Tosa Wave is also available at
http://tosawave.blogspot.jp/

Tosa Wave

An information Magazine for the International Community in Kochi
在住外国人のための生活情報冊子「Tosa Wave」76号（2019年12月発行） 発行：（公財）高知県国際交流協会

Think You Know? Kochi's New Year Holidays
意外と知らない？高知の年末・年始

Have you ever experienced New Years in Japan? In Japan, relaxing with your family is the norm. In order to do that, people often go buy food supplies, clean their homes, and are very busy with preparing to make sure they can ring in the New Year comfortably! In this issue, we will introduce Kochi style New Year decorations, Hatsumoude (first temple visit), and New Year foods. Why not spend a Tosa style New Year this year?

日本のお正月を経験したことがありますか。日本では家族とゆっくり過ごすのが定番です。そのため年末は食材の買い物に行ったり家の大掃除をしたりと、新年を気持ちよく迎えるため準備に追われて忙しい！今回は高知らしい、お正月飾り・初詣・お正月の食べ物について紹介しています。今年は土佐流のお正月を過ごしてみませんか？

Kochi's New Year's Dishes

The Basic Rules of New Year's Dishes (Osechi and Zouni)

Osechi, traditional Japanese New Year's dishes are made using auspicious ingredients and cooking methods, in the hope of bringing health and prosperity in the new year. For example, burdock plants are used because they have deep roots, symbolizing continued prosperity for each generation of the family. A classic New Year's meal would be a combination of osechi and zouni, a soup containing mochi rice cakes. Zouni's ingredients and seasoning differ greatly between region and household.

Ms. Takahashi and her wonderful smile
笑顔が素敵な高橋先生

What are the Characteristics of Kochi's New Year's Dishes?

We asked Ms. Takahashi Moto, the head of the Kochi Kappo Cooking School! Some houses in Kochi arrange their osechi on large plates, instead of the more common tiered bento boxes. Sushi, such as makizushi (rolled sushi) and sugata sushi (whole fish sushi); iwai sakana (celebratory fish); and nishime (simmered, seasoned vegetables) are all placed on one plate. This is the famous sawachi ryori (serving many different dishes on one large plate) of Kochi! The people of Kochi's dynamic personality seeps out of the food. Depending on the household, one may find various delicacies from the ocean surrounding Kochi, such as sashimi, steamed tai fish, buri nuta (sashimi with garlic leaf sauce), and whale meat. Kochi's zouni is made with a clear, soy sauce flavored broth and uses mochi that is not cooked over a fire. This is because the Japanese phrase "cooking mochi" sounds the same as the phrase "to be jealous." "And we can't have New Year's dishes leading to jealousy," says Ms. Takahashi. Finally, local yuzu is added for fragrance, and the zouni is done!

CIR Han attempts cooking!
料理に挑戦する韓CIR！

高知のお正月料理

お正月料理（おせち・雑煮）の基本的なルール

おせちは縁起の良い食材や調理法を用いて、新年を健康に・豊かになることを祈願し食べる料理です。（例えばごぼうは、地中深くに根を張ることから、家族代々の繁栄を願う。）おせちと一緒に雑煮というお餅の入った汁物を食べるのが正月の定番です。雑煮は地域や家庭によって、味付けや具材がまったく異なるのが特徴です。

高知の正月料理はどんな特徴？

高知割烹学校を主宰する高橋本先生にお話をお聞きしました！ずばり高知のおせちは、重箱の代わりに大皿を使い、巻きずし・姿寿司などの寿司、祝い肴、煮しめをどーんと1皿に盛って出す家庭もあります。これが「皿鉢」です！高知の人たちの豪快な気質がここからにじみ出ていますね。加えて海の幸に恵まれた高知の特徴として、刺身や蒸し鯛、ブリぬた、鯨などが登場する場合もあるそう。高知の雑煮はおすまし仕立てで、具材の餅は焼かずに入れます。「なぜなら新年に【焼きもちを焼く】ことに繋がったらいかんきね。」と高橋さん。最後に、特産の柚子で香りを添えてできあがり！

Let's try some recipes!

Zouni Ingredients (serves 4): katsuobushi
☆ (light soy sauce, a dash of mirin, 1/2 teaspoon salt)
4 mochi pieces, greens (spinach, mizuna, ushioena, or other leafy vegetables), kamaboko, yuzu peel

①Place katsuobushi in 600ml of water and heat on stove. When the mixture reaches a boil remove the katsuobushi (broth is completed). Add ☆ ingredients and greens to the broth and cook for 1 minute.
②Place mochi and enough water to cover the mochi in a heat resistant dish. Heat in microwave until soft.
③Place broth and mochi in bowls. Add yuzu peel and kamaboko!

