

# 山河

一般社団法人  
満蒙開拓平和記念館  
代表理事 寺沢秀文  
〒395-0303  
長野県下伊那郡  
阿智村駒場 711-10  
TEL 0265-43-5580

ピースサポーターニュース 2026 年新緑号 第 78 号

お知らせ

【土曜セッション】※6月はお休み  
第12回 5月23日(土) 木下 茂さん  
第13回 7月11日(土) 工藤 優介さん  
予定第14回 8月1日(土) 比嘉美智子さん

【<sup>くたみ</sup>来民開拓団 朗読劇映像上映と講演会】  
6月20日(土) 13時30分～



## 草の根の日中友好！ 本格水餃子づくり体験

大型連休たけなわの5月4日、昨年に引き続き「本格水餃子づくり体験」を開催しました。今年もシェフは中国帰国者3世の井原暁美さん。2世3世のご家族15人と一般参加者、ボランティアさんを合わせ約50人が図書ルームで4つのテーブルを囲み餃子作りに挑戦しました。



“本格”と銘打つのは皮から作るからに他なりません。小麦粉を水でこねて生地を作り、寝かせている間に中身の具を作ります。キャベツをきざみ、ねぎをきざみ、豚ひき肉と調味料を合わせて練り込みます。これが各家庭によって白菜だったりセロリだったり、調味料も砂糖を入れるとか秘伝の何か？を隠し味にするなどなど、こだわりがあります。日本のカレーも家庭の味がありますね。

次に寝かせた生地を丸くのぼす工程に移ります。まずは生地を長い棒状にのぼし、ひと口サイズにちぎって、それをめん棒で薄く丸くしていきます。この巧みの技！そしてその皮に具をのせひだを作りながら包んでいく素早い手さばき！参加者の皆さんはオーっという歓声を上げながら真剣に手元を見つめ、挑戦します。初めは丸にならない皮、いびつな餃子が並んでいましたが、皆さんだんだんコツをつかんで上手になっていきます。

裏庭にしつらえた大きな鍋にぎぶんと入れて数分茹でるとツヤツヤもちもちの水餃子の出来上がり。寺沢館長の「いただきます」の発声で美味しくいただきました。



語り部さんたちのお話の中では、現地の人との付き合いの中で、お正月や結婚式に招待されて餃子をいただいた、というエピソードが出てきました。ハレの日のご馳走。お客様へのおもてなし料理。中国東北部の水餃子は郷土料理の主役であり、開拓団や残留邦人の歴史のひとコマでもあります。



「包むのが面白かった」「もうプロ級になりました！」「家で作ってみたいです」など大盛況で、帰国者の皆さんも「楽しかった～」と賑やかに帰っていかれました。

中国帰国者の方々と一般の皆さんが交流する場はほとんどありません。食文化を通じた楽しい作業のひと時は、かけがえのない草の根の日中友好の機会です。私たちの地域に住む中国にルーツのある人々。その歴史背景も知り、お互いを理解することが平和な社会に繋がると信じ、こうしたイベントを続けていきたいと思っています。

よろしく  
お願いします♪

### 今年度自治体パートナー制度にご加入いただいた自治体

5/8 現在

- ・長野県 ・松本市 ・上田市 ・岡谷市 ・飯田市 ・諏訪市 ・須坂市 ・小諸市 ・伊那市
- ・駒ヶ根市 ・中野市 ・大町市 ・飯山市 ・茅野市 ・塩尻市 ・佐久市 ・千曲市 ・安曇野市
- ・佐久穂町 ・軽井沢町 ・御代田町 ・下諏訪町 ・富士見町 ・辰野町 ・箕輪町 ・飯島町
- ・南箕輪村 ・中川村 ・宮田村 ・松川町 ・高森町 ・阿智村 ・平谷村 ・根羽村 ・下條村
- ・売木村 ・泰阜村 ・喬木村 ・豊丘村 ・大鹿村 ・上松町 ・南木曾町 ・木祖村 ・大桑村
- ・木曾町 ・木島平村 ・野沢温泉村 ・栄村 ・佐久広域連合(49自治体)

今年度も入館料無料期間として、7.8月週末に夏休み子どもWEEKEND(在住の小中高生対象)、3月に自治体パートナーWEEK(在住の皆さん対象)を開催予定です。皆さまのご来館をお待ちしています。