



MINATO

みなとユネスコ 会報

Bulletin

MINATO UNESCO ASSOCIATION NEWS & CALENDAR

ISSUED BY/MINATO UNESCO ASSN. 16-3, SHIMBASHI 3-CHOME MINATO-KU TOKYO 105-0004/HIROSHI NAGANO PRES.
発行所/港ユネスコ協会 〒105-0004 東京都港区新橋3-16-3 Tel: 03-3434-2300 Fax: 03-3434-2233 発行人/ 田部葵一郎
Mail: m-info@minatounesco.jp https://minato-unesco.jp

2026年7月1日発行 第183号

目次

P. 1 巻頭言	P. 12~13 都立三田高校シンポジウム
P. 2-3 ようこそ、イタリアオペラの世界へ	P. 13-14 2026年度総会/協会役員
P. 4-8 ユネスコ「世界の記憶」シンポジウム	P. 15 清家港区長訪問
P. 9 都ユ連研修会	P. 16-17 MUA サロン「アメリカ人の見た盆栽」
P. 10-11 西インド料理教室	P. 16-18 ハンガリー魅力発見の旅/事務局便り

「ささやかなユネスコ活動」

港ユネスコ協会 常任理事 梅根敬一郎



4年ほど前にみなと UNESCO サロン「麗しの都ローマたより」を聴講する機会があり、グローバルな視野の企画と講演内容に感動、それがきっかけでその後もいくつかの会に参加、港ユネスコ協会の活動に加わることとなりました。いつか国際親善に関わる活動のお手伝いが出ないかと考えていた時でした。現役の時の海外駐在経験や、小売業を中心に海外視察を数多く企画運営していた経験からそのような思いを持っていました。現在は港ユネスコ協会の国際学術文化委員会で、港区在住・在勤・在学の方を中心に国際親善運動につながる講演会やシンポジウムを行っています。ユネスコの民間活動の一環としてささやかながら国際理解のお手伝いをする活動を、多くのメンバーに助けていただいております。

ユネスコ憲章の前文にある「戦争は人の心の中にあるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなければいけない」という言葉があります。まずは国内外問わずお互いの国（出身）や生活の実態を知ることから始まりお互いに理解をシェアすることからその一歩が始まるのだと思います。現在の世界を見ていると、国のエゴが表に立って平和とは逆の方に動いているのが残念でなりません。少しでもユネスコの精神に立った平和に近づけるのもユネスコの民間活動だと思います。

講演会では海外の様々な国の文化の紹介や現役のオペラ歌手による音楽の歴史の解説や歌、大学の先生による様々な専門分野のお話、博物館関係者によるお話、ユネスコ関連のテーマによる講演会や平和を考えるシンポジウムなどさまざまなジャンルのお話を提供しており、来場されるお客様にご満足いただけるよう考えております。

また、ユネスコ活動の輪を次の世代の人たちにも広げるべく、大学や地元の高校でユネスコ活動をされているメンバーともパートナーシップを組み、「平和をテーマとした」シンポジウムやイベントを一緒に企画して、ディスカッションや意見提言の中心的役割を担っていただいております。若いですが、しっかりした意見や分析を基に積極的に活動している姿を見ると頼もしさを感じます。

これからも若い世代のメンバーと一緒にほかのユネスコ協会や学生のユネスコクラブと連携を図り平和に近づける活動を底辺から進めてゆきたいと思います。

2025 年度 第 2 回国際理解講演会
「ようこそ～イタリアオペラの世界へ」
～歌とピアノで体感する《椿姫》の世界とオペラのヒミツ～

渡辺 大氏:オペラ・テノール歌手, 渡辺 裕里子氏:ピアニスト

日時: 2025 年 10 月 25 日(土)14:00～16:00

会場: 港区男女平等参画センター リーブラホール

【第1部 オペラのヒミツ】

- ・イタリアオペラの始まり 16 世紀
クラウディオ・モンテヴェルディの特徴は音符の細かさを使って動きを表現
- ・レチタティーヴォ・セッコ（乾いた音）体験～乾いた和音で言葉が走る
17～18 世紀のオペラなどで主にチェンバロとチェロなどの低音楽器の伴奏によって話すような自由なテンポで歌う「乾いた」形式の叙唱
《歌実演》モーツァルト「フィガロの結婚」1 幕 No. 7 直前
- ・セッコ VS アッコンパニャート “語りの 2 つの顔”
アッコンパニャート（オーケストラ伴奏付きのレチタティーヴォ～語り歌）
《歌実演》モーツァルト「ドン・ジョヴァンニ」より 1 幕 No. 2 抜粋
- ・オペラ・ブッフア（日常を描く喜劇・オペラの一形態）の成熟とベルカント
ベルカント: 17～18 世紀のイタリアで確立された「美しい歌」を意味する伝統的な歌唱法で
柔らかい響きと滑らかな節回しが特徴
《歌実演》ドニゼッティ「愛の妙薬」より《人知れぬ涙》
- ・ヴェルディの“旋律のアイコン”と劇的アイロニー～耳に残る歌が物語では毒矢になる
《歌実演》ヴェルディ「リゴレット」より《女心の歌》
- ・オペラのリズムと詩 音節詩行（行末のアクセントの位置を基準とし、母音のつながりを考慮しながら 1 行の音節数を厳密に数える伝統的な詩の形式）
《ピアノ実演》プッチーニ「ラ・ボエーム」より《私の名はミミ》
- ・近代への橋渡し: チレーア「アルルの女」ヴェリズモオペラの重み
- ・戦後の旋律継承モリコーネ
戦後の歌劇場は国の制度で安定化したが新作委嘱は減り保守化が進行、戦後の主要作曲家は新しい音楽劇へ関心を移し、一方大量の新作映画が生まれ作曲家も舞台より映画音楽で活躍する。
《ピアノ実演》エンニオ・モリコーネ「ニュー・シネマ・パラダイス」より抜粋
- ・フィナーレ:
《歌実演》プッチーニ「トゥーランドット」より《誰も寝てはならぬ》



