

TIC NEWS

(7)
Vol.148

特集：データで読み解く 富山県で暮らす外国人

- ・ 講座・イベント情報
- ・ JICA富山デスクからのお知らせ
- ・ 世界のあれこれレポート
- ・ 作ってみよう!世界のレシピ

インタビュー
グラセ・マチュ氏



Live Together In Toyama

「ドン ペリニヨン」を28年間造り続けた 元醸造最高責任者が手がける日本酒を世界へ

シャンパーニュメゾン〈ドン ペリニヨン〉の5代目醸造最高責任者として活躍したリシャル・ジョフロワ氏が手がける日本酒ブランド〈IWA〉の酒蔵が2021年、富山県立山町白岩地区に誕生しました。ここでゲストをもてなす「ホスピタリティマネージャー」を務めるのが、フランス出身のグラセ・マチユさん。母語のフランス語のほか、英語、日本語を操り、国内外での販路拡大、経営戦略を支えるキーマンでもあります。建築家隈研吾氏設計により完成した“蔵”を見せていただきながら、その仕事内容や日本酒の魅力についてなど、お話をうかがいました。



——日本酒ブランド〈IWA〉が生まれたいきさつについて教えてくださいませんか？

シャンパーニュの元最高責任者であるリシャル氏は大の日本通としても知られています。幾度となく日本を訪れては、日本酒を口にしていた彼ですが、その複雑な醸造工程や多様な風味に興味を持ち、今までにない全く新しい日本酒を造るという構想を思い立ちました。そして、日本全国を巡りパートナー探しを始めました。その時に相談したのが、かねてから親交のあった建築家の隈研吾氏でした。そしてその隈氏が日本酒のことなら、と紹介したのがご存知榊田酒造店の榊田隆一郎社長だったという訳です。この3人の出会いから、ここ、富山で〈IWA〉プロジェクトが始動することとなりました。

——立山の稜線に溶け込むような印象的な大屋根ですね。建物について教えてくださいませんか。

白岩地区のこの土地で日本酒造りをするようになったのは、海、山、田を一度に見渡すことができるところが決め手になったと聞きました。エントランスを入った先は大きな土間で、中央には囲炉裏のようにベンチが配置されています。ベンチの杉材は水橋にある神社の境内に生えていた杉を使わせていただいたものです。これは、リシャル氏のこだわりでもあるのですが、この土地で生まれたものを使い、地元のコミュニティと協力し合いながら酒造りをしていきたいという思いが、この蔵そのものにも反映されています。例えば、壁紙に使った和紙がその最たるもので

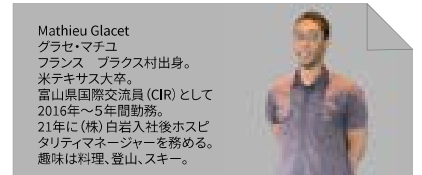
す。目の前の田んぼで採れた粳穀を使って、地元五箇山の職人たちに作ってもらった和紙を全面に使用しています。

——地元のコミュニティと協力しながら酒造りをする、まさに多文化共生と言ったところでしょうか。

そうですね。長年第一線でシャンパーニュを造ってきたリシャル氏ならではの思いです。というのも、そもそもこのシャンパーニュの製法自体が、異なる品種、異なる畑、異なる収穫年のワインを30～50種類アッサンブラージュ（＝調合）して造られるものなのです。一つ一つは全く異なったものが融合、調和し、ハーモニーとして美しい旋律が動き出す、彼にとって元来酒造りとはそういうものなのでしょう。

——日本酒〈IWA〉にもこのアッサンブラージュ技術が使われているのですか？

はい。それこそが〈IWA〉の最大の特徴です。アッサンブラージュはフランス語ですが、和訳は難しいですね。よくブレンドと訳されることもありますが、厳密には違います。2つ以上のものを単に混ぜ合わせるという意味のブレンドに対して、アッサンブラージュは、完成形の理想的な味わいから逆算して、ベースとなる酒を数十種類造る酒造りのことを指しています。ですから、ベースとなる日本酒の中には極端に酸味の強いもの、苦みがあるものなど多種多様にあります。



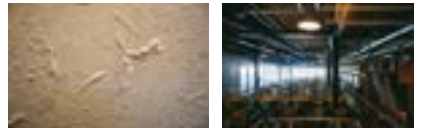
Mathieu Glacet
グラセ・マチユ
フランス プラクス村出身。
米テキサス大学。
富山県国際交流員（CIR）として
2016年～5年間勤務。
21年に（株）白岩入社後ホスピ
タリティマネージャーを務める。
趣味は料理、登山、スキー。

