



Breaktime with Braden

ブレイドの
おれいむ

vol.24

原文・和訳
ブレイデン・ベナイト
Braden Bennight

ワシントン州フェデラルウェイ市出身。2021年11月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属。

死者の日 (ディア・デ・ムエルトス)

皆さん、こんにちは!去年はアメリカのハロウィーンを中心とした活動(トリック・オア・トリートやお化け屋敷)について書きました。今回は自分が祝うコミュニティの一員ではありませんが、同じ時期にあるディア・デ・ムエルトスという祝日について書こうと思います。

アメリカにはメキシコ系アメリカ人が多く住んでいるため、死者の日(ディア・デ・ムエルトス)がそのコミュニティで一般的に祝われています。期間は10月31日の真夜中から11月2日までです。実は日本のお盆と似ているところもあります。まず、亡き親族の霊が家に帰る道を見つけれられるように、家族でろうそくを灯し、祭壇の上に置きます。それから家族で先祖のお墓に行き、みんなで食事会をし、歌を歌いながらお墓を掃除します。

コスチュームや飾りにもドクロや骸骨の描写が多くつかわれます。ディズニー作品の「リメンバー・ミー」の中にある多くのものがディア・デ・ムエルトスからくるものです。

私はメキシコ人でもメキシコ系アメリカ人でもありませんが、他の人々の文化や伝統について、いつも楽しく学んでいます!

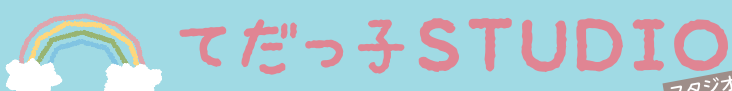
Day of the Dead (Día de Muertos)

Hello everyone! Last year I wrote about American activities centered around Halloween such as trick or treating and haunted houses. This time I will write about Día de Muertos, which is also widely celebrated around that time, though I am not a member of the community that celebrates it.

With there being a large population of Mexican Americans living in the United States, Day of the Dead, or Día de Muertos is commonly celebrated in that community. It is often celebrated from October 31 (midnight) until November 2. It is actually quite similar to Obon in Japan. First, families will light candles in their homes at an altar so their deceased relatives' spirits can find their way back home. The families will then visit the graveyards of their ancestors and eat feasts, sing songs, and clean the tombstones.

There is also a lot of depiction of skulls and skeletons in the costumes and decorations. Much of what you'll see in the Disney movie "Coco" comes from Día de Muertos.

Though I myself am not Mexican or Mexican American, I always enjoy learning about the cultures and traditions of other people!



てだっ子STUDIO



てだっ子キッズファースト宣言大使
てだ子

大平在



むらよし あいは
村吉 絢蓮 ちゃん
(9か月)
おてんばで活発娘です!!

沢岷在



しんもん れい
新門 滯 ちゃん
(1歳)
いたずら好きのお友達ー!

宮城在



おおば じょうたろう
大場 丈太郎 ちゃん
(3か月)
首すわりました〜♡

写真募集中!



【募集対象】市内在住の0~9歳のお子さん
【応募方法】①お子さんの名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区⑤一言コメントを入力しkouhou@city.urasoe.lg.jp(広報広聴係)に画像データを添付し、送信してください。



●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(頭や顔の一部が切れていないもの)
●応募者多数の場合は、抽選の上掲載します。掲載の可否については連絡いたしませんのでご了承ください。



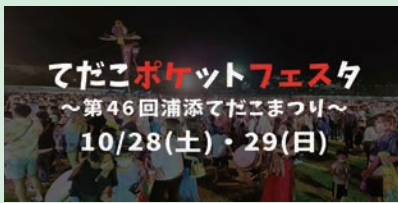
ハイスай

「こちろ市長室」

てだっまつり&TIK TOK FUES

今年も浦添市の一大イベント、てだまつりが、来たる10月28日(土)、29日(日)に開催されます。ところが、なんと今年は新体育館建設のために従来のAMNフィールド(陸上競技場)が使用できないため、メイン会場を「てだこ広場(アイムユニバースてだこホール隣)」に移しての開催となりました。そのため、残念ですが会場の広さは約3分の1程度に縮小されます(涙)。そんな理由でしばらくは「てだこポケットフェスタ」の名称になります。そこで、規模は縮小したとしても内容は更にグレードアップさせるべく、新しい取り組みも始めました。ショートムービープラットフォームのTIK TOKとのコラボレーションです。

TIK TOKでは、今年から日本全国各地のお祭りや「TIK TOKのTIK TOK Creative Festival on Tour(以下、TIK TOKフェス)」の開催を決定しており、なんと、その第弾の地として「浦添でてだまつり」が選ばれたのです。全国から人気のクリエイターに加えて、県内で活躍するクリエイターにも参加して頂き、「TIK TOKユーザー」の人も一緒に、みんなで「てだこポケットフェスタ&TIK TOKフェス」を楽しんで頂きたいものです。なんと言っても「てだこポケットフェスタ」の名称になります。そこで、規模は縮小したとしても内容は更にグレードアップさせるべく、新しい取り組みも始めました。ショートムービープラットフォームのTIK TOKとのコラボレーションです。



てだこポケットフェスタ
~第46回浦添でてだまつり~
10/28(土)・29(日)

「てだこポケットフェスタ」
詳細はこちら

マが「集まろう。」一緒に楽しもう」です。から、祭り会場からもどんだん全国へ発信して頂き、我が街「浦添」のことを知ってもらいましょう。

もちろんお祭りですから、多くの人に来て頂きたいのですが、その一方で会場の混雑による雑踏事故が心配なのも事実です。そこで、従来メインステージは午後3時から始まりますが、その直前の午後1時から「TIK TOKフェス・オープニング・イベント」を行い、祭りが最高潮に盛り上がる時刻には「TIK TOKフェスは終了となります。」とにかく、今年のでだまつりは味違うぞ!事故がないように気を付けて、楽しく盛り上がりましょう!

浦添市長
松本 哲治



簡単!健康!サッと作れる!

サッとごはん



73品目

これで朝ごはんは、バッチリ!
納豆チャーハン



栄養UP



材料(4人分)

- ・ごはん680g
- ・長ねぎ40g
- ・しらす30g
- ・ごま油大さじ1
- ・塩少々
- ・納豆3~4パック
- ・しょうゆ大さじ1
- ・青じそ5枚程度
- ・白ごま大さじ1

作り方

- ①長ねぎと青じそは、粗みじんに切り、納豆は備え付けのたれを入れて混ぜておく。
- ②フライパンにごま油を入れて熱し、長ねぎとしらすを炒める。
- ③②に温かいごはんを入れ、しょうゆと塩で味付けをする。
- ④火を止めて、青じそ・納豆を混ぜる。
- ⑤お皿に盛りつけ、ごまを振りかけて完成。

栄養成分表示(1人当たり)

- ・エネルギー...417kcal

うめ~しポイント

納豆としらすを使うことで、たんぱく質やカルシウムを取ることができます。また、混ぜるだけでも作れるので、子どもでも作ることができ、朝ごはんにもピッタリ!

レシピ提供: 浦添共同調理場 栄養教諭 宮城 妙子