Another traditional Kochi New Year's dish!

Whale and Leaf Garlic Ingredients: whale skin, leaf garlic
☆ (sugar, sake, soy sauce in a 1-1-1 ratio)

①Cut the leaf garlic into thin, diagonal strips. Cut the whale skin into 5cm strips.
②Put the ☆ ingredients in a pan and heat on stove. When the mixture starts to boil add the ingredients from ①. Keep at a boil until the whale is fully cooked.

レシピを紹介します！

雑煮 材料４人前：鰹節
☆（薄口醤油・みりん少々、塩小さじ1/2）
餅４個、青物（ほうれん草・水菜・または潮江菜など）、板かまぼこ、柚子の果皮

①お湯 600 ml に鰹節を入れ煮立ったら火を止め鰹節を取り出す（だしの完成）、だしに☆と青物を入れ1分程度さっと火を通す
②耐熱皿に餅と水をひたひたに入れレンジでやわらかくなるまで加熱
③汁・餅をお椀に盛り、かまぼこと柚子を添えて完成！

もうひとつ、高知のお正月によく食べられる料理を紹介！

鯨と葉にんにく 材料：鯨の皮、葉ニンニク
☆（砂糖１、酒１、醤油１）

①葉ニンニクを斜めに削ぎ切り、鯨の皮を 5cmくらいの大きさに切る（火を通すと縮む）
②☆を火にかけ、ふつふつと沸いたら①の具材を加える。鯨に火が通るまでひと煮立ちしたら完成

Ms. Takahashi's mother's family (from the mountainous area of Kochi) adds lots of mountain vegetables, such as taro, to their zouni. On the other hand, her father's family (from Kochi City) makes the much simpler zouni featured in this article. It's incredible how different zouni can be, even within Kochi! Experience Kochi's culture through trying Kochi's food! I hope that you can try some of these New Year's dishes. You could even visit some of your Kochi friend's houses over New Years and you might experience something new!

The completed product!
じゃーん！おいしく完成

高橋先生の母方の地域（山側）では、里芋など山の幸を加え具沢山の雑煮だそう。一方で父方のルーツの高知市内はレシピに書いたとおりとてもシンプル。同じ県内でもこんなに違うのが興味深いですね！高知の食を味わうことは、高知の文化を経験すること！皆さんも高知にいる間に是非味わってみてください。正月に高知の友人の家にお邪魔してもきっと面白いですよ！

We watched Shimenawa being made!

In Japan, Shimenawa is used to decorate the gates at shrine entrances, torii gates, and entrances of homes when New Years rolls around. The word Shimenawa comes from the word "Shimeru," which means "to possess or occupy." A Shimenawa is the boundary between the domain that the gods occupy and this world. A Shimenawa represents the wish to not let evil inside.

We visited Mr. Mizuta's residence, in Ino Town, where they make Shimenawa, and the straw was piled up high! They were working silently among the piles of straw. They are inundated with orders from shrines outside of the prefecture, and during December they are extremely busy as they prepare to deliver their products.

When I asked, "how do you make these?" they answered with a friendly attitude, "do you want to try?"

The rice that becomes the material to make the straw is planted in April, and it is cut and dried starting in June and July. Then, they get rid of the small leaves, organize the straw, bundle it up and start the work.

The Mizuta family
水田さん一家

【Things to prepare】
・1 bundle of straw ・3 straws for the core ・rope

しめ縄作りを見学！

日本では、正月になると神社の入り口の門や鳥居、自宅の玄関にしめ縄を飾ります。しめ縄の由来は、「占める」という言葉からきています。しめ縄は、神様が占める領域と現世を分ける結界になります。それには、悪い気が入って来ないように、という願いが込められています。

いの町でしめ縄作りに勤しむ水田さん家にお伺いしてみたところ、わらが山積み！その中で、黙々と作業をしておられました。県外の神社からも注文が殺到しているそうで、12 月は出荷に向けて、慌ただしくしています。

「どうやって作られていますか？」「やってみるかえ？」と気さくに教えてくださいました。

わらの原料となる稲は４月に田植え、６月・７月から刈って乾かすそうです。そして、下葉を取り除きわらをすぐり、束にしてから作業に入ります。

【準備するもの】
・わら一束 ・芯用のわら三つ ・紐

【How to make】

1. Take one bundle of straw and divide in three. Out of the three bundles, put one to the side (or sit on it).
2. Put the straw for the core into one of the bundles, and twist the bundle to the right so the core straw doesn't show. Do the same with the other bundle.
3. Twist together the two bundles containing the straw for the core, and form one bundle.
4. Take the bundle you set aside earlier. Put the straw for the core in it, and twist to the right.
5. Take the first bundle you made and twist it to the right together with the second bundle.
6. Now that it is one bundle, twist into a U-shape, and tie the end together with rope. Tear off any stray pieces of straw.
7. Finally, the completed Shimenawa is decorated with flowers, tangerines, and papers.

