

# 世界の家庭料理♪ みんなで作って みませんか。



## ペルー料理

### アロス コン マリスコス (ペルー風パエリア)

- 作り方**
- シーフードをバター、塩、コショウで炒め、白ワインで炒める。(汁と具を分けておく)
  - 赤玉ねぎとニンニクをみじん切りにする。
  - パエリアソース：フライパンにオリーブオイルを入れ、②のニンニクと赤玉ねぎを色が変わまるまで炒める。アヒを全て入れ、ターメリックとローリエを入れ弱火で炒める。
  - 炊飯器に米、①の汁を加えた水、コンソメスープ、本だしを入れて炊く。
  - 米が炊き上がったら①のシーフードと③のパエリアソースを加え、混ぜ合わせる。
  - 飾り用のえびといかをバター、塩、コショウで炒めラム酒でフランベする。
  - 出来上がったご飯をよくまぜて、その上にえび、いか、赤、黄バブリカ、レモンを飾りつける。

#### 材料(4人分)

材料	分量	材料	分量
米	4カップ	えび(飾り用)	4個
水	4カップ	いか(飾り用)	12g
シーフード	500g	レモン	1/4個
赤バブリカ	1/4個	ローリエ	2枚
黄バブリカ	1/4個	イタリアンパセリ	適量

調味料	分量	調味料	分量
バター	40g	本だし	6g
オリーブオイル	1/2カップ	ペルーの酒(RONラム酒かビスコ)	25cc
塩	少々		
黒コショウ	少々	コンソメスープ顆粒	9g
白ワイン	20cc		

#### [パエリアソース]

材料	分量	材料	分量
ターメリック	大1	挽いたペルーの唐辛子	大1.5個
赤玉ねぎ(大玉)	1個	挽いたアマゾンペルーの唐辛子	大1個
ニンニクペースト	大さじ2		

## 中国料理

### 西红柿炒鸡蛋 (トマトと卵の中華風炒め)



#### 作り方

- トマトを煮湯にくぐらせ、皮をむき、ヘタをとり8等分に切る。
- 卵に塩を加えよく混ぜる。
- 熱したフライパンに油をひき、卵を入れ、半熟になったら、フライパンから一旦皿に移す。
- 同じフライパンにトマト、塩、砂糖を入れ炒め、最後に③を入れ軽く混ぜ合わせる。
- 皿に盛り、好みで万能ネギを散らす。

#### ポイント

- 卵がふわふわになるように、水溶きかたくり粉を入れます。
- トマトを煮湯にくぐらせるのは10秒でOKです。
- 鶏がらスープやコショウなどの調味料は加える必要がありません。

#### 【材料(4人分)】

材料	分量	調味料	分量
トマト(中)	3個	砂糖	小さじ1
卵	4個	塩	適量
万能ネギ(小口切り)	適量	油	れんげ3

## フィリピン料理

### メヌード (豚肉と鶏レバーの煮込み)



#### 下準備

ボールに2cm角に切った豚肉を入れ、下味用の醤油、レモン、コショウを合わせ20分ほどおく。

#### 作り方

- レバー、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ、は2cm角くらいに切る。ニンニクはみじん切り。ウインナーは5ミリ厚で斜めに切る。
- フライパンに油をひき、みじん切りにしたにんにくを炒める。次に玉ねぎの色がきつね色になるまで炒める。
- 下準備した豚肉を5~7分炒める。じゃがいもと人参を油が全体にまわるまでかるく炒める。
- トマトソース、ローリエ、水、砂糖、を入れ中火で約15分煮る。
- 鶏レバーとウインナーを入れて5分くらい煮る。
- 最後にピーマン、パプリカとレーズンを入れて一煮立ちさせる。

#### 【材料(4人分)】

材料	分量	材料	分量
豚肉(ブロック)	350g	玉ねぎ	小1個
鶏レバー	200g	ピーマン	1個
ウインナー	4本	赤パプリカ	1/2個
じゃがいも	1個	ニンニク	2片
人参	1/2本	ローリエ	3~4枚

