



日 口 交 流

発行: 特定非営利活動法人日口交流協会

E-mail: nichiro@nichiro.org

Home Page: <http://www.nichiro.org>

〒106-0041 東京都港区麻布台3-4-14

麻布台マンション401号

Tel : 03 (5563) 0626 Fax: 03 (5563) 0752



2026年ロシア料理講習会 (1)

安部 花子

2月7日、田町リーブラでのロシア料理講習会に参加しました安部と申します。昨年5月のペリメニ作りから9か月ぶりのロシア料理教室！前回と同じ先生だったのですが、その時の私の食べっぷりを覚えていてくれたのか、調理室で私を見かけるとすぐに温かく声をかけてくださり再会を喜びあうことができました。

今回の献立は、ブリヌイ（ロシア風クレープ）・ヴィネグレットサラダ・スープの3品。来る2月22日に開催されるマースレニツァ（ロシアの冬送りのお祭り）イベントの目前、イベントで出す大量のブリヌイ作りを控えたこのタイミングで調理法をレクチャーしてもらうため、千葉副会長からリクエストしてもらった極めて実践的な献立です。イベントの成功は今日の料理教室にかかっていると言っても過言ではありません。ブリヌイづくりの奥義を学ぶべく、さっそく調理スタートです！

3品のうち、今回はほぼブリヌイの調理卓に張り付いてレクチャーを受けました。卵の割り方ひとつにも文化の違いが現れます。日本では一般的なやり方である、調理卓の縁で軽く叩いてヒビを入れた部分に親指を差し込んで割ったところ、「それだと卵の殻が入ってしまう。ロシアではこう。」と卵に包丁をバツンと差し込み、そのままパカッと割ってボウルにin。それ、包丁の力加減間違えたら手のひら切っちゃわない…？と恐る恐るやってみたところ、確かに軽く叩くよりも切れ目が細いため小さな殻が落ちません。日本人参加者一



同、初手からロシア主婦の知恵を目の当たりにします。

混ぜた生地を寝かし終わり、いざフライパンで焼いていきます。ブリヌイはマースレニツァにおいて極寒の冬の終わり、春の訪れを告げる太陽を表し、丸く美しい真円になるように焼きあがったものがよいとされているそうです。

少しずつ生地をフライパンに流し入れながら、手首のスナップを効かせつつ生地が均一な真円になるように広がっていきます。意外にも手慣れた様子だったのに先生も少々驚いていて、昨年マースレニツァでブリヌイ100枚焼いた経験は無駄じゃなかった…と少し安堵したものの、きれいな形に整えるのは本当に難しい！焦れば焦るほど形は崩れ、厚みのムラによって端がボロボロになっていく…。

ひっくり返す勇気がなく先生にお願いしようとする私の手にながちりとヘラを握り直させ、先生がスマホ画面の日本語翻訳を見せてきます。そこには「私たちは恐れない」の言葉。ロシア語が分からない私にこの和訳を何度も見せ、一緒にヘラを握って不格好なブリヌイを手直し、えいやとひっくり返してくれました。失敗しても完璧でなくても、何度でもやり直せる——私が今日の料理教室で得た教訓です。勇気を出してどんどんひっくり返すうちに、テンポも速く、1枚1枚の仕上がりがきれいになっていきました。

その様子を見ていた他の日本人参加者も、次々とブリヌイ焼きにチャレンジ！時間を忘れるぐらい没頭しちゃった、と皆さん存分に楽しんだ様子でした。この記事が配信されるころにはイベントも終了しどんな気持ちで読んでいるだろう…とにもかくにも、この「私たちは恐れない」の言葉を胸に、絶対にブリヌイ作りを成功させようと誓った料理教室でした。

今回はベリー類の果物のコンポートがおまけにつきました。ビネグレードは野菜を同じ大きさに切るのがコツです。スープはウハーの予定でしたが、野菜たっぷりのこのくのあるスープに。黒パンが付いて最高のランチになりました。

