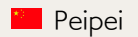


## 中国のお盆：清明節（チンミンジェ）

## Qingming Festival in China



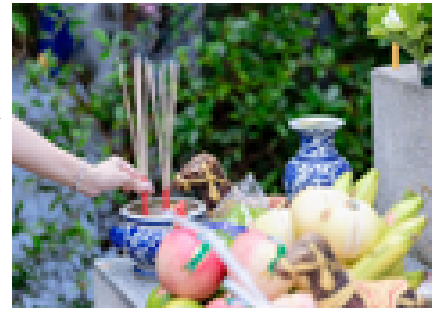
4月4日から6日までは中国で年に一度の清明節（チンミンジェ）を迎えます。清明節は先祖を祀る日でもあり、日本のお盆にあたります。主な内容としては植樹や風揚げ、墓参りです。

清明（チンミン）は「清浄明潔」という言葉を略したもので、「すべてのものが清らかで生き生きしている」という意味です。春風が吹いて空気が爽やかになる四月に、雨は次第に多くなります。そのため、親に仕える道を重視する中国人は、「生者に仕える如く死者にも仕える」という考え方から出発し、墓を先祖が地下に住んでいる場所と見なし、雨季が来る前に、風雨に一年間さらされてきた墓を修復し、周りの雑草を刈り上げなければなりません。

お墓参りをする時、果物と紙幣などを持参して墓地に行き、先祖の墓に供え紙幣を燃やします。その後、お墓のために新しい土を取り替え、新緑の新枝を折ってお墓の上に挿して拝礼します。最後に線香を立てて、先祖のご加護と家族の出世を祈ります。

清明節には、柳の枝を髪に挿したり、柳で作った輪を頭に載せたりする風習もあります。民間では、「清明節に柳を挿さなければ、紅顔変じて皓首（白髪頭）となる」という諺があり、もし柳の枝を挿さないと、病気や貧困になり、早く老いると信じられています。中国人がこれほどまでに柳を崇拝するのは、柳が春になるともっとも早く芽を吹くだけでなく、屈強な生命力と繁殖能力を持っているためです。そこで柳の枝の力を借りて、幸福と安全、健康、一族の繁栄を祈念します。

また、清明節のころは、各地でそれぞれ特色ある伝統的な食べ物を食べます。例えば、江南地域の農家では、臼で挽いたヨモギの葉をモチゴメの粉の中に入れ、あずきの餡を包んで、手で丸い「青团（チンチュワン）」（ヨモギ団子）を作ります。これは柔らかくてモチモチとした食感のあるお餅で、清明団子やよもぎ餅などとも呼ばれています。自分で食べたり、墓参りのときに使われたりするほか、親しい友人への贈り物としてもよく使われます。



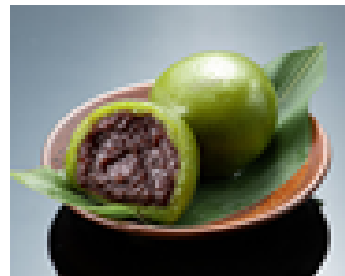
## (English)

The Qingming Festival, also known as Tomb-Sweeping Day, is from April 4th to 6th. People plant trees, fly kites, and visit their ancestors' grave during this period. The word "qing" means *clear* and "ming" means *bright* in Chinese, which describe how the weather is like during early April in China. The Qingming Festival is also the day marking the change of weather, and the start of the farming season, as temperature start to rise and rainfall start to increase. It's also a time for people to get closer to the nature to embrace how trees turn green and flowers bloom.

Besides, Chinese people worship their gone family members by visiting their graves and offering sacrifices on the day of Qingming Festival. They clean up the tombs, remove weeds, and stick willow branches on the tomb. After that, they burn incense and joss paper, then pray for being blessed.

