

# 那須塩原・リンツ

## オーストリアのパラリンピック水泳選手「オネア選手」が那須塩原へ



那須塩原駅前でおネア夫妻は  
みるひいに会いました！

オーストリアのパラリンピック水泳選手のアンドレアス・オネア選手が、8月30日～9月3日に那須塩原市に訪れました！オネア選手が那須塩原市に来るのは二回目で、2019年以来4年ぶりの訪問でした。今回は奥さんのライサさんと一緒に那須塩原市を観光しながら、様々な施設に足を運びました。

最初に向かった塩原小中学校は、オネア選手にとって「片手しかない自分にはできないと思っていた折り紙を片手でもできると教えてくれた学校」として、心の中で特別な存在を持つ学校だと語りました。1年生～9年生（中学3年生）までの教室で生徒たちと話し、最後は全校生から英語とドイツ語で感想をいただくなど、心温かい歓迎を受けました。



塩原小中学校とおネア選手の交流

幼い頃、交通事故で左手を失ったオネア選手は、障がいを持って生きる人々に対する意識が強く、多機能型事業所「心の里」への訪問はとても貴重な経験になったそうです。クッキー制作や牛乳パックを再利用して作った紙の作業を見学し、オネア選手とライサさんも実際に紙作りや織物に挑戦したり、心の里の手作り製品を購入したりし、楽しい時間を過ごしました。



織物に挑戦するオネア選手

オネア選手とこれまでオンライン交流を重ねてきた東那須野中学校では、全校生およそ300人が体育館に集まり、オネア選手と今回初めて対面で講演会が行われました。オネア選手は「夢の実現」の講演で水泳選手になるまでの成り行きや、諦めずに夢を持ち続ける大切さと自分の努力によって、人のインスピレーションになれる影響力について話しました。そのスピーチに続いて生徒たちは、和太鼓のおおやしのパフォーマンスとオーストリア共和国の国歌等の合唱をドイツ語で披露し、オネア夫妻に手作り・手書きのプレゼントを渡しました。オネア夫妻は「子供たちの努力と歓迎に感動が止まらない」と語りました。



東那須野中学校の生徒たちがおおやしをパフォーマンス

また、塩原温泉病院にも視察に行ったオネア選手は、最先端のリハビリ技術の紹介に興味深く耳を傾け、森山院長先生や医療スタッフとリハビリ方法の現状やオーストリアの保険制度について深く話し合いました。



院長先生が最新リハビリ技術を  
紹介



公開練習でおネア選手の説明に興味深く聞く生徒たち

那須塩原市滞在中最後のイベントは、三和住宅スポーツプラザのプールで行われた公開練習でした。スイミングスクール等に通っている中学生18人がオネア選手の指導を受けました。パラ選手がどのように泳ぐかを知ってもらうため、当たり前だと思っている両手両足の泳ぎと違って、不自由な状態で「片手だけを使って」、「足のキックなしで」、「目を閉じたままで」泳ぐことに挑戦してもらいました。最後はチームに分かれ、リレーでおネア選手と競争し、練習を終えました。

# 那須塩原・リンツ

「那須塩原市の皆さんのおかげで素晴らしい時間を過ごすことができました。那須塩原市が大好きです。何度でもまた来たいと思います。」と最後に語ったオネア選手とその言葉に頷くライサさんは、その後無事帰国し、オネア選手は来年のパリ五輪の出場資格を得るための大会に向けて練習を始めました。



塩原小中学校



公開練習の皆さん



東那須野中学校



Facebook  
フフェイスブック



Instagram  
インスタグラム



LinkedIn  
リンクトイン

オネア選手を  
SNSでフォロー  
して応援しよう！

## 「にしなすのふれあい wakuwaku 祭り」でオーストリアの屋台が？！



ワクワク祭り行ってきました！

8月26日に西那須野駅前「にしなすのふれあい wakuwaku 祭り」が開催され、沢山の屋台の中に混ざっていたのが「オーストリアフェスタ」の屋台！ここではオーストリアで生産された独特の商品が並べられており、注目を集めていました。オーストリアのビールやワインの他にもジャムやチョコレート、クッキー類など、オーストリア人が誇りに思うものばかり置かれていました。その中でもオーストリア人として一番嬉しかったのは、オーストリアを代表する白パン、センメルが売られていたことです！

また、オーストリアフェスタで販売されていたジャムはオーストリアの家庭でよく見られる一番有名なジャムのメーカー、ダルボ (d'arbo) の商品でした。ダルボは添加物がほとんど使用されておらず、果肉が比較的多く (70%) 使われていることで非常に人気です。味は、フルーツそのものを食べているかのようで、甘すぎず、酸っぱすぎず、砂糖の加減もちょうどいいと言うオーストリア人が多いです。



センメルを発見！



ダルボのジャムも販売

# 那須塩原・リンツ

## オーストリアのパンの文化

日本ではお米が主食である一方、オーストリアではパンが主食とされています。日本で1人当たりのお米の年間消費量は50.8キロ(2020年)<sup>1</sup>ですが、オーストリア人1人当たりのパンの年間消費量51.2キロ、(2022年<sup>2</sup>)とあまり変わりません!しかし、ご飯と違って、一日3食パンを食べるわけではありません。朝ごはんやおやつ、お弁当等に食べられることが多いパンは主に3種類に分けられます。