お知らせ

●NPO日口交流協会第26回 (通算第62回) 通常総会

日時: 2026年3月28日 (土) 10:30~11:30

会場: 新橋生涯学習センター

*詳細は会員の皆様へ通知いたしますのでご参加ください。出欠のご連絡を事務局へ返信いただきますようお願いいたします。ご欠席の方は書面評決又は委任届を必ずお送りください。また、総会終了後、懇親会がございます。

●日本の家庭料理講習会

日時: 2026年3月1日 (土) 10:00~14:00

場所: 田町「リーブラ」料理室

●ロシア語教室生徒募集中!

レベル別クラスを経験豊富なロシア人教師陣が担当いたします。プライベート、オンラインレッスンもあり見学も1回可能です。定期の教室は入会していただいております。

●ロシア民謡を楽しむ会会員募集中!

アルト、バスの方が不足しております。ロシア人ピアニストの先生の指導のもと、楽しく歌いませんか。

Fax: 03-5563-0752 E-Mail: nichiro@nichiro.org

お願い

NPO日口交流協会では、ロシアでの日本の伝統文化などの紹介、国内でのロシア関連の学習会、ロシア人とのイベント交流など幅広い活動を行っています。これらの活動を一層推進させるために皆様からのご寄付をお願い申し上げます。一口千円からいくらでも結構です。なお、寄付とわかるようにお名前の前に番号「01」と入れてください。

服部文男氏にご協力いただきました。ありがとうございます。振込先: 郵便口座 00160-9-66486、加入者: 日口交流協会
連絡先: 日口交流協会事務局 E-Mail: nichiro@nichiro.org



サマーラからのお客様

言葉をつなぐ、その先で

—12月6日の交流会に参加して—

12月6日、私はロシアの方々と交流会に参加しました。待ち合わせの駅に着いたとき、少し緊張している自分に気づきました。人々が慌ただしく行き交う



隅田公園にて

中で、異なる文化や背景を持つ人々と一日を共にすると、あらためて意識していました。

自己紹介を交わしたあと、ロシアの方々からおみやげをいただきました。サマーラの町のシールやメモ帳、アリオンちゃんのチョコレート、そしてルーブル紙幣。初めて手に取るルーブル紙幣の感触に、遠い国が急に現実のものとして近づいた気がしました。これまで資料や写真で見てきたロシアが、目の前の人々の生活と結びついたものとして感じられた瞬間でした。

最初に訪れた墨田公園では、屋台で軽食をとりながら、それぞれの出身地の話や、ロシアと日本におけるクリスマスや新年の過ごし方について語り合いました。ロシアの方は「冬はとても寒い」と言いながら、雪に覆われた町の写真を見せてくれました。画面越しに見る雪景色は静かで、日本の冬とは違う時間が流れているように感じられました。

その後、日本庭園を見学し、神社を訪れました。一緒におみくじを引き、絵馬に願い事を書くお手伝いをしました。言葉を補い合いながら進むやり取りは、決して流暢ではありませんでしたが、その分、一つひとつの行動に気持ちがこもっていたように思います。夕方になると東京スカイツリーへ向かい、ソラマチを見て回りました。アニメショップで足を止めるロシアの方々の姿から、日本の現代文化が国境を越えて受け取られていることを実感しました。最後に展望台から眺めた東京の夜景はきらびやかで、参加した全員がしばらく見入っていました。

私は大学で約1年半、第二外国語としてロシア語を学びましたが、今回の交流会を通して、まだまだ勉強不足だと感じました。それでも、完璧でなくとも、伝えたい気持ちがあれば言葉をつなぎ合わせて理解し合えること、一生懸命に伝え合おうとする姿勢こそが国際交流の原点なのだと感じました。