【第2部 オペラ椿姫の世界】

- ・開幕 前奏曲 (Preludio) — 「儚さ」の主題
今日は音×言葉×舞台で「椿姫」を辿る
- ・作曲ヴェルディ 台本ピアース・ヴェ 1853 年ヴェネツィア初演
- ・ヴィオレッタ（社交界の花の高級娼婦）アルフレード（純朴でまっすぐな青年）
ジェルモン（家の名誉を重んじる保守的な父・2 人の恋愛に干渉する）の 3 人が中心
- ・【第1幕】夜会: 出会いと予兆
19 世紀半ば、パリで一、二人の人気を争う高級娼婦ヴィオレッタの館では夜ごと豪華な夜会が開かれている。この宴にやってきた青年アルフレードは「乾杯の歌」を歌い、場を盛り上げる。
以前よりヴィオレッタに恋をしていた彼は、二人きりになるとあふれる胸の内を彼女に告白。

心のこもった真剣な言葉にヴィオレッタは激しく心揺さぶられる。乾杯の歌で世界が回りだす
～アルフレードの求心とヴィオレッタの逡巡
《歌実演》「乾杯の歌」 《歌実演》「愛の二重唱」
《ピアノ実演》「花から花へ」

・【第2幕前半】田園：幸福と犠牲のはじまり

パリ郊外の別荘でアルフレードと幸せに暮らすヴィオレッタ。実は生活の費用は彼女の持ち出しで支えていた。ある日アルフレードの留守中に彼の父ジェルモンが娼婦に騙された息子を連れ戻そうと現れる。必死の訴えも受け入れられず彼女はついに愛する彼のために身を引く決意を固め、別れの手紙を書く。何も知らないアルフレードはその置手紙を読み逆上。父の制止も聞かずにヴィオレッタを追いつつパリへと向かう。

《歌実演》「燃える心」

《歌実演》「私を愛してアルフレード」



・【第2幕後半】社交場：父の静けさ/公開の破局

その夜、アルフレードの友人が主宰する夜会にパトロンの男爵に連れられたヴィオレッタがやってくる。夜会の賭け事で大金を手にしたアルフレードはヴィオレッタに復縁を迫るが断られ、大勢の前でその金を彼女に投げつけ侮辱する。

《ピアノ実演》「プロヴァンスの海と陸」

《歌実演》「この女は私のために」

・【第3幕】病室：手紙→再会→最期の約束～フィナーレ

数か月後、結核を患ったヴィオレッタはパリの自宅のベッドで横になり、今や死を目前にしている。そこに全ての事情を父から聞いたアルフレードが駆け込んできて。彼は許しを乞い、また二人で暮らそうと誓う。しかし時はすでに遅くヴィオレッタはアルフレードの腕の中で息絶えてしまうのだった。

《ピアノ実演》「冒頭抜粋」「あなたは約束を守った～遅いわ！」

《歌実演》「パリを離れよう、愛しい人」

赦しのあと～一瞬の生が灯り、静かに昇華する。

《ピアノ実演》「終幕抜粋」



(国際学術文化委員会 梅根敬一郎)

2025 年度 港ユネスコ協会 シンポジウム
「ユネスコ「世界の記憶」から平和のために何ができるか」

日時：2026 年 2 月 4 日（水）19 時

会場：国際文化会館別館 2 階 講堂

主催 港ユネスコ協会 共催 港区教育委員会

講師 小林美保氏 日本ユネスコ国内委員会
事務局次長

講師 柴田泰山氏 浄土宗総合研究所研究員

パネリスト 都立三田高校 ユネスコ委員会

後藤由歩さん 2 年 丸山泰生さん 1 年

深井颯さん 2 年 高橋夏帆さん 1 年

港区に所在する浄土宗大本山増上寺の所蔵する「大蔵経」が、2025 年「世界の記憶」に登録されたことから、「世界の記憶」の意義、果たすべき役割をテーマにシンポジウムを開催いたしました。清家愛港区長のビデオメッセージの後、日本ユネスコ国内委員会事務局次長 小林美保氏から、「日本のユネスコ加盟 75 周年記念プロジェクト」のご紹介とご講演をいただき、その後、浄土宗総合研究所研究員 柴田泰山氏のご講演、都立三田高校の生徒さんから提案がなされました。以下、要約です。

小林美保氏

「ユネスコ『世界の記憶』事業について」

1992 年 事業開始。（登録制度：1995 年開始）この事業は、1. 世界の重要な記録遺産を保護して保存すること。2. なるべく多くの人がアクセス出来るようにすること。3. 加盟国の記録遺産の存在や重要性の認識を高めることを目的にして、開始されました。日本での認知度はこれからで、増上寺の経典が、昨年登録されたことで、注目されていますので、盛り上げていきたいと思えます。以下、登録制度の概略です。

登録申請：所有する団体が申請書を日本ユネスコ国内委員会に提出し、そこで審査されます。2 年に 1 回のサイクル。日本ユネスコ国内委員会が 2 件までに絞り込んだ上で、ユネスコに推薦します。そして、ユネスコ本部に設けられる委員会で審査され可否が発表されるというルールになっています。

登録制度：登録はゴールではなく、スタートです。登録によって資料の価値が国際的に認められて、ここから本格的に保存活用の発信の取り組みが始まります。登録は、資料を未来に生かしていくための行動を始めること。

対象：手書きの原稿、書籍、新聞、ポスター、地図、映画、フィルム、写真、デジタル記録等。

例) グーテンベルクの活版印刷の聖書、中国の甲骨文字、ベートーベンの第九の直筆の楽譜など。

世界の登録：国際登録 570 件 地域登録 86 件

日本の登録：国際登録 9 件 地域登録 1 件

申請中（2026—2027 年 国際登録サイクル）：
観世宗家伝来 世阿弥能楽論「風姿花伝」 2027 年の春に登録の可否が分かる。

今後の展望：申請が少ないのが課題。「世界の記憶」の趣旨にふさわしい、良い案件を発掘して「一覧表」にして整理し、文部科学省として、申請者のサポートをする仕組みを進めていくこのような取り組みによって、保存によって過去の記録を継承し、公開することによって、異文化理解が深まり、国際発信を通じて国境を越えた対話と相互の尊重が進むなど、多様性を認め合う姿勢が育っていくと意義を考えています。「歴史認識」のように、政治的対立があった経緯もありますが、本来は、対立が生まれるような制度ではなく、人類の共通の記録を守って、相互理解を深め、平和の砦を築くことが、この制度の根本理念です。このような取り組みが積み重なっていくことで、「世界の記憶」がユネスコの理念である平和の構築に確実に繋がっていくと考えています。