一つ目は、おやつにピッタリな甘い菓子パンですが、ドイツ語でメールシュパイゼ(Mehlspeise)と言います。二つ目は、一枚ずつ切り落として食べるブロード(Brot)で、黒パンが大方を占めています。三つ目はウェッカー(Weckerl)又はゲベック(Gebäck)と呼ばれる小型のパンです。ウェッカーは種類が様々で、センメルのようなプレーンの小型パンもあれば、ゴマ、けしの実、ヒマワリの種、クルミ、チーズ等を生地混ぜたりまぶしたりしたパンもあります。ブロードとウェッカーは普段、ハム、チーズ、生野菜、ピクルスを挟んで食べるか、バターとジャムを付けて食べます。

そこでオーストリアではアウフシュトリッヒ(Aufstrich)というものがあります!クリームチーズやマヨネーズをベースにしたパンに塗るペーストです。ハーブや野菜等が混ざっていて、様々な味が販売されています。日本の卵サンドやツナサンドに入っているのもアウフシュトリッヒで、オーストリアにもあります!パンとアウフシュトリッヒをスーパーで買って、パンをちぎってアウフシュトリッヒをすくって食べることもできます。とても安くて便利なおえ、サンドイッチをより美味しくするためにもよく使われます。オーストリア人はアウフシュトリッヒが大好きなので、必ず冷蔵庫に入っているという家庭も多いでしょう。

ピクニックにピッタリ!

私が今までオーストリアや日本で経験したことや趣味を紹介していきます!

教えて、ゆかりさん!

新コーナー!

オーストリアの首都ウィーンは音楽の都とも呼ばれていますが、私もまたまた音楽一家で生まれ育ちました。オーストリアで職業が音楽家の人は、劇場で働く場合がほとんどですが、私の母はリンツ劇場で働いています。私は小学生の頃、リンツ劇場の児童合唱団にも入団しており、児童コーラスを含むオペラ作品等に出演しました。母と一緒に舞台上で歌えた経験はとても貴重な思い出になりました。中学校からは勉強が忙しくなったため、合唱団をやめ、前から習っていたバイオリンのレッスンだけに通うことにしました。バイオリニストを目指すつもりはありませんでしたが、趣味でバイオリンを大学でも続けたいと思い、卒業するまでウィーン大学のオーケストラに友達と入団していました。

クラシック音楽以外にももちろん最近日本で流行っているアーティストの曲も聴いています!普段は優里、米津玄師、yoasobi、aimer、Ado等の曲を聴いていますが、その中でもKing Gnuが一番ハマってます!



ウィーン大学のオーケストラ

<sup>1</sup>「米の1人当たりの消費量はどのくらいですか。」農林水産省 <https://www.maff.go.jp/j/heyasodan/1808/01.html#:~:text=米の1人当たりの年間消費量は、昭和まで減少しています。> (最終閲覧:2023年9月12日)

<sup>2</sup>Pro-Kopf-Verbrauch: seit 2005 um ca. 10kg gestiegen“, Brot und Gebäck aus Österreich, Land schafft Leben <https://www.landschaftleben.at/lebensmittel/brot> (最終閲覧:2023年9月12日)

# 那須塩原・リンツ

お盆の時にきゅうりやナスに割り箸を刺して馬と牛の人形を作るイメージ！

## やってみよう！栃の実の人形・動物作り

オーストリアでは秋になると学校でも家でも、木の皮やどんぐり、暖かい色に染まった葉っぱなど、森や公園で拾える自然の物を使って子供たちが工作します。中でも一番人気があるのが栃の実です！オーストリアの栃の実を食べられませんが、皮ごと木から落ちるため、剥いたときに新鮮なピカピカの栃の実の見た目とその感触に満足感が感じられることで、一時的なデコレーションや工作素材として人気です。

栃の実で動物や人形を作るのは簡単！集めてきた栃の実とつまようじと穴をあけ作業ができる道具！キリや直径が最も小さい(max. 5mm)穴あけ・くり抜き作業用ファイルソーなどを使いますが、先がとがっていて鋭いうえ、栃の実がつるつるしているので、栃の実に穴をあける際、十分に気を付けましょう。

小さなお子さんは必ず大人の人と一緒に作業をしましょう！

栃の実に 0.5~1 cmの深さの小さい穴を開けたら、つまようじのとがった方を実に差し込むことで、さまざまな形が作れます。どんぐりにも穴を開けたり、穴に葉っぱなどを刺してみたりして自由に試してみても楽しいです！



© Dominicus Johannes Bergma CC BY-SA 4.0



© by HutchRock via Pixabay



100均でも買えるよ！

## クイズ

ヨーロッパではレストランやカフェで食事後お会計をする時にチップを払うのが常識です。何パーセント渡すかは国によって変わってきますが、オーストリアでは全額の何パーセントがチップとして適切でしょうか？

A : 5~10% B : 10~15% C : 15~20% D : 20~25%

発行：那須塩原市企画部市民協働推進課（担当：ミヨシ・アンナ・ユカリ）  
事務局：〒325-8501 栃木県那須塩原市共墾社 108-2 TEL: 0287-62-7019  
FAX: 0287-62-7220 Eメール：shiminkyoudou@city.nasushiobara.tochigi.jp  
バックナンバー・ドイツ語・英語編：



<https://www.city.nasushiobara.lg.jp/soshikikarasagasu/shiminkyoudou/shiminsankaku/kokusaikouryuu/3/4240.html>

検索 那須塩原市海外姉妹都市ニュースレター

クイズの答え：A。チップはお店・店員の対応によって変わりますが、オーストリアでは5~10%が一般的です。対応が悪かった場合は5%しか渡さない一方、対応が良ければ10%以上渡す人もいます。チップの金額の半分は、言われた金額の半分、つまりチップの金額の半分を渡すことです。例：3.4ユーロと言われたら4ユーロ渡す