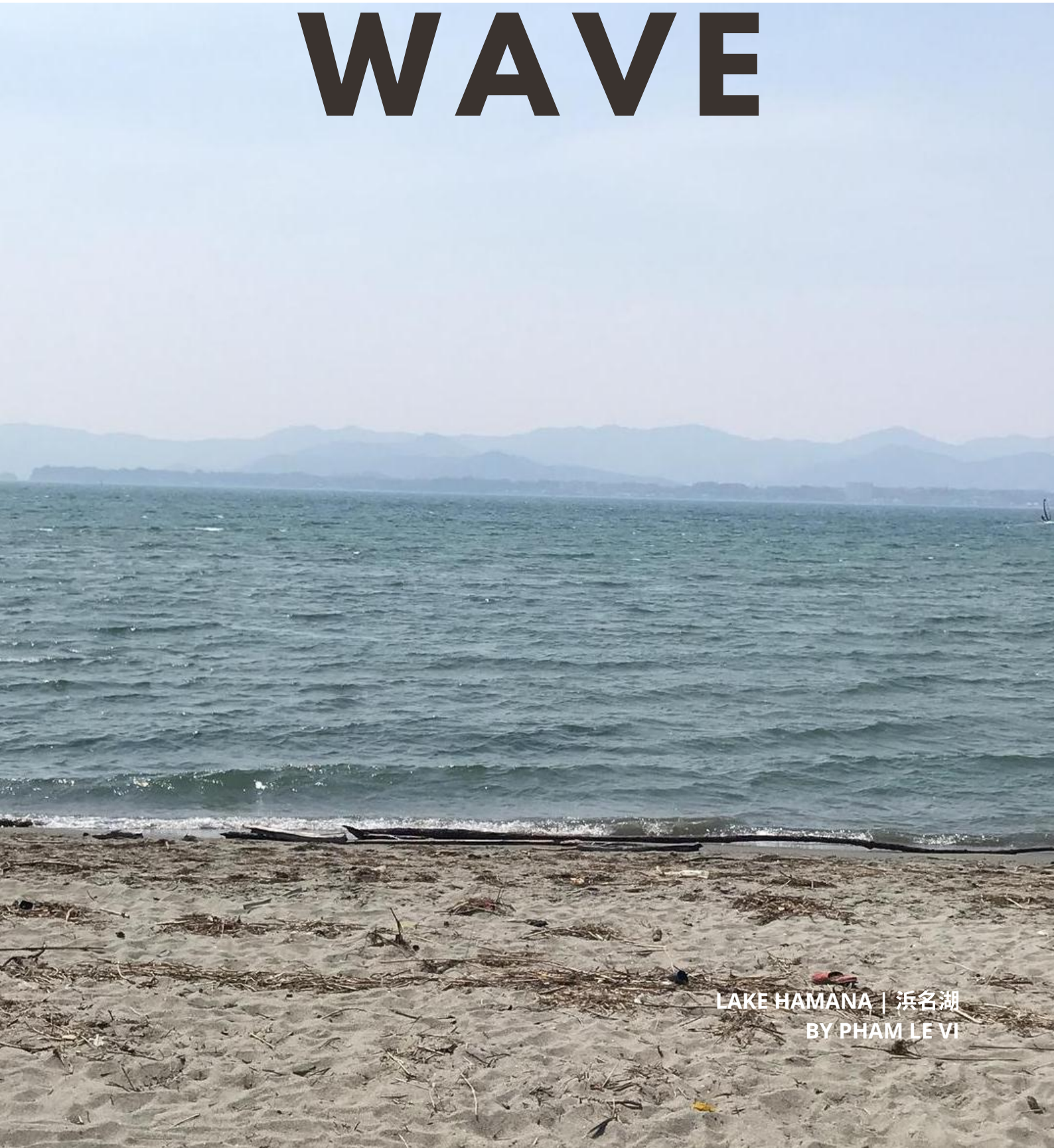


ISSUE NO. 4 • MAY 2020

# HAMA WAVE



LAKE HAMANA | 浜名湖  
BY PHAM LE VI

# CONTENTS



## **PAGE 3**

*A TRIP TO THE BEACH*

ビーチでの午後

## **PAGE 4**

*INTERCULTURALISM IN  
BIRMINGHAM PART III*

バーミンガム市における多文化共生 3

## **PAGE 7**

*A TASTE OF HOME: BEEF STEW*

家の味：ビーフシチューのレシピ

## **PAGE 10**

*ALTS OF HAMAMATSU*

浜松のALT



# A TRIP TO THE BEACH

## ビーチでの午後

PHAM LE VI



Strawberry ice cream  
as a treat to keep me  
cycling | イチゴアイス

It is getting very hot, isn't it? Some days, it is as hot as Singapore. However, my family back home has been complaining that Singapore is even hotter than usual with temperatures above 30 degrees Celsius, which makes me glad I am in Japan instead.

