

対馬釜山事務所だより

## 세헤에ヌン 브ーザ데세ヨ。

皆様、新年明けましておめでとうございます。  
今年も素敵な年となりますようお祈りいたします。昨年は各種交流事業にあたり、皆様から暖かいご支援を賜り心より感謝申し上げます。今年も対馬と韓国の掛け橋として、より一層頑張ってお参りますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。

財団法人 対馬国際交流協会 対馬釜山事務所一同

## 韓国では、今年は「豚年」

「セヘ ボク マニ バドゥセヨ。」  
(新年、福をたくさん受け取ってください)  
これは韓国でもっとも一般的な新年挨拶です。  
しかし、数年前からは  
「セヘエヌン ブーザデセヨ。」  
(新年にはお金持ちになってください。)  
という挨拶が流行っています。

「福」という見えないものよりも「お金持ち」というはっきりした現実像を願うということから、今日の世知辛い世の中を垣間見るようですが、お金持ちになったらより好きなことができるので、こんな挨拶もいいのではないかと思います。

改めて、「対馬の皆様、  
セヘエヌン ブーザデセヨ。」

今年は、福、お金持ちを連想させる「豚年」です。そう言えば日本では「猪年」ですね。韓国では今年が600年ぶりに訪れる「黄金豚年」と言って、今年産まれる赤ちゃんは縁起がいい、特に財物運がいいと騒いでいます。中には、今年出産するために去年から計画してきた家庭も多らしく、産婦人科を訪れる妊婦も例年より多いそうです。かなり低い韓国の出生率も、今年は久しぶりに上がるのではないかと思います。対馬でも、韓国発の「黄金豚年の赤ちゃん」の噂を取り入れて、今年産まれる赤ちゃんの幸運を信じてみるというのはいかがでしょう？



豚年の年賀切手

### 対馬高校PTAが釜山の大学を視察

去る12月7日～8日に、対馬高校PTAの皆様が釜山の大学視察を行いました。釜慶大、東亜大、釜山外国語大、釜山海洋大を訪問して、学校の建物や施設、寮などについて丹念にチェックしていました。

特に学校側の担当者や対馬からの留学生との話し合いの時間には、留学するお子さん以上に真剣に留学生活や勉強について質問していました。

今年是对馬高校から釜山の大学へ4名が留学するそうです。新入生は縁起がいい「黄金豚年」に韓国での学生生活をスタートしますので、勉強も生活もきょうまくいくでしょう。

新入生の皆様、先輩と釜山事務所は皆様の入学を歓迎します。



釜慶大で記念撮影を行う対馬高校訪問団の皆さん

対馬釜山事務所 **金 京一、辛 恩京**

# ヘルスマイトコーナー

(食生活改善推進員) 上県支部

〔問い合わせ先〕  
北保健センター  
0920(84)2313

## ほうれん草を使ったケーキとクッキーに挑戦!



おやつ作りに参加した佐須奈小学校の児童たち



参加した子どもたちも楽しそうです

12月16日、あがたサタデー広場で小学生を対象にした「おやつ作り教室」に参加しました。

食パンを使って簡単にできるツリーケーキ、子どもが嫌いな野菜の代表選手「ほうれん草」を使ったクッキーの二品にチャレンジです。

狭い調理室は大賑わいでみんなで楽しく調理実習ができました。

ほうれん草が苦手な子もいましたが、自分で作るクッキーはとてもおいしく食べられたようです。

子どもが大好きなおやつに、少し苦手なものを取り入れる

ことによって、また、実際に自分で作る経験をすることで、苦手なものを克服できるきっかけづくりになります。食は親子の大事なコミュニケーションの1つです。積極的に大人が子どもに働きかけることが子どもの味覚の成長を促します。

ご家庭でも親子調理を試みてはいかがでしょうか?



## ほうれんそうクッキー

ほうれん草の他に、にんじん等の野菜を使ってもOKです。



### 材料(40個分)

- ほうれんそう..... 1たば
- バター..... 100g
- 砂糖..... 50g
- 卵黄..... 1個
- 小麦粉..... 200g
- ベーキングパウダー..... こさじ1/2

1人分栄養価...エネルギー 45キロカロリー

### 作り方

ほうれんそうは茹でて水気をよくしぼり、フードプロセッサーでなめらかにする。  
室温にもどしたバターに砂糖、卵黄を加えて混ぜ、をよく混ぜ合わせる。  
小麦粉とベーキングパウダーを合わせて、にふるい入れ混ぜ合わせる。  
を丸めて、天板にオーブンペーパーを敷いてならべ、180 で20分焼く。

### ほうれんそうの栄養



ほうれんそうには、風邪や貧血を予防する、栄養素がたくさん含まれています。  
冬を元気に乗りきるために、色の濃い野菜をたくさんたべましょう!