【作り方】

1. 一束のわらを、三等分します。三つの束のうち、一束は尻に引く等してよけておきます。
2. 一束の中に、芯用のわらを入れ、芯用のわらが見えないように右へしめます。もう一束も同じ手順でします。
3. 芯用のわらが入った二束をしめて、一つの束にまとめます。
4. よけておいた残り一束にも、芯用のわらを入れ、右へしめます。
5. 一つにまとめた束と、後からしめた一束を左回りにしめます。
6. 一つの束になったところで、U字型に曲げ、先端を紐で結びます。飛び出したわらは、手でちぎります。
7. 最後に、完成したしめ縄にお花やみかん、紙垂などの飾りをつけます。

Farmers like this who make traditional Shimenawa are rare in the prefecture, and are on the decline because of a lack of successors. After actually trying to make it, I realized that this work takes a lot of strength. I hope everybody will get some straw and give this a try as well!

Twisted straw

ねじったわら

Complete!

完成品！

こうした伝統的なしめ縄作りをしている農家は、県内でも数少なく、担い手不足等により衰退しています。実際作ってみると、とても力がいる作業だとわかりました。皆さんも、是非わらを入手しチャレンジしてみてくださいね！

Would you like to experience Hatsumoude at Chikurinji?

Paying a visit to a shrine or temple after the new year is called Hatsumoude. The reason for a Hatsumoude is to express gratitude for the previous year, and to pray that the upcoming year will be a good one. So what exactly happens at a Hatsumoude?

In order to learn more about Hatsumoude, we visited Chikurinji on Godaisan in Kochi. Chikurinji is a temple with a long history. It opened in 724AD and traces its origins to China's Godaisan. For this article, we interviewed Ryuga Uchida.

Mr. Uchida striking the bell

鐘を打つ内田さん

The stone steps of Chikurinji

竹林寺の石段にて

How to worship properly

① Go to the Chouzuya…Holding the ladle with your right hand, wash your left hand→switch the ladle to your left hand, and wash your right hand→switch back to your right hand, scoop water with the ladle, pour some water into your left hand and rinse your mouth (don't drink the water)→wash your left hand→wash the handle of the ladle.

＊(Note) Chouzuya…The place to purify your hands. The running water there is called Chouzu.

② Put in a monetary offering…Give as much as you'd like. KIA staff members usually put in a 5 yen coin, which is pronounced "go-yen" in Japanese, in order to pray for good "go-en (relationships)."

初詣に竹林寺に行ってみませんか？

年が明けてから初めて神社や寺へお参りに行くことを、初詣といいます。初詣に行く理由は、旧年の感謝を捧げるため、新年が良い年になるように願うためです。それでは、具体的にどういったことを行うのでしょうか？

初詣について学ぶため、高知の五台山にある竹林寺へ訪ねてみました。竹林寺は、唐の五台山になぞらえ、724年に開創された歴史あるお寺です。今回、取材に応じてくれたのは、内田龍雅さんです。

参拝方法

① 手水舎へ行く…右手で柄杓を持ち、左手を洗う→左手で柄杓を持ち、右手を洗う→右手に持ち替えて柄杓に水を入れ、左手ですくい、口にすすぐ。（水は飲まない）→左手を洗う→柄杓の柄を水で洗う

＊(注)手水舎…手を洗うところ。そこで流れている水を手水という。

② お賽銭を入れる…自由。KIA スタッフはだいたい「良いご縁（ごえん）がありますように」という願いを込めて５円を入れます。

③ Make a wish…Be specific with your wish. By stating your wish in detail, it becomes easier to come true. It also serves the purpose of expressing your determination to yourself.
④ Pray…Put your hands together and bow once.
＊(Note) How to put your hands together…When you put your hands together, Place your right hand slightly above your left. The right hand represents Buddha, and the left hand represents yourself.