今回の交流会は、ロシアを遠い国ではなく、顔の見える人々のいる国として感じさせてくれる、温かく貴重な時間でした。このような機会を設けてくださった日口交流協会の皆さま、ならびに関係者の方々に、心より感謝申し上げます。今回の出会いが、それぞれの心に静かに残り、日口の相互理解を支える一助となることを願っています。

(池野谷 萌)

ロシア人との遠足に参加して

中島さんから声をかけてもらい、12月6日、東京観光中のロシア人団体に中島さんと学友とともに同行した。さまざまな年代の方がいた。二十代～四十代ほどだろうか。なお私は翌日ロシア語の試験を控えていたのだが、学友がそのことを早々に皆にバラしてしまったため、私はいじられたりしながらの観光となった。

参加したロシア人は6人。同行者は中島さんと私含め大学生3人。私たちはロシア語を1年半ほど学んでいるのだが、実際に話す機会は大学の授業で学生同士やロシア人の先生と話すだけで、ロシア語を話すことには慣れていなかった。

まず散歩した隅田公園では、ロシア人の皆さんが昼食前だったこともあって屋台で飲み食いしたり、庭園の前で写真を撮ったりした。隅田公園にある神社(牛嶋神社)も訪ね、ロシア人の皆さんは興味津々の様子。引いたおみくじを私たちが苦心して訳したり、絵馬にはキリル文字も追加されることになった。

その後、東京スカイツリーの麓(?)の商業施設「ソラマチ」へ買い物に。ソラマチに向かって歩いている時、ある家の前に地元の老婦人が出てなにやら用事をしており、そこを通りかかるとロシアの女性が明るく話しかけた。もちろんロシア語なので、私たちが中島さんに助けをもらいながら拙くも通訳を試みたりするのだが、その方の笑顔が地元の老婦人にも通じ、結局お互いに何やらプレゼントを渡していた。ロシアでは通りがかりの人とここまで仲良くなるものなのか? そうだとすれば、他人に無関心な東京よりずっと心地よいだろう。

ここで一人加わりソラマチで私は一人の男性と一緒にまわることになったのだが、大学について部活動について、あるいはロシアと日本の食や生活についてなど、ロシア語でのコミュニケーションを精一杯図ることができた。なお翌日の試験に向けロシア語を口にする心理的なハードルはかなり低くなったが、格変化等が正しくないブロークンなロシア語でも通じてしまっていたため、試験にその感覚で臨むことのないよう気を付けなければならないと感じた。

最後は再集合してソラマチの30階の展望フロアから東京の夜景を眺め、再会と日露の友好を約した。皆優しい人ばかりでとても楽しい一日だった。ロシアと日本は国同士現状友好関係にあるとはいいかねる状況かもしれない。しかし、私たちが最後に交わした握手、そのぬくもりを忘れないようにしたい。プレゼントしてもらったロシアのチョコレートを食べながら、そんなことを考えている。(金田 夏樹)

昨年3月に来日したサマーラからのお客様が、12月にまた急遽来日すると連絡あり。日本語を習いたてで心もとないので、ロシア語の学生との交流を希望。そこでロシア語教師の中島常任理事にお願いしてロシア語の学生さんにアテンドしてもらった。お客様は東京を堪能して帰国された。

学生の皆さん、本当にありがとうございました。

1990年代半ばのウラジオストク：廣瀬徹也さんを偲びつつ

倉田 有佳

去る1月、都内の教会で廣瀬徹也さんのお別れ会が営まれた。廣瀬さんは、筆者が1998年3月にウラジオストク総領事館の専門調査員として着任した時の公館長だった。ご専門はトルコ語で、アゼルバイジャン大使を務め（ジョージア大使兼務）、『テュルク族の世界』（2007年）、『日本の中央アジア外交』（編著者・2009年）を執筆された。廣瀬さんを偲び、1990年代半ばのウラジオストクを振り返ってみたい。



