通訳案内士試験道場　韓国語で学ぶ日本⑪食文化

魚中心の料理

①狩猟と採集
②キビ、ヒエ、アワなどを収穫する文化が入ってきて、
③歴代の天皇たちは殺生を禁ずる仏教の教えに従い、肉食を禁ずる勅令を出し、宮廷料理人も動物/獣の肉を調理しなかった。
④イノシシなど動物の肉を食べることは「ケガレ」 と考えら/思われた。
⑤雀、ウズラなどの野鳥類
⑥地鶏、特に雄鶏は食用とし、雌鶏はその卵で茶碗蒸しや卵焼きなどを作って
⑦レバー、ハツ、センマイなど、肉の臓物を焼いた焼き鳥
⑧魚料理がごちそうだと考えられてきた。
⑨海面を飛びまわるトビウオから淡水魚のハゼやナマズまで
⑩屁理屈（こじつけ）のように聞こえるかもしれないが、動物学的にはほ乳類に属する鯨は、大きな魚だと考えたため、食べても差し支えなかった。
⑪鯛と伊勢海老、そして赤貝
⑫腐っても鯛
⑬伊勢海老はその形が腰の曲がった老人のように見えるため、長寿を意味する
⑭駅のキオスクや列車内で販売される各地の名物の駅弁
⑮「花より団子」
⑯三陸沖はウニ、タラ、アンコウ、ホタテなど魚介類が豊富なので
⑰熱したフライパンに油をひいて焼くことが多いが
⑱ひれとエラをはずし/とって焼く塩サバ
⑲腹をさき切り目を入れてやく塩味の利いたさんま

生の料理

①素材の持ち味を生かせないことをタブー視するのだ。
②料理に手を加えすぎることを控えること
③もやしやソラマメ、枝豆などの豆類も、そのままゆでて食べることが多い
④火の通っていない魚を切り、
⑤一にも二にも新鮮さである。
⑥料理の腕のよしあし
⑦賞味期限のうちなら生卵さえ白身と黄身をかき混ぜてご飯にかけてそのまま食べるのも
⑧「自分が生まれた土地のものを食べよう」
⑨旬の料理

洋食

①日本人は体格が貧弱だったので、政府が伝統的な食生活に欠如していた肉食を普及し始めたことに由来する。

②白いご飯に合うように味つけを変え、箸で食べられるように料理を作り変えたのだ

③コロッケやカツなどの日本化したフライにウスターソースをかけ、みそ汁代わりにとろりとしたコーンスープやシチューを食べたりもした。

④豚肉にパン粉をまぶし、揚げてどんぶりにしたカツ丼も、パンの中にあんこを入れて作ったアンパンもその例だ

⑤「国際（グローバル）化」現象

食器へのこだわり

①ご飯茶碗の場合、夏には指先にすずしさを与えてくれる磁器を、冬には手に温もりを与えてくれる陶器を使い分けることで、それぞれの雰囲気を生かしたりもした。

②コースター

③各自がそれぞれ使う塗り箸と、料理を作るときやおかずを各自のさらに分けるときに使う菜箸である。

④直箸は

⑤親指と人差し指、そして中指だけで使い、

⑥奇数が縁起のよい数だと考えたため、

⑦韓国人から見ると実に些細なことにまでこだわるようだ。

⑧一見（パッと見、）食器の大きさがまちまちに見えても、その目的に見合う大きさの食器を選び使うことも

医食同源

①薬剤師が処方してくれる粉薬や錠剤、抗生物質をのむようになったのは

②煎じ薬をのんだり、仏にすがったり（神頼みをしたり）するしかなかったのだ。

③すっぽんなど食べ物それ自体を滋養強壮の薬としてきた。

④このようなときほど、栄養価の高いうなぎの蒲焼が食べたくなる。

⑤土用の丑の日には甘い醤油ダレにつけておいたうなぎを焼く香ばしい匂いが通りにただよい、うなぎ屋の前は長蛇の列をなす。

⑥腎結石を防いでくれ、育毛剤にもなるわかめ

⑦女性には申し分（この上／非の打ちどころ）ない食品で、妊娠中の女性のつわりに効果があるだけでなく、乳癌やくも膜下出血まで防いでくれるのだ。

⑧海藻類の一種であるひじきも女性によく、骨粗鬆症や貧血を防いでくれ、便秘解消

の良い薬にもなる。
⑨明太子（たらこ）は肌をしっとりさせ/肌に潤いをあたえてくれ、
⑩ 梅酒は
⑪せきや痰など軽い風邪にははちみつが効果的だ。
⑫哺乳瓶に粉ミルクを入れて赤ちゃんにのませるだけではなく、離乳食として胃に優しい重湯も飲ませるのだ。
⑬ちりも積もれば山となる
⑭おなかについた贅肉を落としてくれる。
⑮良薬口に苦し
⑯ゴーヤー（ニガウリ）
⑰医食同源
⑱肉類に匹敵するほど優れたたんぱく質
⑲大豆を発酵させて作った納豆には、糸のようなネバネバした、血栓を防いでくれる成分が含まれている。
⑳鰹節でだしを取って作った味噌汁
㉑食物繊維
㉒血をサラサラにしてくれる効果
㉓和食は、まさにアンチエイジング（老化を防ぎ）、あるいは不老長寿のための各種成分の宝庫と（改めて）見直されている。