Since it was so warm, I wanted to go to the beach at Lake Hamanako for some fresh air after being cooped up at home for so long. Rather than taking public transport, I decided to cycle. It took three hours each way and I was completely exhausted at the end of the day. It was a fun experience, though not one I would try anytime soon.

The state of emergency has been lifted for most of Japan. Hopefully things will get better soon and we can all go out more for fresh air.

I hope that everyone will enjoy this month's edition.

最近は暑いですね！シンガポールのように暑い日もあります。しかし、今年シンガポールはいつもより暑いと家族から聞きました。温度は30℃以上です。日本にいてよかったと思っています。

最近、ソーシャルディスタンスを確保しながら、運動し、新鮮な空気を味わうため、自転車に乗って浜名湖へ行きました。片道3時間かかり、すっかり疲れました。楽しい経験でしたが、もう二度としないかもしれません。

39県で緊急事態宣言が解除されました。うまくいけば、状況が良くなり、私たちはまた出かけることができるようになるかもしれませんね。

今月のCIRニュースを楽しんでください。



Vegetarian bento  
lunch at the beach |  
ベジタリアンのお弁当



# Interculturalism in Birmingham

イギリス、バーミンガム市における多文化共生

*Birmingham has a population of roughly one million people (over 3 million including the metropolitan area) and according to Birmingham City Council, 42% of the population are from another ethnic group other than white. The city is also religiously diverse with 46% identifying as Christian, 21% Muslim, 19% other faiths and 14% as having no religion.*



# Being Intercultural

Continuing the topic from last month's issue, I believe that children who are born in and/or grow up in a "foreign" country can choose which culture they identify with. They aren't bound to just the culture of the country of their birth or the culture of their parents and their ancestors; they may identify with both the culture they are born into and the culture they grow up in.

先月号のアイデンティティというテーマに引き続き、多文化共生についてお話しします。両親と違う国で生まれ育った子供・育った子供たちは、自分がどの文化に属するかを選ぶことができ、生まれた国の文化か両親の文化に限られていることはないと思います。両方の文化に属することができます。

Last month, I wrote that I recognised that my Chinese and Vietnamese background forms an important part of my identity, but the British environment where I grew up also shaped me as a person and I see myself as British too. Being a bicultural person—a person who has moved from one country to another, or a person born and raised in one country by parents who came from elsewhere—can be very beneficial as you become more sensitive to cultural differences and flexible in thinking. However, it can also be very confusing when you are still growing up, as some people may feel they have to belong to one group. It can also be lonely as these people may not feel entirely included, either in their heritage culture or their host culture.

先月、私は「中国やベトナムの背景は自分のアイデンティティの大事な部分として認識していますが、生まれ育ったイギリスの環境が私を一人の人間として成長させ、自分がイギリス人でもあると思っている」ことを書きました。バイカルチュラル (bicultural) な人は育った環境の影響で文化の違いに敏感になり、柔軟な考え方ができるようになりますが、子供の時は混乱しやすく自分が生まれた国の文化、両親の文化のどちらの文化にも合っていないと感じてしまい、寂しい思いをすることもあります。

Growing up in Birmingham, one of the most, if not the most multicultural city in England, there were always a wide range of events and activities to take part in. Some of these events started because of the immigrants who moved into the city. These people probably craved a taste of life back in their country of origin and/or wanted their children to experience what they did growing up. For example, the Jamaican festivals held every year in Hockley (an area of Birmingham) celebrates Jamaican culture through a showcase of reggae music, dance and dozens of stalls selling Jamaican food like jerk chicken, stews and barbecued meats attracting thousands to participate in the fun. The young Jamaican children who have never been to Jamaica can experience their heritage through such events. Similarly, the British-born Chinese also learn and experience their culture through their parents, through the TV programmes played in the background at home, family gatherings, annual festive events or the occasional holiday to visit relatives abroad. I think it is the same for the other British-born "foreigners" who were raised in Britain.