柴田泰山氏

「増上寺大蔵経の「世界の記憶」を起点として、いま何ができるか」

■宗教聖典

三種の大蔵経 12000 点（木版印刷）が、ユネスコ「世界の記憶」に国際登録されました。文部科学省、ユネスコ協会の皆様のお蔭でございます。この三種の大蔵経は、徳川家康によって寄進されたものです。インドでできたお経が、中国で翻訳され全部漢字で書かれています。

大蔵経を仏教と考えずに「宗教聖典」と考えれば、キリスト教やイスラム教であれ、さまざまな文献が考えられます。ユネスコの「世界の記憶」の中で、宗教聖典が登録されている事例は、他にないのではないかと。宗教聖典とは、その宗教において究極の真理や神の言葉が記されているものと信じられている最も権威ある書物で、単なる読み物ではなく、信者や信徒にとって、人生の指針であり、世界の成り立ちの解説書。即ち、そこで神様、仏様に会い、神様、仏様の言葉が聞こえるのが聖典という存在。その意味において、グーテンベルクの「聖書」、または、「クルアーン（コーラン）」からはアラの言葉が聞こえる。お釈迦様の声が聞こえてくるのが、「大蔵経」です。三大蔵の登録の意義は、宗教聖典が世界的な文化財として認知されたことです。

■大蔵経と増上寺三大蔵

大蔵経には、釈尊が説いた教義（経）、及び、仏教教団の規則（律）、その注釈書である論書（論）があり、これを三蔵と呼びます。翻訳した人が三蔵法師。世界宗教である仏教には、サンスクリット語、パーリ語、チベット語、中国語に翻訳されているが、増上寺にあるのは中国語訳です。①宋版 ②元版 ③高麗版で、増上寺の三大蔵と呼びます。

増上寺の「三大蔵」は、印刷文化の結晶、漢字文化の結晶であり、活字文化の結晶です。将軍家菩提寺としての歴史、浄土宗の歴史を伝えるのが浄土宗大本山増上寺です。

- ① 宋版（中国 南宋時代、12 世紀）
- ② 元版（中国 元時代、13 世紀）
- ③ 高麗版（朝鮮 高麗時代、13 世紀）

■増上寺三大蔵から見た「平和」

- ・自分の他に他者が存在することにおいて、多様性、多在性・多元性・協調性、寛容性が必要。他の文化や信仰があっても、互いに尊重し合い、共存すること。

- ・様々な悩みをどうやって乗り越えるか。「大蔵経」においては、平和と安穩を祈ることを提言している。
- ・「平和への祈り」は、人間は平和を求め、平和を作る。これがユネスコの起点と考えます。これらが、「大蔵経」存在の意義である。

都立三田高校ユネスコ委員会

「若い人からの期待」

後藤由歩さん（ごとう ゆうあ） 2年

このような素敵なシンポジウムの中で、若者の一人としてお話させていただく機会をいただき、心から嬉しく思います。本日は、都立三田高校ユネスコ委員会の紹介と「世界の記憶」に対する若い世代の現状をお伝えし、私達が考えた「世界の記憶」制度に対する提案と期待についてお話したいと思います。まず、委員長から活動紹介です。

丸山泰生さん（まるやま たいせい） 1年

委員長の丸山です。都立三田高校ユネスコ委員会では、都立三田高校生や親御さんに向けて日々活動をしています。4つのチームに分かれて活動を行っていますが、今日は、文化祭で活躍した2つのチームをご紹介します。9月の三田高校の文化祭では、ユネスコ委員は、バザーと募金を行いました。また、募金に当たり、実際にガザ地区に支援を行う国際NPO「地球のステージ」さんから、ガザで今何が起きているのかについてお話を聞きました。ガザの現状について理解を深め、バザー活動への理解を深めることができたと思います。バザーと募金で集めた6万円に、その他生徒会の売上げを足して、合計16万円を、「地球のステージ」さんに寄付させていただきました。三田高生やユネスコ委員会にとっても、ガザなど世界で起きている戦争や紛争に思いを向ける機会になったと思います。これからもユネスコ委員一同は、活動の幅を広げて行きながら社会貢献活動を行っていきたいです。

後藤由歩さん

私達の学校は、増上寺の近くにあります。増上寺の「大蔵経」が長い年月を経て、大切に守られ、「世界の記憶」に認定されたことを知り、記録を保存し、伝承していくことは過去だけの人々の役割ではないと強く感じました。この認定は過去から受け継がれてきた知の積み重ねであるとともに、未来へと手渡していく、私たち一人ひとりへのメッセージではないか。私自身が知らなかったように、「世界の記憶」は価値のある制度でありながら、その存在や意義が、特に若い世代には届いていないのが現状です。

今回、「世界の記憶」の認知度を確かめるために、学校内でアンケートを実施し、以下の回答を得ました。（1・2年生 計101名）

- ① ユネスコの「世界の記憶」という事業を知っていますか？

はい：2.8%、いいえ：97.2%

- ② 増上寺の「大蔵経」を知っていますか？

はい：2.8%、いいえ：97.2%

- ③ この制度をより知りたいと思いますか？

思う・やや思う：85%

- ④ 候補を選べるとしたら、何が相応しいか？

「ヒロシマの写真」「源氏物語」「浮世絵」「東日本大震災の写真」

- ⑤ 広める際に現実的で、効果的な方法は？

例) SNS、展示会、映画化、企業とのコラボ

このアンケートを通して、多くの生徒から「世界の記憶」について知りたい、深めたい、共有したいという前向きな回答を得られました。関心がない訳ではなく、制度に係わるきっかけが少ないだけ。だからこそ、知ってもらうだけでなく、それぞれが自分事としてかかわれる仕組みを用意することが必要だと考えました。

深井颯さん（ふかい さやか）2年

次に、「世界の記憶」をより身近にする体験の提案を行います。初めに、ワークショップについて。アンケートにより、きっかけ作りが高校生の関心をより集めていくために大切だと思いました。大蔵経は保存されているだけで価値をもつものではなく、そこに書かれた言葉や背景を知り、今を生きる私たちがどう受け取るかによって、意味を持つものと思います。