おかげで親友の息子さんにたどりつくまでを追った。街の中心部を走る日本の中古車や路面電車、化粧直しされない歴史的建造物などは、映像資料としても興味深い。

長崎はウラジオストクに出稼ぎ者や移住者を送り出してきた土地である。筆者がお会いした朝来マリさん（1918年生。2歳で日本へ）と川口商店の長女和恵さん（1920年生。1931年に日本へ引揚）も長崎ゆかりの方々だった。おふた方が同伴された娘さん

共々、郷土史に詳しい筆者の友人のロシア人の案内でウラジオストク市内や近郊のウスリースクを巡った（写真）。

1990年代半ば、ウラジオストクの一般家庭では停電が頻発し断水にずいぶんと悩まされた。だが街の中心部は活気にあふれ、また人々の文化芸術への関心は高かった。アルセニエフ博物館、大学、科学アカデミー主催の大小さまざまな学術会議が頻繁に開催され、筆者も「1920-30年代の在日亡命ロシア人」をテーマに何度か報告させていただいた。

1998年から2年に1度の国際アートフェスティバル「ウラジオストク・ビエンナーレ」が始まり、日本からも演劇関係者等がやって来た。このイベントへの参加を縁に、2007年「日本・ウラジオストク協会」が日本で設立された。筆者は設立当初から同協会に関わり現在に至るが、初代名誉会長を快く引き受けてくださったのが、1996年から2000年まで在ウラジオストク日本国総領事を務められた廣瀬さんだった。

（ロシア極東連邦総合大学函館校教授）

太平洋艦隊総司令部が置かれているウラジオストクは、ソ連時代（1952年から）は閉鎖都市だったが、1992年に外国人に開放され、翌93年に日本国総領事館がナホトカからウラジオストクに移転した。自由に訪れることが可能となり、20世紀初めウラジオストクが国際都市だった時代に生まれ育った日本人が数十年ぶりに訪れるようになった。

こうした動きにいち早く着目したのが長崎国際テレビだった。同行取材によるドキュメンタリー番組『ウラジオストク日本人町ー「北の大地」をめざした人々は・・・』（1997年）は、太田良三郎商店のお子さんたちが父親ゆかりのベルサイユホテルに泊まり、亡き父のことや一家が毎朝飲む習慣となっていた紅茶を懐かしむ一方で、かつて暮らしていた住まいの変貌ぶりがはっきりする姿を伝えた。また、ロシア人の間で10年以上過ごした戸泉米子さんが、浦潮本願寺の住職との結婚を機に別れる決断をした親友のロシア人女性二人の消息を求めてウラジオストクを訪れ、地元テレビ局の協力の

2025年夏 ウラジオストク・ハバロフスク訪問記 (4)

岡崎 好典

前回は報告したとおり、ウラジオストク国際空港のイミグレーションで、私はいわゆる「別室送り」となったわけですが、ここでは、渡航目的、行先、移動手手段、宿泊先、所持金、最終学歴などのほか、予約をしたパートナーとはどういった関係なのかや、何年くらいの付き合いなのかについても質問されました。はじめは非常に緊張しながら回答していましたが、女性係員が途中からにこやかに質問してくれるようになったので、私の緊張感も徐々に緩んできました。このような別室での「尋問」は、私の場合、20分ほどかかりましたが、終わってみれば、想像していたほどの厳しさはなく、おそらくロシアに対して非友好的な人物ではないことの確認をしているのだろうと感じました。私は念のため、日口交流協会の自分の名刺や、新旧の大使を含め在日ロシア大使館の方々の名刺も持ってきていましたが、それらを話題にしたり、見せたりすることなく済んだのでよかったです。

私はそれから、男性係員から私のスマホを返してもらい、奥の部屋を出て、事務所の最初の部屋に戻りました。そこには放置してあった私のリュックがありました。一見したところ、何事もなかったかのように見えたのですが、本当のところはわかりません。それでも、現金や物がなくなったということを感じることはその後もなかったです。