子供の頃、バーミンガムには様々な多文化的なイベントや活動がありました。このイベントの中で移住してきた移民がきっかけで始まったイベントもあります。そうしたイベントは、故郷の生活が懐かしくてイギリスでも経験したい、子供たちに経験させたいという気持ちで始まったでしょう。例えば、ホックリー（バーミンガムのある地域）で毎年開催されるジャマイカ・フェスティバルでは、レゲエ音楽やダンス、ジャーク・チキンやシチュー、バーベキューなどのジャマイカ料理を売る屋台が何十軒も並び、1000人も人が参加してジャマイカ文化を体験します。ジャマイカに行っていない若いジャマイカ人の子供たちは、このようなイベントを通して自分たちの文化を体験することができます。同様にイギリス生まれの中国人も、家で流しているテレビ番組、家族の集まり、年次イベントに連れて行ってもらったり、休日に海外の親戚を訪ねたり、親を通して自分たちの文化を学び、体験しています。それは、イギリスで育った他のイギリス生まれの「外国人」も同じだと思います。



However, for many people growing up, there are some who may not have had the same level of contact with their heritage cultures. This is especially true for third-generation immigrants whose parents were born and raised in Britain. Some people may feel like they do not belong to either culture and are often marginalised when they go to the country of their heritage culture for the first time. No doubt, there will be differences between their idea of their home culture and the reality in the country their grandparents came from. Being raised in a different country all their lives, they may act differently from the social and cultural norms of the "original" country and face criticism from others. They may also not be able to speak the mother tongue well and may not feel like they are truly a part of the group. Many British-born Chinese in Birmingham also don't speak their mother tongue well and use a broken version of their language at home with their parents. When they go to Chinatown to hang out with other Chinese friends, almost all of them use English. Here, these people create a new group of people similar to themselves.

しかし、子供の頃から親の文化と接してこなかった人も数多くいます。これは、両親がイギリスで生まれ育った第三世代の移住者に特に当てはまります。元の国に初めて行くと、自分はどちらの文化にも属していないと感じ、疎外感を感じる人もいるかもしれません。自分の国の文化だと思っていたものと、実際の国の文化との違いがあることは間違いありません。ずっと他の国で育てられた彼らは、その国の社会的・文化的規範と異なる行動をとり、批判に直面することがあります。また、母国語をうまく話せず、自分がグループの一員であることを実感できないこともあります。バーミンガムのイギリス生まれの中国人の多くも母国語をうまく話せず、家で両親と話すときに砕けた話し方を使っています。彼らがチャイナタウンに行って他の中国人の友人たちと一緒にいると、ほとんど全員が英語を使います。彼らは自分と似たような人たちと新しいグループを作っています。

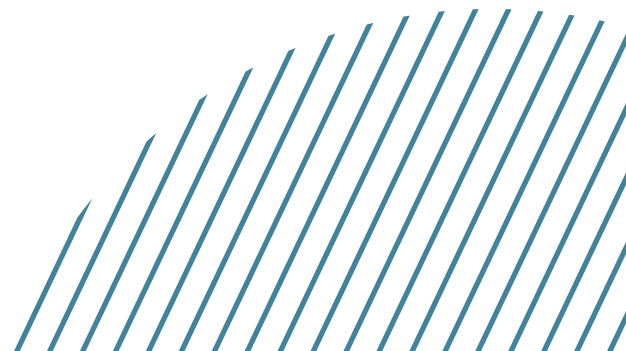
Drawing from my own personal experiences and thoughts, I think that many bicultural people identify themselves with their heritage culture. This is because it's the first culture they encounter and the culture of their ethnicity. Growing up, my cousin, younger brother and I always referred to ourselves as Chinese, and many of our bicultural friends also identify themselves as belonging to their ethnic group and heritage culture. However from our habits, thoughts and actions, and our preferred choice of language, speech patterns etc. (we only spoke to each other in English), we seemed to take on more of our host culture than our heritage. Does that mean we aren't Chinese? No. Nothing can take our heritage culture away from us and neither do we have to yield our British identities. That is one of the benefits of being bicultural as both cultures are as much a part of us as the other. After all, identity can actually be quite flexible.