高橋夏帆さん（たかはし かほ）1年

ここからは、「世界の記憶」を多くの人に共有するための地域、及び、国との連携についての提案です。増上寺で開催される各種イベントに関する特別ブースを設置するという提案です。増上寺では、年間を通して多くの催し物が行われ、国内外から幅広い来場者が訪れています。そのような場に情報の拠点を設けて、これまで「世界の記憶」に触れることのなかった人に、自然な形で認知してもらうことが可能になると考えました。「世界の記憶」を特別な知識から身近な文化資源へと位置づける取組でもあります。

まとめ（高校生からの提案と期待）

① ワークショップ

・「大蔵経」を題材とした体験型ワークショップ

大蔵経の翻訳・読解体験：専門的な翻訳ではなく、現代の言葉に置き換えながら「この言葉は、今の社会にどうつながるか」を考える。

・4つそれぞれのテーマを主題とした体験型ワークショップ

- ① 選ぶ：歴史的資料や記録を見比べ、「もし自分が世界の記憶に残すとしたらどれを選ぶか考える」
- ② 時間：写真や文章を用いて今の自分たちの記録を残し「これを100年後に見た人はどう感じるか」
- ③ 失ったら困るもの：文化や価値観、考え方が記録されていない世界を想像しながら、「記録が当たり前でないこと」
- ④ 記録の見せ方：高校生の視点で「どうすれば初めて知る人に伝わるか」を考え、展示案や紹介文をつくる。

② 地域、国との連携

1. 増上寺で年間30件以上の行事が開催されるので、そこに特別ブースを設ける。
2. 公共施設（図書館や区民センター）を活用して展示や体験の場をつくる。
3. 国が世界の記憶選定の在り方を検討する。現在は文部科学省が候補を出し、選定しているが、今後は、国民が候補を選出し、専門機関が選定してはどうか。

③私たちからの期待：知る“きっかけづくり”が大切

1. ワークショップ、世界の記憶選定方法
2. 高校生の私たちにもできること
 - ・“知って終わり”にしないために、三田高校内での普及活動、シンポジウムの開催。
 - ・記録の意味を広げていくために。
 - ・「記録は後世が知るために保存するもの」で終わらない。
 - ・残す、選ぶ、記録するなど行為として私たち自らがかわることが大切。
 - ・自分たち自身で考えることで意味が広がっていく。

④（期待）さまざまな取り組みを行い、多くの人たちが「世界の記憶」に関心を持つようになったら、「世界の記憶」の登録制度の意義が今よりもっと大きくなる。



【パネルディスカッションの風景】

お忙しい中、本シンポジウムにご協力くださいました日本ユネスコ国内委員会小林美保様、浄土宗総合研究所研究員柴田泰山様、都立三田高校ユネスコ委員会の生徒さんに、御礼を申し上げます。

（常任理事 国際学術文化委員会 佐藤律子）

2025年度都ユ連研修会
 青年・学生研修会テーマ 「私たちが目指したい平和とは」
 都ユ連研修会テーマ 「戦後80年、平和って何だろう！」

日時：2026年2月23日（祝月）13時～17時
 会場：杉並区立阿佐ヶ谷地区区民センター

2025年に、「戦後80年」、「ユネスコ加盟75周年」を迎え、今回の都ユ連研修会では、杉並光友会（原爆被害者の会）会長久保田朋子氏をお迎えして、被爆体験についてのご講演いただきました。その後、6つのユネスコ協会・クラブの方々が戦争体験をお話されました。港ユネスコ協会からは田部会長が「戦前戦後の思い出」というテーマで話いただきました。その後9つのグループに分かれて、活発な意見交換が行なわれ、全体会では、平和に向けてどのようなアクションがあるかの結果が共有されました。

挙げられたアクション案をどのような活動に繋げるかについて、「次につなぐ会」を開催して進めていくことになりました。参加者数：青年・学生研修会33名、都ユ連研修会85名（内、当協会7名）、交流会39名が参加。



（常任理事 佐藤律子）

当協会では新たにフランス語講座を始めました！

2026年度 港ユネスコ協会 フランス語講座（初級）

講義概要

Introductory course covers:

- ▶ conversational skills
- ▶ basic grammar
- ▶ cultural information
- ▶ reading and pronunciation

講義日程

毎週土曜日午前 10:00 – 11:30

JULY 2026							AUGUST 2026						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1							1
						2							2
						3							3
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29

講師

Célia Cachat

A native speaker & certified French teacher

To attend, you must speak and understand English.
 Classes will be carried out in French and English.

講義は英語で行われますので、予めご承知おきください。

受講料:各月6,000円

各学期の途中から参加される場合、残回数により受講料を減額いたします。

受講場所: 港区生涯学習センター2階 204 学習室

〒105-0004 東京都港区新橋3-16-3 港区立生涯学習センター2F（JR新橋駅烏森口徒歩2分）

港ユネスコ協会

2025 年度第三回 世界の味文化紹介

西インド料理教室

講師：ポンキシエ プルワ氏

日時：2026 年 2 月 28 日（土）12 時～15 時 30 分

会場：港区男女平等参画センター「リーブラ」料理室

参加者：区民 18 名、講師 1 名、スタッフ 8 名

2023 年 7 月に開催し、大好評でありました「西インド料理教室」。その第二弾といたしまして、今回は日本の冬野菜をテーマに、伝統的な西インド料理をご紹介します。この度も講師を務めてくださったのは、西インド・マハラシュトラ州のブネ市ご出身のポンキシエ プルワさんです。プルワさんは、1993 年結婚を機に初来日。2004 年に日本語能力試験旧 N1 を取得され、現在は日本語の漢字を学びながら西インドの家庭料理を教えていらっしゃいます。



教えていただいたのは以下のメニューです。

- ① プリ（サクサクほうれん草の揚げパン）
- ② 発芽豆のさっぱり味インド風サラダ
- ③ ふんわりスパイス味のインド風キャベツライス
- ④ 家庭でできるバターチキンカレー
- ⑤ セミヤパヤサム（インド風のセミヤ麺からできるお菓子）
- ⑥ マサラ・チャイ（インド風ミルクティー）