Another thing Chinese people do is wearing crowns made by willow branches. In China, willow is believed to be feared by ghosts. Many people also hang the branches on doors to ward away wandering evil spirits. There is also an old saying, "For a young lady who does not wear a willow branch during the Qingming Festival, she will soon turn old." Furthermore, the traditional picture of the Avalokitesvara often shows him seated on a lotus flower with a willow branch in a vase in his hand.

During this festival, people in different regions eat different kinds of food. For example, those who live in the southern area often eat a round chewy green ball called "Qingtuan." Its green dough is made by mixing glutinous rice flour with mugwort juice. The dough is wrapped around red bean paste or salty egg yolk. "Qingtuan" was originally an offering for the ancestors. But now, it's a favoured spring outing snack and a gift for friends.



## 今月の単語：春（Haru）

英語	ドイツ語	フランス語	オランダ語	インドネシア語	中国語
Spring スプリング	Frühling フルーリング	Printemps プラントン	Lente レンテッ	Musim semi ムシム・スミ	春 chūn チュン

## バタークッキー Butter Cookies

 Fabian Peitz


「バタークッキー」というのは、全てのクッキーの中で最も簡単に作れるレシピです。クリスマス時期だけではなく、1年を通して、食べるのを楽しめるお菓子です。材料が少なく、スタートから短時間で召し上がれるので、子どもと一緒に作るのに最適なレシピです。お菓子作りの第一歩を踏み出しましょう。

The butter cookies are among the simplest cookies to bake. Even though they are often made during the Christmas season, you can also enjoy these delicious cookies year-round. There is only a few ingredients needed, making this recipe a perfect one to make together with your kids. Let's take the first step to learn how to bake homemade cookies.

## 材料 Ingredients (30~40個)

強力粉	250g	Bread flour	250g
バター	125g	Butter	125g
砂糖	90g	Sugar	90g
卵	1個	Egg	1

\*チョコシロップとクッキー型も必要

\*Also prepare chocolate syrup and cookie cutters



## 作り方 Steps

1. ボウルにオイル、バター、砂糖、卵、強力粉を入れて混ぜる。表面がなめらかになるまで手でよくこねる。
2. 生地をラップし、30分ほど冷蔵庫で寝かせる。
3. 強力粉（分量外）を台にかけ、寝かせた生地をめん棒で約3mmの厚さまで伸ばす。
4. クッキー型で生地を抜き、オーブン用シートなどを敷いた天板に型抜きした生地を並べる。
5. 予熱したオーブンを180℃に設定し、クッキーを10~12分焼く。
6. 焼きたてクッキーにお好みでチョコシロップを塗り、1時間ほど冷ます。

1. Mix oil, butter, sugar, flour and one egg together in a bowl. Knead the dough by hand until it becomes smooth and elastic.
2. Wrap the dough and place it in the refrigerator for 30 minutes.
3. Scatter a little bit of flour onto the table, and roll out the dough with a rolling pin to about 3mm thick.
4. Cut out the cookies with a form and place them on baking paper.
5. Put the cookies in the oven and bake them for 10-12 minutes at 180°C.
6. For the last step, spread some chocolate syrup over the baked cookies and let them cool down for one hour.

## 国際交流員の活動 CIR Events

## ★英会話サークル

English Conversation Club  
毎月第2と4土曜日 10-11AM  
オンライン Online (Zoom)

## ★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

## ★ワールドカフェ World Café

4月5日(土) April 5th (Sat.)  
2:30-4:30PM  
町民センター Chomin Centre  
要予約 RSVP

## ★カルチャーワークショップ①

Culture Workshop ①  
4月25日(金) April 25th(Fri.)  
3:30-5:30PM  
ニセコ高校 Niseko High School

## お問い合わせ Contact




ニセコFRIENDS

Niseko Friends Office

役場企画環境課経営企画係

CIR : Peiru Lai / Joanna Lin

 0136-44-2121

 kokusai@town.  
niseko.lg.jp

 @nisekofriends