個人的な経験や考えから、バイカルチュラルな人たちは親の文化で自分を認識していると思います。これは、彼らが最初に経験する文化であり、通常は彼らの人種の文化です。私のいとこ、弟と私は子供の頃から自分たちのことを中国人と呼んでいましたし、多くのバイカルチュラルな友人も同じでした。しかし、私たちの習慣や思考、行動、好みの言語の選択、話し方などから、私たちはイギリス人と変わりませんでした（お互いに英語でしか話しませんでした）。それは私たちが中国人などではないことを意味するのでしょうか？それでもありません。両方の文化が同じように私たちの一部であり、アイデンティティーは実際には柔軟性があるからです。



If you have any questions or suggestions, I would be happy to hear them.

ご質問・提案があれば、教えてください。



---

# BEEF STEW RECIPE

## A TASTE OF HOME

By Pham Le Vi

---



### INGREDIENTS

#### **Beef Marinade**

1kg of sinewy beef

Onions (The more the merrier)

Ginger (Size of your thumb, cut into slices)

Lemongrass

2 tablespoons of Cooking Oil

Salt and Pepper

Five-Spice Powder

(Found in the Chinese section of the supermarket.

Alternatively, substitute with western herbs like thyme, bayleaf and rosemary.)

#### **Stew**

5 Tomatoes

5 Potatoes

Carrots (Optional. My family despises carrots for some reason so we never add them but I sometimes put them in for friends who enjoy carrots.)

Red Wine (Optional)

Paprika Powder (Optional)

Parsley (Optional)

This is my tenth month in Japan, and the longest I have been away from my family in my sheltered life. When I signed up for the JET program, I assumed that I would always be able to go home whenever I wanted. Japan was only seven hours by plane from Singapore and if I was lucky, I could get tickets for 24,000 yen. Of course, COVID-19 has turned the world topsy-turvy, taking away many things that we took for granted. I have had to postpone the trip home in June to the end of the year and it is not even certain whether borders might open by then.

In the meantime, I have started cooking more, trying to surround myself with the taste and smell of home. One of my favourite dishes to make is my mother's beef stew (Vietnamese name: *thịt bò sốt vang*), inspired by the French *boeuf bourguignon*. My mother has adapted the dish to the ingredients and budget of an ordinary household in Southeast Asia. Western herbs such as thyme and rosemary, are not cheap and rarely used in the Asian dishes my mother makes. Thus, she substitutes them for five-spice powder, containing star anise, cloves, Chinese cinnamon, Sichuan pepper, and fennel seeds. Five-spice powder is ubiquitous in Chinese and Vietnamese cooking, often used to marinate meat. *Boeuf bourguignon* also calls for red wine, preferably the dry, fruity red kind produced in Burgundy, which is expensive in Singapore, making it a criminal waste of wine and money to use one entire bottle for the stew.

The stew is perhaps more suitable in colder weather, but there is no winter in Singapore anyway. For me, the meal conjures up a lazy Sunday afternoon with my family. After a hearty meal of beef stew served with fresh salad leaves, we would take a nap during the hot afternoon, occasionally relieved by a cool breeze.

---



# ビーフ シチュー レシピ

## 家の味

ファン・レヴィ

今月は私が日本に来てから10か月目であり、これほど長く家族から離れることは今までありませんでした。JETプログラムに参加するとき、家へ帰りたときに帰られるのは当然なことと思っていました。シンガポールから日本まではたった7時間しかかかりません。そして、飛行機のチケットは24万円ほど安いチケットもあります。しかし、新型コロナウイルスの影響で世界が雑然になりました。以前なら簡単にできたことでも今はできないこともあります。6月下旬に帰国する予定でしたが、年末まで延期しました。その時までには国境が開くかどうかはまだわかりません。

その間、家の味と香りを思い出すため、料理を頻繁に行うようになりました。私が作るお気に入りの料理の1つは、フランスのビーフ・ブルギニオン（赤ワインに玉ねぎ・パセリ・タイム・バターを入れて煮詰めた料理）に触発された母のビーフシチューです。

母はこの洋風料理を東南アジアの一般家庭の手近な食材と予算に合わせました。高くアジヤ料理にあまり使わないタイムやローズマリーなど西洋のハーブの代わりに、中華料理とベトナム料理によく入れる五香粉を利用します。

五香粉は八角、丁香（チョウジ、クローブ）、肉桂（カシア）、花椒と小茴香（ウイキョウ）5種類のスパイスパウダーであり、肉のマリネによく使用されます。

フランスのビーフ・ブルギニオンに必要な赤ワイン、できればブルゴーニュで生産されるドライでフルーティな赤ワインがシンガポールでは高価であり、料理に一本を入れるのは贅沢です。