——日本酒については入社後勉強されたのですか？

もともと日本酒好きであったとはいえ、こと酒造りに関しては全くの素人でした。入社してからは、そうですね、かなり勉強しました。蔵人として半年間実際に日本酒造りを経験させてもらい、一から酒造りを学びました。ホスピタリティマネージャーは、名前の通り訪れたゲストをもてなすのが仕事ですが、ゲストは主に料理家や日本酒、ワイン造りのプロです。国籍も様々ですので、時には日本語、時にはフランス語、英語でプロが納得する説明をしなければなりません。その点は非常にハードルが高いです。ですが、自分の言葉で自社製品の魅力を伝えるのは、やはりすごくやりがいがあります。

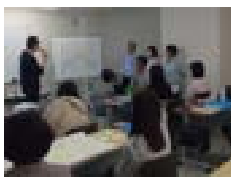
——今後の展望を教えてください。

“海外の日本酒ブーム”というニュースを時々見かけますが、日本酒の知名度は実際には海外ではまだまだ低いのが現状です。しかし、リシャル氏や私が惚れ込んだように日本酒は日本人以外をも虜にする大きな可能性を秘めています。世界中に販路を拡大している〈IWA〉ですが、その半数以上は日本食以外のレストランです。非日本食レストランのマーケットを開拓し、自社の利益だけではなく、富山の地酒の知名度向上、ひいては日本酒業界のコミュニティ全体への貢献につながればと思っています。



日本語交流サポーター養成講座

5月21日から、「日本語交流サポーター養成講座」を開催しています。地域の日本語教室などで、外国人との対話や体験を通して、外国人の社会参加をサポートして下さる人を養成します。全12回の講座では、やさしい日本語で話すこと、多文化コミュニケーション力を高めるスキル、外国ルーツの子どもへの支援等、様々なテーマについて実習も交えながら学んでいきます。



国際交流ひろば(インド料理)

富山県国際交流員が各々の出身国の文化を楽しく紹介する「国際交流ひろば」。第1回目の「インド料理」では、北インドの家庭の定番「アルー・パラータ」(スパイス、じゃがいもが入ったパンのようなもの)と、お祭りの定番スイーツ「ココナツ・ラドゥー」、暑い季節に欠かせない「きゅうりとミントのラッシー」を作りました。



令和5年度語学講座が開講しました

6月から、語学講座が開講しました。中国語(入門)、韓国語(入門・初級)、英語(初級)、ポルトガル語(初級)、ベトナム語(入門)の全6コースです。日本語が堪能なネイティブ講師が語学や文化について楽しく授業をしています。韓国語以外はまだ定員に余裕がありますので、興味がある方は、ぜひお申し込みください♪

再募集はこちら！



ナマステインディア

インド出身のバーガワトゥラ・シリラリティア国際交流員が、インドの様々なことを英語で紹介します。英語でインドのことを学べるという、一石二鳥の企画。4月は「インド人の日常生活」、5月は「インドの教育」、6月は「インドの伝統芸術」というテーマで参加者を交えて楽しくおしゃべりしました。初めての方でも気軽に参加できます。



今後の予定

7/10・24(月)「インドの言語」

8/7・28(月)「インドの神話と昔話」

9/11・25(月)「インドの動植物」

時間 18:30～20:00

費用 無料

場所 (公財)とやま国際センター ラウンジ

申込 不要。どなたでもお気軽にお越しください。

令和5年度草の根国際活動助成団体決定！

(公財)とやま国際センターでは、県内で国際交流・協力活動及び多文化共生活動を実施する民間の非営利団体・グループに対し助成を行っています。令和5年の助成団体は以下の6団体に決定しました。

しんみなとコスモス	射水市堀岡地域における多文化共生推進事業
kodomotachi	外国人児童生徒の学習支援とコミュニティ図書館
富山ネパール文化交流協会	協会の皆さんと一緒にダサイン祭を祝う
富山県華僑華人会	子供向け中国語教室
国際医療研究会KIK	多文化交流 大学生による留学生との交流
Act Globally Himi	マレーシアに広めよう！富山のこ、わたしたちのこ

講座・イベント情報

Zoomオンラインセミナー “歌う民 ラトビア人”

