豆ちゃんがポウルの水を全部飲んでしまったので、多めに足して窓際の日陰で育て始めました。

2日目には、お豆ちゃんは太陽に手を伸ばし、次の日にはまるで新しい植物のようになっていました。5日目に食事に使おうと心の準備は万端だったのですが、お豆ちゃんをよく見ると底にカビが生えていました。もしかしたら、私が切りすぎて芽が枯れてしまったのかもしれない。

悲しいですが、お豆ちゃんとの時間は一週間にも満たずに終わりました。この植物の成長には驚きましたが、家で過ごしている間に何かを成し遂げた気分になりました。今回は失敗しましたが、この経験を励みに、また新しい室内植物に挑戦したいと思っています。



太陽に手を伸ばすお豆ちゃん▲



みなさん、お元気ですか！姉妹都市協会のキャラクター「シスターくん」が、姉妹都市について、豆知識や最新ニュースをお届けします。ぜひご覧ください。

## 「マイバウム」って何だろう？

国際交流員のオリヴァーさんに聞いてみました！

みなさんは、大通公園西11丁目にある大きなツリーを見たことがありますか？これは「マイ(Mai)バウム(Baum)」といってドイツ語で「5月の木」という意味です。ドイツの各地では5月にマイバウムを立てるお祭りが開かれ、春が来たことをお祝いします。



国際交流員  
オリヴァーさん

札幌にあるマイバウムは、姉妹都市ミュンヘンから贈られたものです。ミュンヘンの有名な市場「ヴィクトリアンマルクト」にあるマイバウムをモデルに作られたので、ミュンヘン市の旗や世界最大のお祭りとして有名なオクトーバーフェストの光景などの飾りがついています。

1972年、同じ年に札幌で冬季オリンピック、ミュンヘンで夏季オリンピックが開催されたことで、2つの都市が姉妹都市となりました。このため札幌のマイバウムにはオリンピックをイメージした飾りがついています。

みなさん、どこにあるか分かりますか？ぜひ、見つけてみてください！

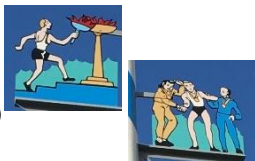


## 知っていますか？札幌と5つの姉妹都市

札幌には5つの姉妹都市があります。



- 1959年 ポートランド市 (アメリカ)
- 1972年 ミュンヘン市 (ドイツ)
- 1980年 瀋陽市 (中国)
- 1990年 ノボシビルスク市 (ロシア)
- 2010年 大田広域市 (韓国)



バウムの3段目にあるオリンピックの飾り▲

## 韓国語トークルーム

国際交流員ミヒョンさん

테지옹へ 카ヴァ쯔?  
대전에 가봤어?  
(大田に 行ってみた?)



シスターくん

아니, 아쭝, 모가 유미옹へ?  
아니, 아직. 뭐가 유명해?  
(いや, まだだよ. 何が有名なの?)



国際交流員ミヒョンさん

테지옹へ 유미옹한 빵집이 있어.  
(大田に有名なパン屋があるよ.)  
'송신당' 이라고 해.  
'성심당' 이라고 해.  
'聖心堂' 이라고 해.)



シスターくん

무슨 빵이 맛있는데?  
(どんなパンが美味しいの?)



国際交流員ミヒョンさん



国際交流員ミヒョンさん

보문산 메아리라는  
(보문산메아리라고 하는)

빵이 참 맛있어!  
(빵이 정말 맛있는.)



シスターくん

그렇구나. 가게 되면 꼭 먹어볼게!  
(そうなの. 行くことになったら必ず食べてみる!)



札幌の姉妹都市関係のイベントの情報などを写真付きでご紹介するほか、姉妹都市交流に関心を寄せて下さっている皆様の情報交換の場としてもお使いいただけます。

<https://www.facebook.com/sapporo.sistercities>