「プリ」は、全粒粉（アタ）とほうれん草とじゃがいもをこねた生地を、薄く伸ばし油で揚げます。ほうれん草の香ばしさがしっかり感じられるサクサク、もちもちの揚げパンです。一緒に塩味のパパダも揚げて添えました。

「発芽豆のさっぱり味インド風サラダ」は、プルワさんが前日の朝から発芽させてご持参くださった青豆とインドモート豆がメインのサラダです。たっぷりの発芽豆と赤玉ねぎなどの生野菜を混ぜ合わせ、レモン汁、調味料、そして最後にマスタードシードなど数種のスパイスを油で熱したものをかけます。柔らかい豆とシャキシャキの生野菜の食感の違いが楽しく、レモンの酸味とスパイスの風味が効いたサラダです。

「ふんわりスパイス味のインド風キャベツライス」は、バスマティ米、数種のスパイス、そして日本の冬キャベツを炊飯器で炊いて作りました。今回は水加減を米に対して 2.5 倍にしましたが、キャベツから水分が出るのでもう少し水を少なめにすればインド米のパラパラ感が出たように思います。



「家庭でできるバターチキンカレー」は、プルワさんが前日からスパイスやギリシャヨーグルトなどに漬け込んでおいてくださったタンドリーチキンに、インドの油「ギー」で炒めた玉ねぎやミキサーにかけた生トマトのペースト、生クリームなどを入れて煮込みます。スパイスの香り、チキンのうまみ、完熟トマトのフレッシュな酸味など、幾重にも重なった味の深みに感動しました。

「セミヤパヤサム」は、パリパリと乾燥したセミヤをギーで炒め、牛乳で柔らかくなるまで煮て、砂糖とカルダモ

ン、サフランを入れた甘いデザートです。柔らかいのに、麺であることが感じられるセミヤの食感が心地良く、スパイシーな料理の締めにとぴったりの優しいお味でした。

「マサラ・チャイ」は、鍋に水と砂糖を入れ火にかけ、紅茶葉、すりおろし生姜、カルダモンパウダー、牛乳を加えて作るインド風ミルクティーです。生姜は香り付けと風邪予防のために入れるそうです。

ベジタリアンの多いインドでは、豆からタンパク質をとっているそうで、プルワさんも普段から料理に合わせて何種類もの豆を使い分けているそうです。ちなみに日本の大豆はインド料理では使わないとのこと。神様に捧げるお料理、お正月のお料理、家族で楽しむお料理、それぞれに使っていい食材といけない食材が決まっているとのことでした。食文化の知識に詳しいプルワさんに生徒さん達から様々な質問がありましたが、その都度淀みなく、熱心に回答していらっしゃいました。



前日から下準備くださり、ボリューム満点の美味しい西インド料理をご紹介くださったプルワさんには心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



(世界の料理委員会 委員長 山澤絵海)

2025年度 都立三田高校 シンポジウム テーマ 「戦後 80 年の今、私たちにできること」

日時：2026年3月28日（土曜）9時30分

会場：都立三田高等学校 音楽講堂

昨年度に続き、今年度も都立三田高校のシンポジウムが開催され、港ユネスコ協会と都ユ連から、合計10名が参加いたしました。当協会の2025年度のシンポジウムに登壇したユネスコ委員会の生徒さんたちによる運営です。内容は、



ー 戦争の記憶が、遠い過去になりつつある
今、戦後 80 年という節目に、私たちは何 を受け
取り、何を未来につないでいけるのでしょうか。ダイ
アログを通して、「今、私たちにできること」、
「平和」について、一緒に考えてみませんか ー

ユネスコ委員会の活動報告では、港ユネスコ協会のシンポジウムに登壇されたことについて、大きな会場での発表は、貴重な体験になったことや、自分たちの提案が参加者から好評で高校生の視点の大切さを感じたこと、又、日本語スピーチコンテストや国際理解講演会でのグループトークでファシリテーターを行ったことが報告されました。その後、戦傷病者資料館の語り部さんの講和があり、戦争の記憶から平和を考えるをテーマにグループトークが行われ、感想が共有されました。

都立三田高校ユネスコ委員会は、各クラスから2名ずつ参加しています。そもそも国際理解に関心の高い生徒さんが多い同高校では、人気ある委員会なそうで、とても活発に活動がされています。最後の挨拶で、来年もシンポジウム行いたいと希望を語っておられました。昨年登壇し、今年大学に進学された生徒さんから、港ユネスコ協会のイベントに参加したいと言われました。今後の交流を楽しみにしたいと思います。



(常任理事 国際学術文化委員会 佐藤律子)

2026 年年次総会を開催

日時：2026 年 4 月 15 日（水） 17:00 ～ 18:05

場所：港区立生涯学習センター1 階 101 学習室

港ユネスコ協会の 2026 年 4 月総会を当協会の顧問の港区長・清家愛様（右の写真）にご列席頂き、港区教育委員会事務局・教育推進部生涯学習スポーツ振興課の本城典子様、同係長の小島雅恵様、同係の堀内乙乃様の同席の下、会員 23 名、総勢 29 名にて開催いたしました。

田部揆一郎 港ユネスコ協会会長の挨拶に続き清家愛 港区長より以下のお言葉を頂きました。

「港ユネスコ協会は日頃より国際的な相互理解、親善を促進する活動を通じてお互いに協力し合って豊かな地域社会を作られていることに心より感謝申し上げます。世界の食文化、オペラのレクチャーコンサートなど国際交流の場を提供頂きました。日本語でのスピーチコンテストでは都立三田高校、青山学院大学、玉川大学と若い方達にとりまとめ頂き発表者のスピーチ内容を盛上げて頂きました。書道、茶の湯と外国人にも興味を持って頂き、日本の伝統文化に触れて頂きました。相互理解の原点です。80 の大使館、外資系企業、国際色豊かな港区の中でお互いに多様性を認め合える心豊かに暮らせる国際都市の実現に向けて全力を尽くして参ります、今後も港ユネスコ協会のお力添えを宜しく願います。」