富山に縁のある海外在住者を講師に迎え、各国の歴史や文化等について紹介する多文化理解連続講座。第1回はラトビアからお届けします。

日時 7月22日(土) 14:00～15:30

定員 25名(申込多数の場合は抽選)

費用 無料

申込 Googleフォームにて受付

講座はZoomを用いたオンライン講座で、日本語で行います。

過去の講座をYouTubeにてオンデマンド配信中！是非ご覧ください。

広域連携による災害時外国人支援ボランティア研修

災害時に外国人を支援していただけるボランティアの方のための研修を行います。

日時 7月29日(土) 10:30～16:00

場所 石川県国際交流センター(金沢市1-5-3 リファール4階)

対象 北陸3県在住で、災害時における外国人支援に関心がある方

定員 各県10名

費用 無料(富山一金沢間の新幹線自由席往復切符をお渡しします)

申込 Googleフォームにて受付

災害時外国人支援訓練

富山県総合防災訓練にあわせ、災害多言語支援センターの役割や災害時の身の守り方を学ぶ災害時外国人支援訓練を実施します。

日時 8月27日(日) 10:00～11:30

場所 高岡テクノドーム(高岡市二塚322-5)

対象 日本人および外国人

定員 各10名

費用 無料

申込 Googleフォームにて受付

とやま国際塾 ～とやまで世界を感じよう！～

国際交流員や留学生等との交流や県内で活躍する外国人の方の講演、JICAによる国際協力に関するワークショップ等を行います。

日時 9月16日(土) 9:30～16:00

場所 タワー111(インテックビル)4階 スカイギャラリー

対象 県内高校生

定員 30名(先着)

費用 1,000円

申込 所定の申込用紙に記入の上、FAX、郵送または来所にて受付

データで読み解く

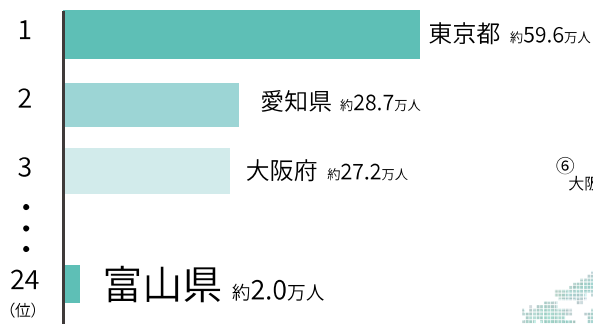
富山県で暮らす外国人



2023年1月1日時点で富山県内には97か国・地域 19,638人の外国人が暮らし、過去最多を更新しました。

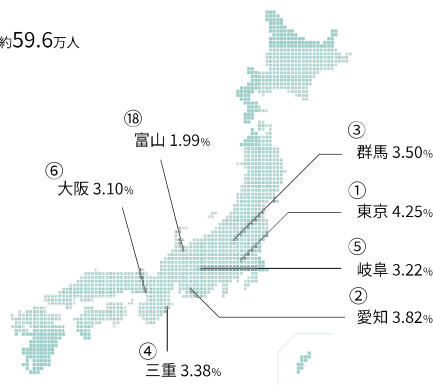
今号の特集では様々なデータから、富山県に住む外国人の状況を紹介します。

在留外国人数(2022年)



出典: 出入国在留管理庁「令和4年末現在における在留外国人数について」(2022年末時点)、総務省統計局「人口推計(2022年10月1日現在)」

都道府県内総人口に対する在留外国人比率(2022年)