寒い時期にビーフシチューを食べたほうがおいしいかもしれませんが、シンガポールには冬はありません。この料理は、家族と一緒に新鮮なサラダの葉を添えたビーフシチューを楽しみ、時々涼しい風がある暑い午後に昼寝をする日曜日の思い出を思い出させます。

## 材料

### マリネ

牛肉 1キロぐらい  
玉ねぎ（多ければ多いほどおいしい）  
ショウガ（親指のサイズ、スライスする）  
レモングラス（なくても大丈夫）  
油 2大じさ  
塩と胡椒  
五香粉（スーパーの中華料理売り場にある。あるいは、タイム、ローリエ、ローズマリーなど西洋のハーブに置き換える。）

### シチュー

トマト 5個  
ジャガイモ 5個  
ニンジン  
赤ワイン（オプション）  
パプリカ（オプション）  
パセリ（オプション）





# DIRECTIONS

1. Cut the beef into large cubes. Marinade with onions, ginger, lemongrass, cooking oil, salt, pepper and five-spice powder. Leave for a few hours in fridge.
2. Boil the potatoes before cutting them into cubes and frying them until they are a golden brown. Be careful not to burn the potatoes because they will leave a burnt taste in the stew.
3. In a large pot for your stew, stir fry the beef until the sides are brown and add the sliced tomatoes. Add water until the water level is two fingers above the meat.
4. Lower the heat and let the beef stew for 3 to 5 hours. The longer you leave it, the more tender the beef is. Add some red wine (around 1 cup) if you wish.
5. Add the fried potatoes into the pot about 20 to 30 mins before you wish to serve the dish.
6. Add additional spices or salt and pepper to taste, if needed. I always enjoy a pinch of paprika and some parsley.



# 作り方

1. 牛肉は角切りにし、玉ねぎ、ショウガ、レモングラス、油、塩、コショウと五香粉をマリネする。冷蔵庫に数時間置く。
2. ジャガイモをゆでて、そして角切りにし、黄金色になるまで炒める。
3. 大きな鍋に、牛肉を側面が茶色になるまで炒めて、切ったトマトを加える。肉の上の2本の指になるまで水を追加する。
4. 火を弱めて、ビーフシチューを3~5時間煮る。煮るれば煮るほど牛肉は柔らかくなる。赤ワイン（1杯ぐらい）を追加してもいい。
5. 料理を出す20~30分前ぐらいに、炒めたじゃがいもを鍋に入れる。
6. 必要に応じて、スパイスまたは塩とコショウを追加する。私はいつもパプリカとパセリを入れる。



# ALTs of Hamamatsu

INTRODUCING THE  
ASSISTANT LANGUAGE  
TEACHERS (ALTS)  
LIVING AND WORKING  
IN HAMAMATSU.  
浜松に住んでいる英語の先生(ALT)を紹介します！

## 浜松のALT

# Jessica Ziegler



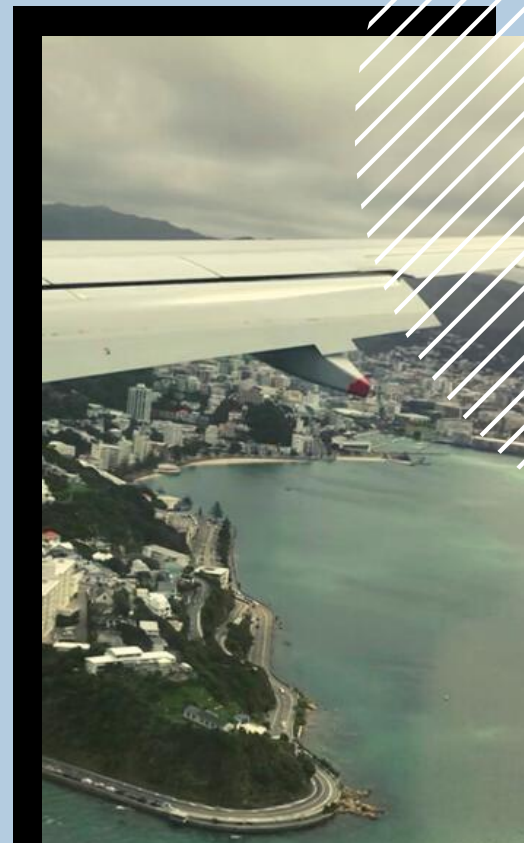
### HOMETOWN・故郷

I was born in Airlie Beach, Queensland, Australia, and lived there until I was 12. Then, I moved to Wellington, New Zealand.