港区と一体となって活動を推進してきたこの一年を評価頂く身に余るお言葉を頂きました。

引き続き議事は、以下の第一号議案から第九号議案までが決議に付され、全会一致にて承認されました。

- 第一号議案 2025 年度事業報告、新入会員紹介
- 第二号議案 2025 年度会議報告
- 第三号議案 2025 年度決算
- 第四号議案 2025 年度監査報告
- 第五号議案 2025 年度日本ユネスコ協会連盟、東京都ユネスコ連絡協議会 に対する協力関係報告および 2026 年度協力（案）
- 第六号議案 2026 年度事業計画（案）
- 第七号議案 2026 年度予算（案）
- 第八号議案 2026 年度港ユネスコ協会役員（案）
- 第九号議案 港ユネスコ協会会員区分と年会費の一部改訂について

最後に石井義明副会長が閉会の挨拶を述べて、総会は滞りなく終了しました。



（副会長 小林敬幸）



2026年度 港ユネスコ協会役員（各職位内は五十音順）

会 長	◎ 坪谷ニューエル郁子	学校法人 東京インターナショナルスクール 理事長
副 会 長	石井義明	元東京消防庁警防部長、元麻布消防署長
〃	小林敬幸	
〃	◎ 古市容子	
常任理事	◎ 梅根敬一郎	
〃	奥村和子	
〃	笠原正子	茶道教室裏千家主管
〃	佐藤律子	
〃	田川純子	日本語教師
〃	宮下ゆかり	
理事	宇都宮和美	宇都宮螺子株式会社役員
〃	佐々木剛	東京海洋大学教授（水圏環境教育学研究室）
〃	渋谷 恵	明治学院大学教授（心理学部教育発達学科）
〃	清 水軍 治	港区音楽連盟名誉会長、港区スポーツふれあい文化健康財団理事等 港区童謡唱歌の会会長、港シティコーラス名誉顧問
〃	鈴木明美	
〃	中前由紀	港区議会議員
〃	平方一代	元横浜市住宅政策審議会委員
〃	森村俊介	森村豊明会理事
〃	山田攝子	弁護士
〃	福本芳朗	一般社団法人くらしの資産設計支援機構 代表取締役
〃	◎ 松崎加寿子	医師
監事	棚橋征一	日野・レッドランズ姉妹都市協会副会長
〃	中川統夫	株式会社チエモリコーポレーション 代表取締役、港志会元会長
顧問	明石 康	国際連合事務次長や国際連合事務総長特別代表などを歴任 公益財団法人 国際文化会館 名誉顧問
〃	伊藤公平	慶應義塾長
〃	高井光子	元会長
〃	清家 愛	港区長
〃	◎ 田部揆一郎	前会長、元三菱油化（現三菱化学）取締役
〃	永野 博	元会長、東京都ユネスコ連絡協議会会長、日本ユネスコ協会連盟副会長
相 談 役	菊地賢介	株式会社東京写真イメージング 顧問
〃	木曾 功	元ユネスコ日本政府代表部特命全権大使

◎は新任、すべての役員・役職の任期は2028年4月総会まで。

清家港区長訪問

2026 年 5 月 28 日（木曜）午後 3 時

2025 年度港ユネスコ協会シンポジウムにビデオメッセージをいただいたお礼と、都立三田高校の生徒さんからのシンポジウムの結果（提言）を報告するため清家港区長を訪問いたしました。

最初に、永野顧問から参加者の紹介とシンポジウムの概要を説明した後、生徒 4 名がシンポジウムの結果（提言）を発表し、引き続き清家区長と生徒との意見交換が行われました。場所は港区長応接室。

このシンポジウムは、2025 年に増上寺の「大蔵経」がユネスコ『世界の記憶』に登録されたことを機会に、2026 年 2 月 4 日（水）に開催されました。テーマは、「ユネスコ「世界の記憶」から平和のために何ができるか」。登壇した都立三田高校の生徒から、この増上寺「三大蔵」の認知度を上げるために、いくつかの提言がなされものです。

【参加者】

港区役所：清家区長、佐々木貴浩教育委員会事務局教育推進部長、吉田宗史図書文化財課長、生涯学習スポーツ振興課：本城典子課長、小島雅恵係長

都立三田高校：深井颯さん、後藤由歩さん、高橋夏帆さん、丸山泰生君、

ドーラン美樹先生（ユネスコ委員会顧問）

港ユネスコ協会：永野顧問、坪谷会長、佐藤常任理事、梅根常任理事



【清家区長との意見交換の様子】



【清家区長を囲んで】

和やかな雰囲気の中、生徒さんからの提案、意見交換が行われました。清家区長からは、①港区では中高生からの政策提言を得るためイノベーションラボという企画を始めた、②高校生大使の活用は良い考えかもしれない、③大蔵経を現代語に訳すことは意味があるのではないか、④この提言は港区からも増上寺に伝えたい、などの話がありました。会場のお手配いただきました区役所の職員の方々、都立三田高校の引率のドーラン先生に、深く感謝申し上げます。

（常任理事 国際学術文化委員会 佐藤律子）

みなと UNESCO サロン
大宮盆栽美術館 国際交流員のスカーレットさん
アメリカ人の見た BONSAI 出会いそして魅力

日時：2026 年 5 月 30 日 13 時 30 分～

会場：港区立生涯学習センター3 階 305 号室

講師：メーガン スカーレット キーズさん



港ユネスコ協会として「盆栽＜実演と体験＞」を清香園様の下で数年開催しております。このご縁で 100 年の歴史ある大宮盆栽村にある「大宮盆栽美術館」の会を開催する運びになりました。

スカーレットさんは、ユタ州出身。＜2002 ソルトレイクシティで冬季オリンピック開催（2034 年も予定）＞、19 歳の時に教会のボランティア宣教師として 1 年半、関西の何カ所かで素敵な田舎生活。日本語が大好きになり帰国後、大学と大学院で

日本語を専攻そして日本語の教師。昨年の春まで日本語をアメリカで教えていらしたそうです。その後、日本に住んで日本語を上達させる事を目的で「JET プログラム」に応募、大宮に配属され、思いも寄らない「盆栽」との出会いとなったそうです。昨年の 7 月から大宮盆栽美術館の国際交流員（翻訳、通訳）として働いていらっしゃいます。今はすっかり「盆栽」の虜になられ、その魅力を語って頂きました。