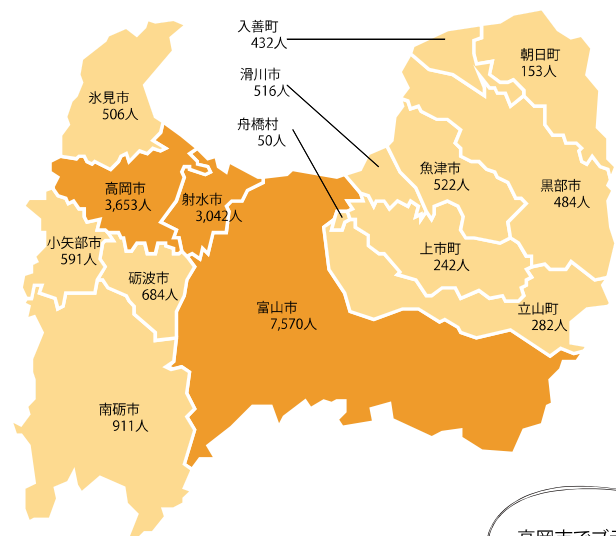
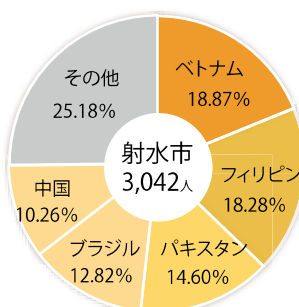
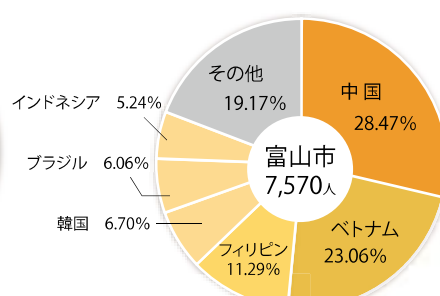
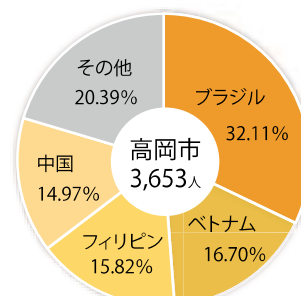


全国で
307万人

2022年末の全国の在留外国人数は307万5,213人(前年比11.4%増)で、過去最多を更新し、初めて300万人を超えました。都道府県別では東京都が一番多く約59.6万人で、富山県は24番目です。都道府県内の総人口に対する在留外国人の比率が一番高いのは東京都(4.25%)で、富山県は1.99%で18番目です。

97か国・地域
19,638人

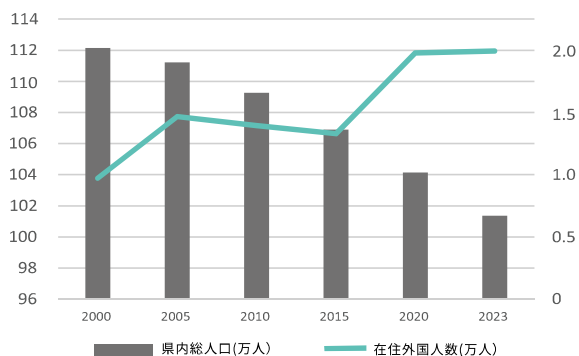
富山県内の外国人住民数は、今年の1月1日時点で過去最多の19,638人を記録しました。市町村別では、最も多いのが富山市で7,570人、次に高岡市で3,653人、次いで射水市が3,042人で以上3市で全体の7割以上を占めています。なお、人口に占める外国人の割合が最も高いのは、射水市で3.33%です。



高岡市でブラジル人、射水市でパキスタン人の割合が高いのが特徴です。



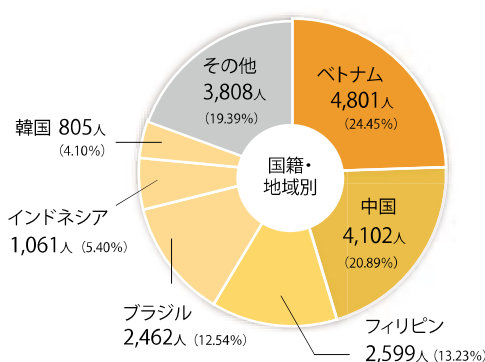
県内総人口と在在外国人数の推移



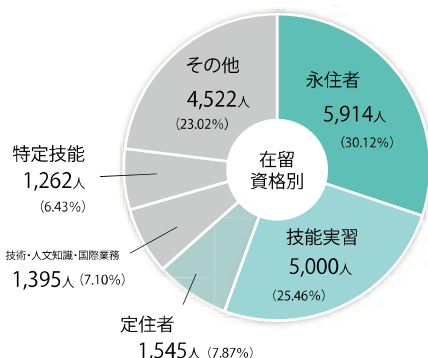
出典:「富山県における外国人登録者数・外国人住民数の推移」(富山県国際課)
「富山県の人口」(とやま統計ワールド 富山県統計調査課)

20年間で 10,000人増

国籍・地域別内訳ではベトナムが2021年に初めて中国を抜いて最多となり、2023年1月1日現在でも4,801人で最多、全体の4分の1近くを占めており、その在留資格は約6割が技能実習です。インドネシアはここ数年の増加率が顕著で、昨年は574人(全体の3.20%)でしたが、1年間で約2倍の1,061人(全体の5.40%)になり、今年初めて韓国を抜き5番目に多い国籍となりました。