事務所を出ると、そこは一般の旅客が入国審査を受けるイミグレーションのエリアになりますが、私が事務所に呼ばれた時に、すでに旅客は私だけだったので、戻った時にも誰もおらず、入国

審査を行うブースも消灯されていました。

まもなく事務所から係員が出てきて、近くのブースを開けてくれました。そこで、私のパスポートに入国のスタンプを押してくれて、20時30分ごろ、私はようやくロシアに入国することができました。空港に着いてから入国するのに、3時間かかったわけです。私はその日の最後の入国者です。

13年ぶりのロシア入国という感慨に浸る間もなく、私を待っている韓国人パクさんを探しました。バゲージクレームあたりだったと思いますが、パクさんを見つけました。他に誰もいない中で、彼は私を待っていてくれました。土地勘のないウラジオストク空港から街への移動にあたり、彼の存在は本当にありがたかったです。

彼は、「Yandex Go」のアプリでタクシーを呼んでくれて、そのタクシーに相乗りしてウラジオストクの街に向かいました。先に彼の彼女（ロシア人）が待っているアパートに寄って、彼を降ろしてから私のホテルに行ったため、タクシー代は2,190ルーブルになりました。宿泊する「プリモリエホテル」に着いたのは22時8分。その日はいろいろな体験をしたので、本当に疲れましたが、入った客室からの黄金橋の夜景がとてきれいで、疲れが半分吹っ飛びました。しばらく夜景を楽しんだあとは深夜までやっているホテル近くのジョージア料理のレストラン「Tbilissimo」で13年ぶりのロシア入国の祝杯をひとりであげました。（続く）

（副会長）

クール！レニングラード 連載No.1 「マヤコフスカヤ駅」

宮川 琢 (おさむ)

1990年の9月から翌年の6月までレニングラード国立大学に当時勤務していた会社から派遣されてロシア語を勉強した。当時はソ連崩壊の前夜で、美しいヨーロッパの香りが豊かだった町並みはメンテナンスが悪く道路はガタガタで、マンホールが外れていても放置され、多くの街灯の蛍光灯が交換されておらず、建物の壁はほこりび落ち、木製の窓枠が朽ちて窓も割れ、内部の床や階段は欠けたままだったので、決して綺麗だとは言えない状態だった。しかし、街を遠くから眺めるとレニングラードの町は非常に洗練されている。帝政ロシア時代からの美しい建築物や街並も味わい深いのだが、その中で、実はクールなソ連のものが浮かび上がってくる。当時、これは凄いなと感じたレニングラードのものをご紹介しますと頂ければと思います。

第1弾は地下鉄マヤコフスカヤ駅をご紹介します。鉄道でモスクワからレニングラードに来ると「モスクワ駅」に到着する(パリの「リヨン駅」のように鉄道駅は目的地の名前が付いている)。この駅で乗客は地下鉄やバスに乗り換えて目的地に向かう。その接続の地下鉄駅がマヤコフスカヤである。ご存知、ソ連



駅名とマヤコフスキーの顔

ホーム(左右にある穴にホームドアがあるのでホームから列車は一切見えない)

の詩人ウラジーミル・マヤコフスキーの名前にちなんだ駅であるため、マヤコフスキーの顔と共産主義の象徴色の赤が全面にあしらわれているだけでも斬新なのだが、日本から来た私が驚いたのは、この駅にはホームドアが採用されていることであつた。今でこそ、日本にもホームドアが設備されている地下鉄駅は多いが、残念ながら当時の日本には神戸のポートライナーぐらいにしかホームドアは無かつた。そんな時代にホームドアがあることは画期的だった。ホームからは地下鉄の電車が一切見えないのだが、乗客はホームの一番前に設置されている1メートルもある特大の「電車出発経過タイマー」を見て次の電車を待つ。当時の地下鉄はX時からY時までではZ分間隔で地下鉄を走らせると言う規則で走っていたので、タイマーには前の電車が出てから何分何秒経ったかが表示されている。タイマーがZ分の30秒前を切り始めると、ホームドアのすき間から風が溢れ出してきて、やがて地下鉄が轟音をうならせて入って来るのだ。音が止まるとホームドアと電車のドアがほぼ同時にガラッと開いて、乗降が始まる。当時は地下鉄の車内の蛍光灯も交換されていないことも多々あり、ドアが開いて、車内を見ると1両まるまる真っ暗なこともある。それでも市民は他の車両から来る薄明りがあれば問題なく乗っていた。閉まる時が最も怖くて、日本のようにコンプレッサーで速度を緩めながらドアは閉まらない。パチンと大きな音でホームドアと電車のドアが閉まる。こんな斬新なソ連を見るのが楽しくて仕方なかつた。

