



国際交流員講座派遣案内

オーストリア出身の
国際交流員のレナさんと
一緒にオーストリア文化
について学びましょう！

たくさんのご依頼を
お待ちしております。

対象

市内を主な活動拠点とする

概ね 10 人以上の団体



Photo via Freepik by wirestock

お菓子作り



コメント

初めまして。ミルト・ヴェレナです。
私はオーストリアと日本の間に多くの姉妹都市がある
ことをきっかけに、日本に興味を持って、日本語を勉
強してきました。これから那須塩原市とオーストリア
の架け橋になるために精一杯頑張ります。

生まれ年

1999年

愛称

レナ

出身

オーストリア共和国ベルンドルフ市

言語

ドイツ語、日本語、英語

趣味

ダンス、読書、カラオケ

着任

2025年8月4日



伝統的な踊り



ドイツ語・文化講座

親子で楽しめるオーストリアの季節的なアクティビティ



お菓子の家

冬景色に合うお菓子の家を作ってみませんか？お菓子の家が登場する童話「ヘンゼルとグレーテル」を一緒に読み、シュガーアイシングでクッキーを組み立てて、グミなどで飾り付けをしましょう！好きなお菓子を自由に使えるので、完成したら美味しく食べられますよ。

開催時間：2～3時間

参加費：材料費（約 500～1000 円）

クリスマスクッキー

11月に入り、オーストリア人はクリスマスの準備でワクワクし初めます。その期間には、家でクッキーを焼く人がたくさんいます。オーストリアにはクッキーの種類が多いので、お好みのものを一緒に焼きましょう！レナさんがオーストリアのクリスマスソングも紹介します。

開催時間：約 3 時間

参加費：材料費（約 1000 円）



イースターエッグ

オーストリアでは、クリスマスに次いで大切な行事です。イースターの時期には、ゆで卵に色付けて、庭や家の中に隠します。子供たちはそのゆで卵を探し、見つけたら食べます。そのイースターの楽しい習慣、一緒に体験してみませんか？

開催時間：約 2 時間

参加費：材料費（約 500～1000 円）



伝統的な踊り

オーストリアといえば音楽ですね。たしかにオーストリア人は踊りが大好きです。伝統的踊りである「シューブラットラ」と「ポルカ」を学んでみませんか？

「シューブラットラ」は、自分の体や靴を叩いたり、足を鳴らしたりして、ユーモラスな踊りです。一方、「ポルカ」は軽快なリズムが特徴で、カップルで楽しく踊るダンスです。

開催時間：約 1 時間 30 分

参加費：無料



オーストリアの伝統的な料理を作しましょう！



リンツ市の代表的なお菓子は、リンツァーアウゲンとリンツァートルテではありません。「リンツァーシュタンゲル」もその一つです。ふわふわの生地にさっぱりとしたジャムが挟んであり、両端には甘いチョコが付いています。

開催時間：約2時間

参加費：材料費（約1000～1500円）

「クネーデル」は、ジャガイモやパンを丸めて作る料理です。中にお肉が入ったものもありますが、レナさんのおすすめは甘い「苺のクネーデル」です。ぜひ、一緒にこの新しい味を試してみませんか？

開催時間：約3時間

参加費：材料費（約1000～1500円）



「モーンヌーデルン」は、ジャガイモ生地の太麺です。その上に溶かしたバターと砂糖、そしてケシの実がたっぷりかかっています。オーストリアの子供たちが大好きなデザートです。

開催時間：約3時間

参加費：材料費（約1000～1500円）



パイ生地の中に甘い生クリームが入ったお菓子は、オーストリアでは「シャウムロレ」と呼ばれています。「シャウム」は「泡」、「ロレ」は「巻物」という意味で、その見た目にぴったりの名前ですね。

開催時間：約2時間

参加費：材料費（約1000～1500円）



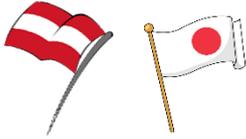
この料理もクネーデルの一種で「カースプレスクネーデル」という名前が付けられています。パンとチーズからできており、ビーフコンソメに入れても美味しくいただけます。

開催時間：約3時間

参加費：材料費（約1000～1500円）



文化セミナー・ドイツ語講座



文化セミナー

オーストリアの基本的な紹介に加え、一般的なオーストリア人の日常生活についてお話しします。食事で何を食べるか、学校や仕事から何時に帰宅するか、そして、どんな趣味を楽しんでいるかをご紹介します。

ドイツ語講座

ドイツ語の勉強を楽しみましょう！ドイツ語のネイティブがクイズ形式などでやさしいドイツ語を教えます。オーストリアを旅行する時に役に立つ表現も紹介します。

開催時間：約1時間（相談能）

参加費：無料

派遣の申込方法

国際交流員の派遣を希望される団体は、必ず留意事項をお読みいただき、那須塩原市市民生活部市民協働推進課ダイバーシティ推進係へお問い合わせください。

留意事項

- 希望の日時に派遣できるよう調整いたしますが、市の業務などの都合により、希望に添えない場合もありますので、御了承ください。
- 申請団体による送迎が必要です。
※公共交通機関を利用する場合、交通費は派遣依頼団体等の御負担となります。
- 材料費等は、派遣依頼団体等の御負担となります。
- 事業実施の30日前までに、国際交流員と直接打合せをしていただきます。
- 派遣を希望される日の14日前までに、所定の様式にて派遣申請書を御提出いただきます。
- 派遣終了後14日以内に、所定の様式にて派遣実績報告書を御提出いただきます。
※派遣申請書及び派遣実績報告書の様式は、打合せの段階でお渡しいたします。

申請手順

1. 市民協働推進課ダイバーシティ推進係へ問合せ
2. 事業実施日及び打合せ日の調整
3. 国際交流員との打合わせ（実施日30日前まで）
4. 派遣申請書の提出（実施日14日前まで）
5. 派遣決定の通知受領後、事業実施
6. 実績報告書の提出（実施後14日以内）

打合せ内容

- 活動内容とスケジュール
- 交通手段と待ち合わせ方法
- 予算（材料費等が必要な場合）
- 準備物（依頼者側及び講師側）
- 当日の洋服 等

問い合わせ先

那須塩原市市民生活部市民協働推進課（担当 角田、国際交流員 レナ）

〒325-8501 栃木県那須塩原市共墾社 108-2

TEL：0287-62-7019 FAX：0287-62-7500

Eメール：shiminkyoudou@city.nasushiobara.tochigi.jp

ホームページ：https://www.city.nasushiobara.tochigi.jp/kurashi_tetsuzuki/shiminsankaku/kokusaikoryu/3/index.html