出典:「富山県内における国籍・地域別及び在留資格別外国人住民数」(富山県国際課)



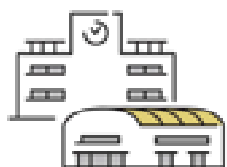
用語解説

永住者と定住者

永住者とは法務大臣が永住を認める者(在留期間の更新不要)。定住者とは法務大臣が特別の理由を考慮し、一定の期間居住を認める者(在留期間の更新が必要。日系3世や外国人配偶者の連れ子等)。

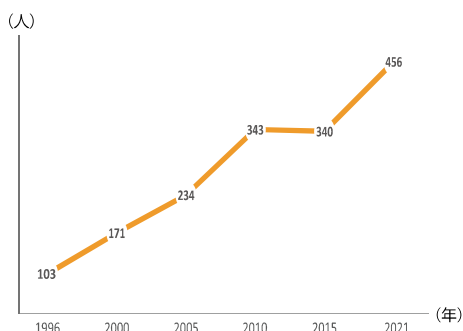
技能実習と特定技能

技能実習は国際貢献のため外国人を受け入れ、技能を移転すること(原則転職不可、最長5年)が制度目的であるのに対し、特定技能は人手不足を解消する目的で相当程度の知識又は経験を有する外国人を受け入れるもの(同業種に限り転職可能、通算5年)。



2021年度の文科省の調査において、全国の学齢(小学校・中学校)相当の外国人の子どもは、住民基本台帳上でおよそ13万3千人いるとされています。他方、公立学校(高校を含む)における日本語指導が必要な児童生徒(日本国籍含む)は約5.8万人で、約10年間で1.8倍にも増加しています。また、同調査では、約1万人の外国人の子どもが、就学していないか、就学状況が確認できていない状況にあることも明らかになりました。富山県内でも、国籍にかかわらず日本語指導が必要な児童生徒が増加しており、その母語も多様化しています。

県内の日本語指導が必要な
帰国・外国人児童生徒数の推移



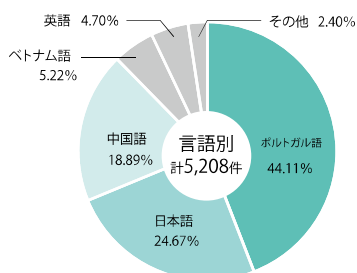
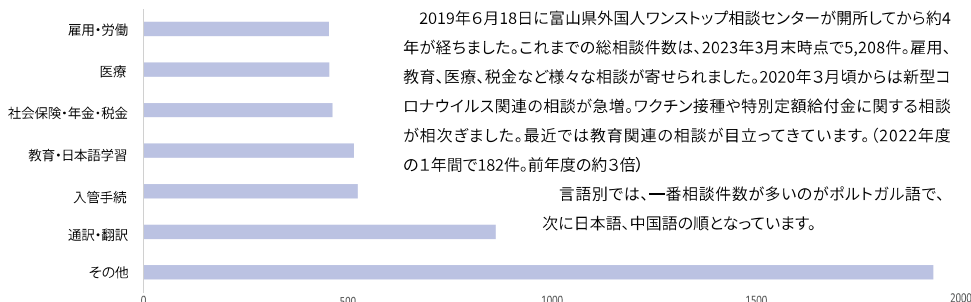
出典:とやまの国際交流 第56号(富山県国際課)

456人

日本語指導が 必要な児童生徒数



TOYAMA FOREIGN RESIDENT SUPPORT CENTER NOW!



2019年6月18日に富山県外国人ワンストップ相談センターが開所してから約4年が経ちました。これまでの総相談件数は、2023年3月末時点で5,208件。雇用、教育、医療、税金など様々な相談が寄せられました。2020年3月頃からは新型コロナウイルス関連の相談が急増。ワクチン接種や特別定額給付金に関する相談が相次ぎました。最近では教育関連の相談が目立ってきています。(2022年度の1年間で182件。前年度の約3倍)

言語別では、一番相談件数が多いのがポルトガル語で、次に日本語、中国語の順となっています。



富山デスクからのお知らせ

JICA国際協力中学生・高校生エッセイコンテスト2023作品募集!

地球に生きる私たち ～未来へつなげるために～



対 象 中学生・高校生

夏休みの自由課題や授業の
まとめに毎年活用頂いています!

