



# NISEKO TOWN INTERNATIONAL NEWSLETTER

## 中国の「端午節」とは？

## The Dragon Boat Festival in China

Peipei



中国では、6月19日（金）に「端午節（たんどせつ）」を迎えます。これは春節や中秋節と並ぶ三大節句の一つで、とても大切にされている祝日です。

「端午」と聞くと、日本では5月5日の端午の節句を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、実は、中国の端午節も同じく5月5日ですが、旧暦に基づいているため、2026年は6月19日（金）になります。この日を中心に、6月19日（金）から21日（日）までの三連休となります。

端午節の由来は、古代中国の詩人であり、政治家でもあった屈原（チュユアン／くつげん）をしのぶことにあります。屈原は戦国時代に楚の国に仕え、国の将来を思って主君である懐王に何度も進言しましたが、その思いは受け入れられませんでした。そして、やがて国の行く末に絶望し、彼は5月5日に川に身を投じたと言われています。彼の死を惜しんだ人々の気持ちから、この日に供養が行われるようになりました。

この日に欠かせない食べ物が「粽（ちまき）」です。笹や竹の葉で包んだもち米料理で、あんこ入りの甘いものから、お肉やシイタケが入った塩味のものまで、地域ごとにさまざまな味があります。屈原を供養するため、また、彼の体が魚に食べられないようにと川へ投げ入れたという言い伝えから、ちまきを食べる習慣が生まれたとも言われています。今では、ちまきは一年中見かけますが、端午節になると特に親しまれ、一番多く売れる時期でもあります。

国際交流員は、6月14日（日）にちまき作り体験の料理教室を開催します。一緒に無病息災を願いながら、ちまきを作って味わってみませんか。皆さまのご参加をお待ちしています！



### (English)

Have you ever heard of the Dragon Boat Festival in China? It is one of the three major traditional festivals, alongside the Spring Festival and the Mid-Autumn Festival, and is an important public holiday.

The Dragon Boat Festival falls on the fifth day of the fifth month each year. However, as it follows the lunar calendar, it will be celebrated on 19 June in 2026. From 19 to 21 June, people across China can enjoy a three-day weekend.

The origin of the festival is linked to Qu Yuan, an ancient Chinese poet and statesman. During the Warring States period, he served the State of Chu and repeatedly advised his king out of concern for the future of his land. However, his advice was not accepted. In despair, he is said to have thrown himself into a river on the fifth day of the fifth month. Since then, people have commemorated and honoured him on this day.

On this festival, people in China enjoy a traditional food called zongzi, which are rice dumplings. They are made from glutinous rice wrapped in bamboo or reed leaves. It is said that people once threw them into the river as offerings to Qu Yuan and to keep fish from eating his body. That is how the custom of eating zongzi began. Depending on the region, the fillings vary a lot. People from northern areas tend to prefer sweet ones, filled with red bean paste or Chinese dates. Meanwhile, people in the south love savoury ones with ingredients like meat and mushrooms. Today, zongzi are sold year-round, but they are especially popular during the Dragon Boat Festival, when they are sold in the greatest quantities.

By the way, we CIRs will be hosting a zongzi cooking class on 14 June. Why not join us to make and enjoy zongzi together? We look forward to your participation!



### 今月の単語：母国

### Word of the Month : Bokoku

英語 Home Country ホームカントリー	ドイツ語 Heimatland ハイマートランド	フランス語 Pays d'origine ペーイ・ドリジン	韓国語 모국 moguk モグク	インドネシア語 Negara Asal ヌガラ・アサル	中国語 祖国 (zǔ guó) ズウ グウオ
--------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	------------------------	-----------------------------------	------------------------------

## アルコールなしグリューワイン Non-alcoholic Glühwein

Fabian



「グリューワイン」(ホットワイン)はドイツのクリスマス・マーケットで売られているお酒入りの飲み物です。材料は赤ワイン、シナモン、オレンジとバニラです。今回紹介するものは、ノンアルコールバージョンなので、子どもでも安心して味わうことができます！

Glühwein (or hot wine) is a warm alcoholic drink commonly sold at German Christmas markets. It is made with red wine, cinnamon, vanilla and other spices. This recipe is a non-alcoholic version, so children can also enjoy it.

## 材料 Ingredients (1L)



フルーツティー	700ml
ぶどうジュース	300ml
バニラビーンズ	1本
シナモンスティック	2本
レモン	1個
オレンジ	1個
クローブ	7個
砂糖	適量
Fruit tea	700ml
Grape juice	300ml
Vanilla bean	1
Cinnamon stick	2
Lemon	1
Orange	1
Cloves	7
Sugar	as needed

## 作り方 Steps

1. フルーツティーを作る：鍋にお湯を700ml沸かす。フルーツティーバッグを3つ入れ、15分ほど煮出す。
2. オレンジとレモンを絞り、果汁をざるなどでこす。
3. 果汁とほかの材料を鍋に入れ、さらに15分ほど煮る。
4. お好みで砂糖を加える。
5. 風味が十分にしたら、食材を取り除いて召し上がる。

1. Bring 700 ml of water to the boil. Add three fruit tea bags, and let it gently simmer for about 15 minutes.
2. Juice an orange and a lemon, strain the juice
3. Add the juice into the pot with other ingredients.
4. Simmer for another 15 minutes.
5. Add sugar to taste.
6. Once the flavours have fully developed, remove the ingredients and enjoy while warm!



## 国際交流員の活動 CIR Events

★インターナショナル・ラジオ  
International Radio  
FM76.2 Radio Niseko  
土曜日(Sat) 11-11:50AM

★オンライン英会話サークル (Zoom)  
Online English Conversation Club  
毎月第2と4土曜日 10-11AM  
2<sup>nd</sup> and 4<sup>th</sup> Saturdays 10-11AM

下記は要予約 Reservation required  
場所は町民センター at Chomin Centre

★中華料理教室：ちまき包み体験  
Chinese Cooking Class: Rice Dumpling  
6月14日(日/Sun) 2-5PM

★日本語サロン Japanese Salon  
毎月第1と3水曜日 午後4-5:30  
1<sup>st</sup> & 3<sup>rd</sup> Wednesdays 4-5:30PM  
中央倉庫群 Central Warehouses

★レトロタイルコースター作り  
Old Tile Style Coaster Workshop  
6月20日(土/Sat) 2:30-4:30PM



## お問い合わせ Contact



ニセコFRIENDS  
Niseko Friends Office

ニセコ町字富士見55番地  
役場企画環境課経営企画係  
CIRs : Peiru Lai / Joanna Lin

☎ 0136-56-8837

✉ kokusai@town.niseko.lg.jp

🌐 @nisekofriends