調味料	分量	調味料	分量
トマトソース	100cc	レーズン	30g
水	50cc	コショウ	少々
サラダ油	大さじ2	醤油	50cc
砂糖	大さじ1	レモン	1/2個

# みんな「こまき市民」、

# 助けあつて笑顔で暮らせるまち



## 笑顔でいさつ！いろんな国の人と友だちになろう♪

英語	おはよう	こんにちは	こんばんは
Bom dia	Good morning	Boa tarde	Good evening
早上好	Good afternoon	你好	晚上好
Buenos dias	Good morning	Buenas tardes	Buenas noches
Magandang umaga po	Magandang hapon po	Magandang gabi po	Magandang gabi po

## 多文化共生ってなんだろう？

国や民族などのちがう人たちが、お互いの文化や言葉、生活習慣などのちがいを認めあい、対等な立場で、地域社会の仲間として一緒に生活していくことです。

愛知県では、11月を「あいち多文化共生月間」と決め、多文化共生の理解促進に向けて、集中的に啓発活動を行っています。小牧市は、2011年3月に作った小牧市多文化共生推進プランに基づいて、多文化共生に向けた取り組みを進めています。

# 多文化共生推進プラン

小牧市の多文化共生を進めていくための指針・計画として、2011年3月に「小牧市多文化共生推進プラン」を作り、基本的な考え方をまとめました。何を目標として、どのようなことに取り組むのかを書いています。

「外国人市民」も「日本人市民」もできることから多文化共生のまちづくりをめざして、一步踏み出しましょう。

## スローガン

みんな「こまき市民」、助けあって笑顔で暮らせるまち

私たち「こまき市民」は、お互いに

自ら進んで地域社会へ参加します  
(地域社会への参加促進)

差別することなく人権を尊重します  
(個人の尊厳と基本的人権の尊重)

めざすこと  
(基本目標)

めざすこと①  
ひとりひとりの防災対策が100点のまちにします

めざすこと②  
自治会の活動への参加を増やします

めざすこと③  
正しいごみの出し方を知り、ごみの減量をめざします

めざすこと④  
子どもたちの「多文化共生」を応援します

めざすこと⑤  
国籍・民族・文化・言葉などお互いの「ちがい」を学びます

市民

企業

行政

できることからはじめます



# 小牧市の取り組み

※ほかにも様々な取り組みを行っています。

## 外国人相談窓口の設置

小牧市に住む外国人のためにいろいろな相談を受けています。

## プレスクール (小牧市国際交流協会主催)

小牧市に住む外国にルーツを持つ小学校入学前の園児が学校生活に早く適応できるよう、日本の学校のマナーを身につけたり、ひらがななどの基礎学習、ゲームや対話を通したコミュニケーション能力の向上を目指した支援を行っています。

## にじっこ教室 (日本語初期教室)

小牧市の小中学校へ入学する子どもで、日本語がほとんどわからぬ場合に、約3ヶ月間、集中して日常会話、ひらがな、カタカナ、日本語の書き込み、習慣などを学んでいます。

## 外国語版生活情報誌「こまき」の発行

ポルトガル語、スペイン語、中国語、英語及びやさしい日本語で発行し、情報発信を行っています。

## 資源・ごみの分け方と出し方 (パンフレット概要版)

ポルトガル語、スペイン語、英語、韓国語・インドネシア語、ベトナム語、中国語、タガログ語で発行しています。



外国語版生活情報誌の表紙 (11月号)



## 小牧市国際交流協会 (KIA)

2014年、設立20周年を迎えるKIAでは、国際交流と多文化共生を目指し、日本語教室や外国語講座、交流団体の支援など、外国人と日本人が互いに理解できるような事業を行っています。

# 多文化共生への思いを市民の皆さんに聞いてみました