*写真はGoogle Map 2025, Sergeev, Abramovより引用

国際放送史研究の戯言No36

「アララト」というお酒

島田 顕

コニャック。醸造した白葡萄酒を蒸留して樅材の樽に詰め熟成させ香りと味をつけるブランデーである。「コニャック」という名前は、フランス西部のコニャック地方に由来する。ブランデーは、ロシアではコニャック(発音はカニャーク)として通っている。食前酒として小さなグラスに注ぎ、嗜まれている。

宇宙ではお酒は禁物だ。但しコニャックだけは認められていて、宇宙ステーション「ミール」ではコニャックが愛飲されていたという放送原稿を読んだ覚えがある。それほど親しまれているということなのだろう。

ロシアには様々な銘柄のコニャックがあるが、もっとも有名なコニャックは、アルメニア産コニャックだ。アルメニア産なのだが、ソ連崩壊後もロシア人達に愛飲されてきた。安物もあるが、空港の免税コーナーで売られている高級品もある。放送局赴任1年後の1997年にか月の長期休暇をもらって帰国した際、シェレメチエヴォ空港で2本買い、一本は酒好きの叔父さんにお土産として持って行った。

アルメニア産コニャックと書いたが、厳密に言えばアルメニア・ブランデーであり、コニャックとは異なるものだという。伝統的な製法で、アルメニアの白葡萄から作られた特産のワインと湧き水を原料とし、熟成される樽もアルメニア産のオーク材で作られている。まさにアルメニアでアルメニアだけのものを使ったのがアル



メニア・ブランデーなのだ。アルメニア・コニャックという言葉は、ロシアで普及させるために用いられたようだ。以下「アララト」と総称する。ちなみにアララトは、アルメニア人の心のふるさとである、カフカス地方の山、アララト山(海拔5165m)に由来する。「心のふるさと」とする理由は、アララト山は現在アルメニア領内にはないからだ。トルコ領内、アルメニアとの国境からは少し離れたところにある。

アルメニア人達は、聖書の「ノアの箱舟」に出てくる、大洪水で助かったノア達の子孫だと自称する。神様が地上の人間達に罰を与えるために引き起こした大洪水が収まり、ノア達が箱舟を作って大洪水を乗り切り、たどり着いたアララト山のふもとに築いた町が、現在のアルメニアの首都であるエレヴァンだという。だから、アララトの中の、まさに「アララト」のラベルには、アララト山のイラストが描かれている。ちなみに私の買ったコニャックは「ノヤック」という銘柄で、アララト山は描かれてはいない。ノヤックとは「ノアの泉」を意味する。アララトには、前出の「アララト」(エレヴァン・ブランデー社)と「ノヤック」(アララト醸造所)以外にも、「シャクマツ」(チェスのこと)等の銘柄がある。

ご存じのように、アルメニアとアゼルバイジャンの民族紛争によって、葡萄畑が全滅し、生産施設も破壊され、アララトが2度と作れないほどの打撃を受けたが、近年では復活を遂げているようだ。これからも未来永劫変わらずに世界の酒好きの喉を潤してほしいものだ。