エアリービーチ、クイーンズランド州、オーストラリアに生まれ、12歳まで住んでいました。そして、ウエリントン、ニュージーランドに引っ越しました。

### How do you identify yourself? 自分のアイデンティティは？

As a New Zealander for sure. I have more memories there. ニュージーランド人ですよ。ニュージーランドではオーストラリアよりももっと思い出があります。







BLAT (ベーコン、レタス、アボカド、トマト)

## How would you describe Wellington in five words?

ウエリントンを五つの単語で描写してください。

Windy, friendly, beautiful, cultural (music, theatre, art, food etc.) and political (it's the capital of New Zealand!)

風が強く、親しみやすく、美しく、文化的（音楽、演劇、芸術、料理など）、政治的（ニュージーランドの首都として）なところです。

### FUN FACT • おもしろいこと

1. Wellington is the southernmost capital in the world!  
ウエリントンは世界最南端の首都です！

2. In 1893, the parliament in Wellington passed the Electoral Act 1893 which made New Zealand the world's first country to allow women to vote.

ウエリントンの議会在1893年に選挙法を可決し、ニュージーランドは世界で初めて女性の投票を許可した国になりました。

3. It is the windiest city in the world with an average wind speed of 27km/h and 248km/h is the highest gust ever recorded.

ウエリントンは世界で風が最も強い都市であり、平均風速は27 km / hで、過去最高の突風は248 km / hです。

4. It rivals New York in the number of cafes per capita. It has a lot of cafes for a relatively small city. And the cafes are all so good because they won't survive if they aren't. People are so picky but also pretty loyal to their favourite cafes.

ウエリントンは一人当たりのカフェの数がニューヨークの数に匹敵します。比較的小さな都市ですが、カフェがたくさんあり、料理がおいしくない場合は営業を続けられないので、すべてのカフェにはおいしい料理があります。ニュージーランド人は好き嫌いが激しいですが、お気に入りのカフェにはかなり忠実です。

### Do you have a favourite café back home?

ウエリントンの一番好きなカフェはありますか。

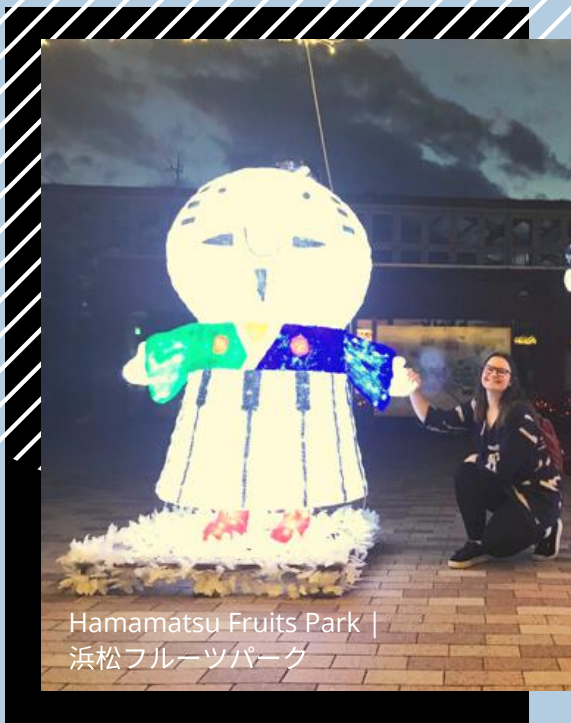
Umm, different cafes for different needs! I really like Sweet Vanilla Kitchen! Their cakes are amazing but so is the BLAT (Bacon, Lettuce, Avocado, Tomato). Fun fact: I don't drink coffee or any hot drinks so I don't know or care if a café has bad coffee.

ええと、食べたいものによって。「スウィート・バニラ・キッチン」が好きです！ケーキは素晴らしいですが、BLAT（ベーコン、レタス、アボカド、トマト）もとてもおいしいです。私はコーヒーや温かい飲み物を飲んでいないので、カフェのコーヒーが悪いかわからなく、そして気にしていません。



Sweet Vanilla Kitchen |  
スウィート・バニラ・キッチン





Hamamatsu Fruits Park |  
浜松フルーツパーク

### What were you doing before you came to Japan?

日本に来る前に、何をしていましたか。

I was working at Museums Wellington in the Collections team.

