

日本語学習支援を通じて多文化共生

ふくしま日本語教室 会長

美田 真理子 さんに聞きました！



活動内容は？

日本人との結婚や中学校・高校で英語指導助手として来日された外国人などを対象に、ボランティアで日本語を教えています。ベトナム、中国、フィリピン、アメリカなどのさまざまな国の方が教室に通い、毎年20人前後の方が日本語を学習しています。

新型コロナウイルスの影響により実施できていませんが、芋煮会やフィールドワークを通して日本文化に触れるイベントなども開催しており、外国人に日本を好きになってもらえるような場にもなっています。

教室を始めたきっかけは？

外国人が生活する上で、日

本語が分からないと生活がしばらく、日本語を勉強できる場所がなくて困っているという話を聞いて、一緒に活動する仲間を集めて日本語を教えるようになったのがきっかけです。

やりがいはいは？

習得した日本語を生かして母国に帰ってから日系企業に就職したり、日本に残ってそのまま就職したりと、日本語を通して人生にとっての転機に関われることに大きなやりがいを感じます。

印象に残っているエピソードは？

結婚をきっかけに来日した外国人が、日本語を読むことも、聞くことも、話すこともできない状況で日本に暮らすことはとてもつらく、日本語教室で日本語を勉強することができてとても嬉しかったとおっしゃっていたいたことがありました。

私たち仲間の中でもその言葉を共有し、活動の糧になっています。

今後の展望は？

新型コロナウイルスの状況にもよりますが、中止している芋煮会やフィールドワークを再開して交流を深めたいです。また、同じ方に長く講師を務めていただいているので、新たに一緒に活動できる仲間を募ってまいります。



▲和やかな雰囲気です日本語を勉強します。

【ふくしま日本語教室】

問／☎070-5097-7708

会場／中央学習センター
(松木町1-7)

日時／毎週木曜日

午後6～9時

塩分減らして、健康家族

適切な量の塩分で
おいしく食べる

適しおレシピ

主菜 鮭ときのこのしょうゆバター炒め



レモンやバター、こしょうの酸味やコク、辛味、香りを加えると、塩分を抑えることができるよ。



<材料(2人分)>

鮭…2切(140g) 塩…2つまみ強(0.75g) こしょう…少々
小麦粉…大さじ1 キャベツ…60g ブロッコリー…60g
油…大さじ1 しめじ…80g エリンギ…80g
A [しょうゆ…大さじ1/2 酒…大さじ2/3]
レモン…1/8個(レモン汁の場合20g) バター…小さじ1

<作り方>

- 1 鮭を一口大に切り、塩・こしょうをふる。
- 2 キャベツを千切り、エリンギを薄切りにする。ブロッコリーはゆでておく。
- 3 1に小麦粉をまぶし、フライパンに油をひいて両面をカリっとするまで焼いたら一度取り出す。
- 4 3のフライパンでほぐしたしめじとエリンギを炒め、鮭を戻す。
- 5 Aを回し入れ、ふたをして弱火で中まで火を通す。
- 6 火を止めバターを入れ、全体にからませる。
- 7 皿の上にキャベツを敷いてその上に6を盛り、ブロッコリーとくし形に切ったレモンを添える。※レモンは食べる直前に絞る。 ※魚や野菜は種類を変えてもOK！旬のものを使いましょう。

調理時間：25分 エネルギー：229kcal
食塩相当量：1.1g



◀市公式YouTubeチャンネルで調理動画を公開しています！