募集期間 2023年6月7日(水)～9月13日(水) ※必着

学校で学んだSDGsや、地域のこと、いつも食べている物や着ている洋服、日ごろ耳にするニュースなどから世界とのつながりを探し、考えてみよう。そして、私たちの未来が持続可能な社会となるために、今出来ることをエッセイに書いてみよう。一人一人が考えをエッセイにまとめ、発信することは、誰かを動かすきっかけになります。

- ＊ 同エッセイコンテストは個人賞の他、団体賞(学校賞)もあります。
- ＊ 今年からWEBからも応募が出来る様になりました!
- ＊ 応募者特典として、全員に参加賞をお送りします。
また上位入賞者には、副賞として開発途上国への海外研修もあります!
(昨年の入賞者は今年、タイへの渡航を予定しています)



詳細はこちら!

Field Report

富山県出身のJICA海外協力隊員からの現地レポート



藤田 寿乃 (ふじた ひさの) さん
派遣国 ルワンダ
職 種 コミュニティ開発
派遣期間 2022年11月～2024年11月



2022年12月より、ルワンダ共和国東部県ルワマガナ郡にあるカレンゲセクターという地域で活動をしています。ルワンダは高地が多く、私は標高約1,200m～1,500mの地域で暮らしています。アフリカは暑いイメージがありますが、年間最高気温は24℃～27℃程で過ごしやすいです。

私はカレンゲセクター事務所にコミュニティ開発隊員として配属され、地域の農家さん達と日々接しています。3月から6月はコーヒーの収穫シーズンの為、この数ヶ月はコーヒー農家の支援に携わっていました。地域の人々が栽培し、手間暇をかけて選別し・加工されたコーヒーが海を越えて各国に届いていることを知り、初めて加工場を訪れた際はとても感動しました。

近年、日本でもルワンダのコーヒーを取り扱うお店が増えてきています。この記事やコーヒーをきっかけに、ルワンダについて興味を持つ方が一人でも増えてくださると嬉しいです。

まだまだできる事探しの毎日ですが、2年間の派遣期間を使って任地の人々に役立てるよう奮闘するとともに、ルワンダと日本をつなぐお手伝いができればと思っています。



2023. July

CIR(国際交流員)に聞いてみた 世界のあれこれレポート

今回のテーマ：各国の結婚式について

BRAZIL



花嫁は遅刻前提!?



ブラジル出身
アリーネさん

カトリック教信者が多いブラジルでは、一般的には教会で結婚式を挙げます。日本とは違い、新郎新婦は洗礼式及び聖油式を受けていないとカトリック教会で結婚式を挙げることはできません。式の前に新郎新婦は各自同性の友達と一緒に最後の独身パーティを行います。媒酌人が前もって服の色を決めたりするのも特徴的です。女性全員が同じ色のドレスを着たり、もしくはかぶらないようにカラフルにしたりします。リングベアラーも欠かせない存在です。そして、伝統的なのが、新婦が遅れて来ることです。ただ、ブラジルでは婚姻届を出すだけでもお金がかかるので、小規模な結婚パーティのみを行う事実婚夫婦も少なくないです。

AMERICA



国と同じく
多種多様



アメリカ出身
アリスさん

アメリカの結婚式は国のようにとても多様で、日本と比べてそこまできっちりルールがある訳ではないです。教会での式もちろんありますが、私は野外の式が好きです。数年前に親戚がテントの下で式を開き、大きな納屋で披露宴がありました。花嫁のお父さんがピアニストだったので、彼女のために書かれた作曲を演奏してくれました。式の時に新郎新婦がパートナーに誓い("vows")をスピーチで伝えます。ディズニーで開かれる結婚式も人気で、色々なテーマの結婚式があります！普通の式でも新郎新婦だけでなく、友や親しい家族を含め付き添い役の人達(いつも数人)が全員服をコーディネートします。誰が付き添い役に選ばれるのかが注目されます。

KOREA



招待客以外も
参加OK!