ウエリントン美術館で収集チームとして働きました。

### What brought you to Japan?

日本に来るきっかけを教えてください。

Hard question! Some people I worked with at the museums had lived in Japan either on the JET program or otherwise and loved it. I also studied Japanese in elementary school in Australia and in high school so I was always interested. I finally came here on a family vacation in 2014.

I'd actually heard about JET throughout my schooling but didn't really think about it until a university friend went on it and I found some coworkers had done it.

難しい質問ですね。美術館の同僚は、JETプログラムか他の仕事を通じて日本に住んでいた経験があります。私もオーストラリアの小学校と高校で日本語を勉強したので、ずっと日本に興味がありました。2014年にやっと家族と日本に旅行に来ました。

実は、学生時代にJETプログラムについて聞いたことがありましたが、大学の友達や同僚がJETプログラムに参加したと知る前は、気にしませんでした。



New Zealand | ニュージーランド

### What made you finally decide to take it up? ついに参加したきっかけは何ですか。

I was jealous of my university friend's Snapchats. Then, I realised I didn't need to be jealous and I could do it myself, so I applied and went the year after her.

But I also thought it would be a cool experience. If my coworkers had done it and they are in positions I want to be in in the future, then it must have been worthwhile for them!

JETプログラムに参加している大学の友達のスナップチャットでアップロードした写真を見て、うらやましいと思っていました。しかし、自分も参加できるので、うらやましがする必要はありません。そして、申請して、翌年日本にきました。

また、JETプログラムはいい経験になると思っています。JETプログラムに参加した同僚は今、自分が将来やりたい仕事をしているので、その経験は価値があることだろうと思いました。

### How long have you been in Japan?

日本にどのぐらいすんでいますか。

3 years as of this July.

今年の7月で3年間になります。



Hamamatsu Matsuri | 浜松まつり

### How do you find Hamamatsu?

浜松はどうですか。

It's very easy to live here! We have the ocean, lakes, rivers and forest close to us but we also have the convenience of a city. And we are halfway between Tokyo and Osaka which is cool!

とても住みやすいところです。海、湖、川、森に近いですが、都市の便利さもあります。東京と大阪の真ん中にあるので、便利です。

### Memorable experiences in Hamamatsu?

浜松でのいい思い出がありますか。

Hamamatsu matsuri! Carrying and flying the kites and seeing my students at the kite grounds. I joined Chitose-cho the first year and Motoshiro-cho the second year.

浜松まつりです！凧を運んで挙げるのは楽しかったです。生徒たちも凧揚げ会場で見ました。1年目は千歳町、2年目は元城町で参加しました。

### Anything else you would like to add?

他に何かありますか？

There's more to New Zealand than haka and rugby, please come visit!! (After COVID-19 of course.)

ニュージーランドにはハカ（ニュージーランドのマオリ族の民族舞踊）とラグビーだけではなく、たくさんおもしろいことがあるので、ぜひお越しください！（もちろん新型コロナウイルス感染症が収まった後）

This interview has been edited and condensed for clarity.  
このインタビューは一部編集しております。





# 世界の文化

## World E-Bunka

オンライン

今回はZOOMで行なっています！

6月21日(日)

講師：ファン・レヴィ  
&

ダニエル・フィン



参加料：無料！

お問い合わせ

HICE Homepage

<http://www.hi-hice.jp/index.php>

Tel: 053-458-2170

## CONTACT US

INTERNATIONAL  
AFFAIRS DIVISION  
HAMAMATSU CITY  
HALL

103-2 Motoshiro-cho,  
Naka-ku,  
Hamamatsu-shi

053-457-2359  
kokusai@city.hamamatsu.  
shizuoka.jp

浜松市役所国際課  
浜松市中区元城町103-2

HAMAMATSU  
FOUNDATION FOR  
INTERNATIONAL  
COMMUNICATION AND  
EXCHANGE (HICE)

CREATE Hamamatsu 4F  
2-1 Hayauma-cho,  
Naka-ku, Hamamatsu-shi

053-458-2170  
hice05@hi-hice.jp

浜松国際交流協会  
浜松市中区早馬町2-1  
クリエート浜松 4F

## EDITORIAL

PHAM LE VI  
ファン・レヴィ

DANIEL HUYNH  
ダニエル・フィン