「盆栽とは」特別な樹種（品種）ではない。どのような木でも浅い鉢に植えて根っこの成長を抑える。そして「剪定」で形を整える。これが盆栽。では、盆栽を創るには「種を蒔くから始めて水やり、鉢に移す、で何十年」なのでしょうか？もちろんこれがないわけではないですが、「山から採って来る（山採り）」、そして「挿し木、接ぎ木」で創ります。今皆さんが盆栽を始めようと思ったら、この「山採り」で 20 年を飛ばすことができます。

「手入れ」毎日の「水やり」これが全てです。そして 3、4 年に一回の「植え替え」が大事です。

「種類」「松柏・針葉樹」と「雑木盆栽・花もの、葉もの、実もの」の 2 種類に分けられます。

「樹形」模様木、懸崖（けんがい）、半懸崖、吹き流し、寄せ植え、箒（ほうき）づくり、直幹（ちよっかん）、双幹（そうかん）、文人木（ぶんじんぎ）、石付き、斜幹、株立ち、などの様々な樹形を写真と名前を結びつけるクイズの形で説明頂きました。これで参加の皆さまの好みもはっきりしてきたようです。



「見どころ」まずは腰を落として下から見上げて大樹を感じましょう。根っこを見る、立ち上がり、枝振り（剪定の技）、葉っぱの色、形ひとつひとつを鑑賞しましょう。

「ジン（枯れた枝）、シャリ（枯れた幹）」幹や枝の一部が枯れてそのままの形を残すことがあります。白い肌を見せることで緑の葉と美しいコントラストを見せてくれます。

「正面と背面」顔と背中、表と裏。立ち上がりの幹を見せて正面が決まります。お辞儀をしている盆栽が魅力です。

最後に「私にとって盆栽とは何なのか？」人生のたとえ話から盆栽の魅力の話を締めくくられました。



思いのままに伸びていた農園の「木」、手入れされておらず枝は伸び放題、実も付けておらず、これを見て庭師が大きく刈り込みました。見た目には弱々しく、みすぼらしくしてしまいました。するとその木は庭師に「何でこんなみっともない顔にしたのだ？思いのままに生きてきたかった」これに対して庭師は「これはおまえの為」。実を付けたときに「気がつくだろう」。「時に刈り込むことが必要」「これは成長の為の導きだった」。自分を磨いている「庭師」「人生の師」は時に刈り込むことが必要・・・

盆栽もただの「木」、剪定されたり、針金を架けられたりは嫌なのかも知れない、でも盆栽家が大事に思い、その木にとって何が大事かが分る、その痛みが無い限り展示する価値がないのかもしれない。我慢できない時、それを乗り越えてより良い人間になれる。

私にとって盆栽は、たくましさ、優雅さ、力強さの象徴、強いシンボルと思いました。



大宮盆栽美術館



清香園（大宮盆栽村）

「日本」との出会いから日本の伝統文化「盆栽」の魅力を感じ取られたスカーレットさんによる日本語でのサロンに18名の方が参加いただきました。いくつかのテーマをクイズ形式で会場の皆さんに投げ掛け、話題、関心を惹きつける授業はまさに「先生」でした。

（副会長 小林敬幸）

2026 年度 第 1 回国際理解講演会
「ハンガリー魅力発見の旅～歴史・文化・食を巡って」

メレーニ・クリスティーナ氏 ハンガリー大使館参事官
文化部/リスト・ハンガリー文化センター所長

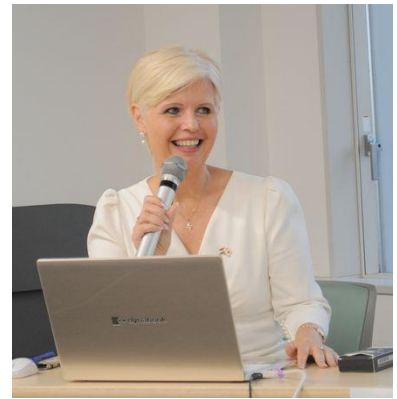
日時：2026 年 6 月 13 日（土）14:00～16:00

会場：港区男女平等参画センターリーブラ学習室 C

メレーニ・クリスティーナ氏より素晴らしい日本語でユーモアたっぷりにハンガリーの歴史や文化、食や観光資源の紹介をしていただいた。また、伝統的焼き菓子の「クルトシュカラーチ」を参加者全員で試食させていただいた。

【ハンガリー基本情報】

- ・ヨーロッパの中心(中欧) 日本より飛行機で約 17 時間 9,100 k m
カルパチア盆地の真ん中
- ・面積：93,030 km² 人口：約 950 万人(2026 年 6 月現在)
首都：BUDAPEST (ブダペスト)
- ・代表的な川：ドナウ川・ティサ川 一番高い山：ケーケシュ
1014m
- ・気候は大陸性気候 夏は暑く冬は寒い、高い山がない 四季がある 農業国
- ・ハンガリー語はウラル語族で日本語の文法と似ている モンゴルから遊牧民として移動
- ・ハンガリーの通貨はフォリント、2026 年 6 月時点でのレートは 1000 フォリントが約 530 円



【ハンガリーの歴史】

- ・1 世紀～5 世紀ローマ帝国時代の首都はアクインクム（水の町）、ブダ地区にはローマ時代の遺跡が現在もたくさん残る
- ・建国は 896 年、1000 年にローマ法王から戴冠、ハンガリー王国の誕生、ハンガリーはキリスト教文化を基盤とする国であり、国民の多くはローマカトリック
- ・初代国王は聖イシュトヴァーン 8 月 20 日は建国記念日聖イシュトヴァーンの日
- ・1241 年～1242 年モンゴルにより支配、多くの城塞が築かれた
- ・1541 年～1686 年 150 年間オスマントルコ帝国に支配されるトルコ温泉モスクの建築
- ・1683 年第二次ウィーン包囲後大トルコ戦争を経て 1699 年ハプスブルク家のものになる
- ・1848 年ハンガリー革命を経て 1867 年フランツ・ヨーゼフはオーストリア＝ハンガリー帝国とし、ハンガリー王国の自治権を認める
- ・皇妃エリザベートは 16 歳でフランツ・ヨーゼフと結婚。夏場はウィーンからハンガリーに移り宮殿で暮らした。馬とダンスが得意ドイツ生まれでハンガリー語が上達
- ・1920 年第一次世界大戦後トリアノン条約で領土の 3 分の 2 を失う
- ・第二次世界大戦でハンガリーとドイツは敗戦、ブダペストの市内建物の約 70%が破壊される
- ・1949 年～1989 年ハンガリー人民共和国、ソ連の影響下にあった社会主義時代
- ・義務教育ではロシア語教育
- ・その間 1956 年のハンガリー革命でソビエトへの抵抗を起こすがソ連軍に進軍される
- ・1989 年に民主化、自由の共和国になる。1999 年に NATO、2004 年に EU に加盟