韓国出身
ヘミンさん

韓国の結婚式は日本と似ていますが、少し違います。まず、韓国の結婚式には招待されてない客も参加することができます。ご祝儀はありますが、ただの知り合い程度なら5千円、それなりの仲(友達や職場の同僚など)なら1万円以上という感じで日本ほど高額ではありません。結婚式自体は日本と似た感じですが、韓国ではチュレという新郎新婦の婚約誓約や成婚宣言などを司る役割を持つ人がいます。チュレは新郎新婦から新郎や新婦が尊敬する大人に頼みますが、恩師にお願いすることが多いようです。結婚式は大抵1時間以内で終わることが多く、結婚式が終わると客は結婚式場に用意されたビュッフェでご飯を食べ、このタイミングで新郎新婦は式に参席してくれた客に挨拶します。すべてが終わると新郎新婦はそのまま新婚旅行に行くことが多いです。

VIETNAM



新郎両親から
金のアクセサリ



ベトナム出身
タオさん

ベトナムの結婚式は、通常「両家の顔合わせ」、「婚約式」、「結婚式」というような3つの式に分かれています。まず、花嫁の家に花婿とその家族が結納品を持って行き、両家が顔合わせを行います。次は婚約式です。新郎の家族は贈り物を持って新婦の家を訪問し、いつ結婚式を挙げるか話し合います。結納品は主に、コーヒーやワイン、結納金、ローストポーク、果物等です。結婚式当日、新郎とその家族が新婦を迎えに行きます。新婦の家で二人はご先祖様に結婚の報告をするため祭壇の前で焼香をあげた後、新郎の家に行きます。新郎の家に着いたら、二人は同じように祭壇で焼香をあげ、新郎側の親戚に挨拶をします。新郎新婦が指輪を交換したら、新郎の両親が新婦に金のアクセサリを贈ります。そして、式が終わると新郎の自宅で宴会が始まります。

RUSSIA



指輪は右手!



ロシア出身
タチアナさん

ロシアでは結婚式を行うまさにその日に婚姻証明書を登録することが大切とされています。登録には式の最低でも一か月前までの申込が必要です。昔は結婚前のカップルが長く付き合うことは珍しかったので、お互いの愛を確かめるための期間があったことの名残です。現代の恋愛事情は昔とは違っていますが、式の希望日がある場合は今でも数か月以上待たされることがあります。

日本のようなお色直しの文化はなく、ドレスは記念に購入することが多いです。結婚指輪を右手の薬指につけるのも特徴ですね。昔、花婿が自分の財産で花嫁を買う「婚資」という文化があったのですが、今でも式で花婿が花嫁を買う「パフォーマンス」をすることがあります。式当日、花婿は、花嫁の友達や家族にお金やキャンディーなどを渡しなが、様々なチャレンジを乗り越え、花嫁を迎えに行きます。

CHINA



黄昏時の結婚式
「昏礼」



中国出身
スウさん

最近では、昔ながらの中華風の結婚式はなかなか見られなくなりましたが、昔は「昏礼」といって、結婚式は夕方に行われるのが一般的でした。昼は男性を、夜は女性を指す「陰陽結合」に由来し、その間である黄昏時に式を行いました。現在は10時58分や11時18分等の縁起の良い時間に行うのが主流ですが、そうすると新郎の朝はとても早いです。朝の3時台に起きた後、神様、先祖、両親へ感謝の儀式を行い、(なるべく偶数台の)車の列を作って花嫁の家に出発します。到着したら、花嫁の両親への感謝の儀式の後、親族の子供や親友に礼金を渡して結婚のお願いをし、(地域によって金額は異なりますが多額の結納金もあり、花婿はつらい)ようやく花嫁と合流します。それから新郎新婦を先頭に、先ほどとは違うルートで新郎の家に寄り、式場に向かいます。

INDIA

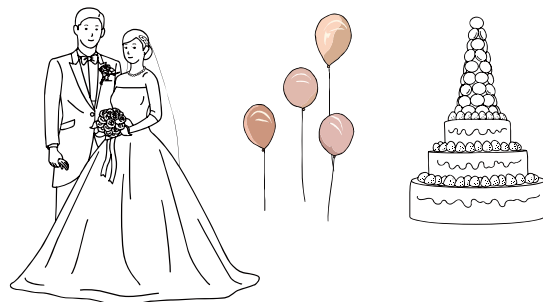


結婚を一度断る"ふり"