Ofukuwake
お福分けの様子

③ 願い事をする…願い事は詳しく言います。具体的に言うことで、叶いやすくなります。自分に対する決意表明にもなります。
④ 参拝…手を合わせて一礼。
＊(注)手の合わせ方…手を合わせるときは左手より右手が少し高くなるように。右手が仏様、左手は自分を意味します。

Events

Ofukuwake…Toshiotoko and Toshionna (men and women with the same zodiac sign as that year) throw 5 yen coins and wallets from a scaffold, sharing their fortune. At Chikurinji, since there are so many visitors, they hold Ofukuwake three times a day.

At a Hatsumoude, tens of thousands of people visit in one day! Mr. Uchida's recommendation was to visit during the Ofukuwake. But more than anything, he would love for people to experience Chikurinji's Hatsumoude. Where else to go to Hatsumoude other than Chikurinji!?

行事

お福分け…櫓から年男や年女が五円玉や財布を投げます。自分の福を分けるという意味になります。竹林寺では、訪問者が多いため、一日三回お福分けをしています。

初詣には、一日に数万人が訪れるそうです！内田さんの一押しは、お福分け。しかし、何よりも、まずは初詣の雰囲気を味わってほしいとのこと。初詣は竹林寺に決まり!?

Kochi Lifestyle Q&A : Let's request books in our native tongue at the Otepia library!

Writer: Kochi Prefectural Office, Coordinator for International Relations, Han Jeonggyu

高知の生活Q＆A「オーテピア図書館で母国語の本をリクエスト！」

高知県国際交流員　韓　正圭

Hi. I am Han. Having spent a long time in Japan, away from my home country, I sometimes find myself missing Korea. At times like this, I head to Otepia Kochi Library. There are many books of various languages at Otepia, and I take comfort in the Korean books. However, what happens when they don't have the books I want? One can request, for free, that Otepia import specific books from overseas.

To request books, you will need a "Joint Library Card" (Otepia's standard library card). You can make one at the library for free. Just bring along something that can verify your identity, like your residence card. Once you have your Joint Library Card, you can request books using the application form, or through the library's website. The application form is available at the service counters in Otepia and other branch libraries. To request a book through the website, use the form titled "お問い合わせ入力フォーム" (http://bit.ly/OtepiaToiawase). Ensure that you write your book's title, author, publisher and the year it was published. That's all! All of this information should be written in the language the requested book is published in. If there is a Japanese translation available, please provide its title as a reference as well. In addition, providing the book's ISBN will help your request be processed even more smoothly.*

If you miss your home country, why not warm up your heart with a book in your mother tongue?

＊However, even if you make a request, there are times when the library cannot import your books.

日本での生活が長くなるにつれ、たまには国が懐かしくなる時もある韓国出身の韓です。そんな時、私はオーテピア高知図書館に行きます。オーテピアにはいろんな国の言葉の本があるので、私は韓国語の本を読んで心を慰めます。では、読みたい本がない時は？オーテピアでは外国の本を無料でリクエストすることもできます。

リクエストをするためには、「共通利用カード」が必要です。これは在留カードのように名前と住所を証明できるものを図書館に持って行くと、無料で作れます。共通利用カードができたら、申込書やホームページでリクエストすることができます。申込書はオーテピアや高知市民図書館分館・分室の窓口でもらえますし、ホームページの「お問い合わせ入力フォーム」から申し込むこともできます。申込書やお問い合わせ入力フォームに、書名・著者名・出版者（出版社）・出版年を書いて提出したら、リクエスト完了！これらの情報はリクエストする本の言語で書きます。もし、日本語の翻訳があれば、そのタイトルも参考として一緒に書きます。また、本の固有番号であるISBNを書いたら、リクエストがもっとスムーズに行われます。

国が懐かしくなったあなた、母国語の本で心を癒やしてみませんか。

※ただ、リクエストしたとしても、すべての本が図書館に入るわけではありません。

Published by the Kochi International Association (KIA)
TEL：088-875-0022　FAX：088-875-4929　Email：info_kia@kochi-kia.or.jp
Posted by CIRs and KIA staff
English Edited by Minda Dettman, Kochi Prefecture CIR
Tosa wave Blog：http://tosawave.blogspot.com/ (See full articles and color photos here.)

発行：公益財団法人高知県国際交流協会(KIA)
電話：088-875-0022　FAX：088-875-4929　Email：info_kia@kochi-kia.or.jp
投稿：CIR・KIA スタッフ
英文校正：デットマン・ミンダ(高知県庁 CIR)
TosaWave ブログ：http://tosawave.blogspot.com/(カラー写真をご覧いただけます)