京料理
①シイタケにウズラの卵、シジミなどの佃煮、カブや長いもなどの青果
②選ぶのも一苦労なほどお総菜（おばんざい）はみなおいしそうだ。
③アンケートをとったところ
④京都のタケノコはえぐみが少ないのが特徴だ。
⑤根の部分や穂先の部分をまるごとガブリとかぶりつけば、口の中にじわりと広がる、独特なにおいを含んだ筍の汁のおいしさに、食べ過ぎてしまうほどだ。
⑥口直しには豆腐一丁を昆布でゆで、しょうゆにつけて食べるのもよい
⑦精進料理、すなわち魚（肉）を食べられなかったお坊さんや尼さんのために作った、野菜や豆腐だけを使った料理
⑧豆乳を沸かすとき出来る薄い膜の湯葉、小麦粉のたんぱく質を精製してこねたふ

おでんと飲み屋
①カニ蒲鉾
②韓国では大根や卵はおでんの具（タネ）のカテゴリーにはなく、なんだかぴんと来ないかもしれないが、

③「おでん」というのはただの練りものだけではなく大根やニンジン、豆腐や厚揚げ（油揚げ）などをとろ火でぐつぐつにこんだものをひっくるめて言うのだ。
④何かが物足りない
⑤ごくごくとめちゃくちゃに一気飲みする人たち
⑥酒の席での話/酔った勢い
⑦「手酌はいけませんよ」「さあ、ついでくれ」
⑧無礼講になるのも面白い。
⑨胃がもたれないように
⑩汁につけこんでやわらかくなった豆腐や大根

韓国語で学ぶ日本⑪食文化単語表現帳　氏名

①狩猟/②キビ/ヒエ/アワ/③勅令/宮廷料理人	
④ケガレ/⑤ウズラ/野鳥類/⑥地鶏/雄鶏	
⑥雌鶏/茶碗蒸し/卵焼き/⑦レバー/ハツ	
⑦センマイ/臓物/焼鳥/⑧ごちそう/⑨トビウオ	
⑨淡水魚/ハゼ/ナマズ/⑩こじつけ/差支えない	
⑪タイ/伊勢海老/赤貝/⑫腐っても鯛	
⑭駅弁（20 字前後の韓国語で説明せよ）	
⑮花より団子/⑯ウニ/タラ/アンコウ/ホタテ	
⑰熱したフライパンに油をひいて焼く	
⑱ひれ/えら/塩サバ/⑲腹を裂き切目を入れる	
⑲塩味の利いたサンマ	
①素材の持ち味/タブー視/②手を加えすぎる	
③もやし/ソラマメ/枝豆/④火の通っていない魚	
⑤一にも二にも新鮮さだ/⑥料理の腕のよしあし	
⑦賞味期限/白身と黄身をご飯にかける	
⑧生まれた土地のものを食べる/⑨旬の料理	
①体格が貧弱だ/欠如/②味付けを変える/	
③コロッケ/カツ/とろりとしたシチュー	
④豚肉にパン粉をまぶし、揚げて丼にしたカツ丼	

⑤グローバル化	
①ご飯茶碗/②コースター/③塗り箸	
③菜箸（30 字前後の韓国語で説明せよ）	
④直箸（10 字前後の韓国語で説明せよ）	
⑤親指/人差し指/中指/⑥奇数は縁起の良い数	
⑦些細なことまでこだわる/⑧一見まちまちだ	
①薬剤師/粉薬/錠剤/抗生物質/②煎じ薬	
②神頼みをする/③すっぽん/滋養強壮の薬	
④このような時ほど/ウナギのかば焼き	
⑤土用の丑の日/香ばしい匂いが通りに漂う	
⑤長蛇の列をなす/⑥腎結石/育毛剤/	
⑦女性にとって申し分ない食品/妊娠/つわり	
⑦乳癌/くも膜下出血/⑧ひじき/骨粗しょう症	
⑨明太子は肌をしっとりさせる/⑩梅酒	
⑪せき/痰/⑫哺乳瓶に粉ミルクを入れる	
⑫胃に優しい重湯/⑬ちりも積もれば山となる	
⑭ぜい肉を落とす/⑮良薬口に苦し/⑯ゴーヤー	
⑰医食同源/⑱肉類に匹敵するほど/	
⑲ネバネバする/血栓/⑳鰹節でダシをとる	
㉑食物繊維/㉒血をサラサラにする	

㉓アンチエイジング/不老長寿/見直される	
①ウズラの卵/シジミの佃煮/カブ/長イモ	
②お惣菜がみなおいしそうだ/③アンケート	
④えぐみが少ない/⑤丸ごとガブリとかぶりつく	
⑤食べ過ぎる/⑥口直し/豆腐一丁	
⑦精進料理（30 字前後の韓国語で説明せよ）	
⑧湯葉（10 字前後の韓国語で説明せよ）	
⑧麩（10 字前後の韓国語で説明せよ）	
①カニ蒲鉾/②おでんの具/なんかぴんと来ない	
③練り物/厚揚げをとろ火でぐつぐつ煮込む	
③ひっくるめて言う/④何かが物足りない	
⑤ごくごくとめちゃくちゃに一気飲みする	
⑥酒の席の話し/⑦手酌/ついでくれ	
⑧無礼講/⑨胃がもたれる/	
⑩柔らかくなった豆腐	