インド出身
シリさん

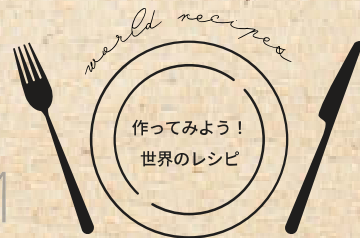
インドの結婚式は地域、宗教、コミュニティーそして新郎新婦の好みによって異なりますが、通常日数をかけてたくさんの儀式・歌舞・ご馳走と共に華やかに祝われるのが特徴的です。家族の経済力によって、何百人ものゲストが参加することがあります。私のヒンドゥー教の「テルグ・パラモン」コミュニティーでは、式は婚約式から始まり、次に新郎と新婦が個別に各家族と一緒に儀式を行います。その後はとても面白い儀式で、新郎が結婚を一度断り、巡礼の旅を始める「ふり」をします。新婦の父、兄弟は新郎に結婚を受け入れるよう「説得」します。そしてメインの儀式に、新郎は新婦の首に神聖な糸を結び、二人は聖なる火のまわりを7回まわって結婚の誓いの言葉を唱えます。



ロシア料理 

ピロシキ

пирожки



タチアナさん

ロシア人にとっては、日本人にとってのおにぎりのような定番の伝統的な家庭料理です。サイズは握りこぶし大。パン生地の中には肉や魚、卵、米、フルーツなどお好みの具材を入れて。オーブンで焼いてもよし、油で揚げてもよし。日本にある食材で簡単に作れますよ。中身は皆さんのイマジネーションにお任せです♪

(基本の材料)

小麦粉	550-560g
牛乳	250ml
卵	1個
ドライイースト ...	大さじ山盛り1杯
サラダ油	1/4カップ
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1
ぬるま湯	大さじ2-3

(下準備)

- ・ドライイースト、砂糖、小麦粉大さじ1杯とぬるま湯は合わせてよく混ぜ10-15分ほどおく。
(小麦粉がだまになっても大丈夫!発酵が進むとなくなります)
- ・牛乳を人肌程度にあたたためておく。



おすすめの具材3種

長ネギとゆでたまご



長ネギ	50-70g
ゆで卵	2-3個
バター	20g
塩	適量

鶏胸肉ときのこと



鶏胸肉	200g
きのこと	100-150g
玉ねぎ	1/2-1個
塩・胡椒	適量
スパイス	お好みで

キャベツの炒め物



キャベツ	200g
人参	1本
玉ねぎ	1/2-1個
サラダ油	大さじ2
塩・胡椒	適量

他にもマッシュポテトや、ひき肉と玉ねぎの炒めたものなどお好みの具材を使ってください

①大きめのボウルに卵と塩を入れ、泡立て器でよく混ぜ、あたためた牛乳とサラダ油を加えてさらに混ぜる。

②準備しておいたドライイーストが膨らんでいるのを確かめ、①に加え、スプーンで丁寧に混ぜる。

③小麦粉を3-4回に分けてふるい入れ、その都度スプーンでよく混ぜる。

④打ち粉をした台に取り出し、表面が滑らかになるまで、台に擦りつけるようにしてこねる。

⑤表面がなめらかになったら、ボウルに入れ、タオルや蓋をして30℃前後のあたためたところで2倍程度の大きさになるまで発酵させる。(1次発酵)

⑥生地が2倍まで膨らんだら、一度取り出し、手で軽く押さえてガス抜きをする。

⑦再び成形し、再度タオルや蓋をして大きく膨らむまで寝かせる。(2次発酵)

⑧油を塗った台に生地を取り出し、20等分に切り分け、1つずつ丸めてバットに並べ、室温で15分ほど置く。(ベンチタイム)

⑨めん棒で直径10-12cmほどの円形にのばして、大さじ2程度の具を包み、しっかりと閉じる。(ポイント:ここで閉じ口が甘いと、揚げた際に開いてしまうので注意)



⑩閉じ目を下にして並べ、ぬれ布巾をかぶせたあとにラップをし、室温で15分ほど置く。

⑪フライパンに深さ0.5cmほど油を熱し、両面揚げ焼きする。
もしくは表面に溶き卵を塗り、180℃に熱したオーブンで20分焼く。

とやまけんがいこくじん

そうだん

富山県外国人ワンストップ相談センター

そうだんむりよう
相談無料

FREE

このセンターはとやま国際センターの中にあります。富山県に住む外国人のための相談窓口です。

ざいりゅうしかく しごと がっこう びょういん むりよう そうだん
在留資格、仕事、学校、病院などについて、無料(¥0)で相談できます。

ことば そうだん へいじつ
あなたの言葉で相談できます。(平日9:00~17:00)

にほんご 076-441-6330
日本語が分かる

にほんご わ 076-441-5654
日本語が分からない

つうやく 080-5852-2234
通訳してほしい
にん はな
3人で話したい



とやましうしじましんまち
富山市牛島新町5-5インテックビル4F



ホームページ



facebook