【首都ブダペスト】

- ・23 区からなりドナウ川をはさみブダ側とペスト側に分かれる人口約 200 万人
- ・1873 年ブダ、オーブダ、ペストの 3 つの町が統合されてブダペストが発足

- ・ブダペストのドナウ河岸とブダ城地区、アンドラーシ通りは世界遺産に認定され「ドナウの真珠」と称される
- ・おもな見どころ「くさり橋」、ブダ地区「王宮の丘」「漁夫の砦」、ペスト地区「国会議事堂」、「聖イシュトバーン聖堂」、「ヨーロッパ大陸で最古の地下鉄1号線」、「王宮の丘のケーブルカー」、「子供鉄道」、「夜景を見ながらのディナークルーズ」、「ハンガリー国立歌劇場」、日本人藤野壮介氏設計の「音楽の家」、150年の歴史の「リスト音楽院」



【ブダペストの郊外・地方】

- ・「芸術家の町と呼ばれるセンテンドレ」、「パンノンハルマの修道院と教会」、「バラトン湖」
- ・東北地方「カトリックの重要な拠点であるエゲル、辛口の赤ワイン」、「トカイ産の貴腐ワイン」「ホッローケー村」の要塞やイースターイベントでのパローツ衣装

【温泉大国ハンガリー】

- ・ヨーロッパでも有数の温泉資源、1300の源泉200以上の温泉施設
- ・世界最大の温泉湖「ヘーヴィーズ湖」、ブダペストの「キラライ温泉」「ルダシュ温泉」「ゲッレールト温泉」（現在長期休業中）「セーチャーニ温泉」
- ・ハンガリーの温泉は水着着用で入浴、運動する施設も多く、治療・医療目的の利用
- ・美容・ウェルネス効果として化粧品やクリーム原料に活用される。「泥パック」等

【ハンガリー料理・ワインなど】

- ・「仔牛シチュー」「グヤーシュスープ」「ラーンゴシュ揚げパン」パプリカを使った名物料理が多く、お土産としても喜ばれる。「フォアグラ」の産地
- ・ハンガリーはカフェ文化が盛ん、名物のスイーツも多い「クルトシュカラーチ」。
- ・ハンガリーワインの22の産地、「ピカヴェール」「トカイ・アスー」等

【その他】

- ・作曲家「リスト」「バルトーク」「コダーイ」「レハール」「カールマーン」
- ・リスト・フェレンツ作曲の「ラ・カンパネラ」を動画で視聴
- ・人口に対するノーベル賞受賞者の割合が非常に高く、世界的に見てもトップレベルであり、多数のノーベル賞受賞者を輩出
- ・昨年のお阪・関西万博ではパビリオンで参加して多くの来場者を迎えた
- ・リスト・ハンガリー文化センターは世界27か所、日本は東京都港区の麻布十番にある



(国際学術文化委員会 梅根敬一郎)

事務局便り

【ようこそ新入会員】

前号以降、4名の新入会員が加わってくださいました。

【開催中の事業】

☆日本語講座 (Spring Term) 田川純子先生 開講中 (土曜日 10:00～) 10回

☆英会話講座 Robert Edward Shiffer 先生 春期 開講中 (木曜日 18:30～20:00) 9回

※上記語学教室の開催場所: 港区立生涯学習センター3階 港ユネスコ協会事務局内

☆茶道入門講座 小野宗恵先生 後期 開催中 (第四月曜日 14:00～16:30)

港区立生涯学習センター2階 203号室

【今後の事業予定】

☆ゆかた着付け体験教室

日時: 2026年7月4日(土) 13:00～15:00

会場: 港区生涯学習センター 203 学習室

☆第2回国際理解講演会「愛される建築、魅了する都市ーヴェネツィアの秘密を探る」

日時: 2026年9月27日(日) 14:00～16:00 時頃予定

講師: 陣内秀信氏 建築史家・工学博士 (東京大学)・法政大学名誉教授

会場: 港区立男女平等参画センター リーブラ 学習室C

【事務局の異動】7月から事務局長に井口靖章(やすあき)さんが就任しました。

当協会の新しい事業を紹介！

AI入門：基礎から活用まで

AIを使いこなし、あなたの可能性を広げましょう。

AIは私たちの日常生活や働き方を急速に変えています。プロフェッショナル、クリエイター、あるいは新しい技術に興味がある方など、どなたでも歓迎です。このセッションでは、時間の節約、スキル向上、創造性の向上に役立つAIの実践的な活用法をご紹介します。

※プログラミングの知識や
専門的な経験は一切不要です。
No technical background or
coding experience required.



会場 / Venue

港区生涯学習センター 〒105-0004 東京都港区新橋3丁目16-3
ルーム204 (204号室)
Minato Ward Lifelong Learning Centre,
16-3, Shimbashi 3-chome, Room 204, Minato-ku,
Tokyo 105-0004, Japan



講師 / Instructor

インド出身のITエンジニア、アミット・ハルダル
Amit Halder, an IT Engineer from India



日付 / Date

2026年8月1日(土) 12:00～13:30
August 1 (Sat) 12:00～13:30



言語 / Language

英語 (簡単な通訳あり)
English (Conducted with a brief interpreter)



料金

無料ですがご寄付を歓迎します。
Admission is free, but donations are welcome.



お問い合わせ・お申込みはこちら



Minato UNESCO Association
QRコードからご登録ください。

スマホでチラシを受け取る

QRコードを読み取って、
チラシ (PDF) をダウンロード！



港ユネスコ協会事務局 火曜日～金曜日 (祝日を除く) 午前10時30分～午後5時

〒105-0004 東京都港区新橋3-16-3 TEL: 03 (3434) 2300 TEL・FAX: 03 (3434) 2233

Eメール: m-info@minatounesco.jp ウェブサイト: <https://minato-unesco.jp>

