

(공재)후쿠오카시 국제교류재단 福岡市博多区店屋町4-1 福岡市国際会館1階  
우)812-0025 후쿠오카시 하카타구 덴야마치 4-1 후쿠오카시 국제회관 1층  
TEL:092-262-1799 FAX:092-262-2700 URL:www.fcif.or.jp



## 목차

Page 3 니시야미선생님의 건강 킬럼- 트리이지린? 12월1일은 세계 에이즈의 날  
Page 4 음주운전 근절—술을 미셨다면 운전하지 말지, 운전하려면 미시지 말지

키시와?  
토리니쿠!  
오토시?! Page4  
일본어

Read Page 2,3  
바리= Very?  
• 바리스고이  
• 바리키티  
이키티 시부리

Page 2, 새해맞이  
大掃除 대청소  
풍습

## 카시와?!

후쿠오카에서는 가시와메시, 가시와우동, 가시와텐 등 ‘가시와’라는 이름이 들어간 닭고기 요리를 즐겨 먹습니다. 왜 토리니쿠(닭고기)를 ‘가시와’라고 할까요?



①닭고기 색깔이 떡갈나무(拍) 잎을 연상시킨다.  
②닭의 날갯짓이 ‘박수(拍手) 치는’ 모습과 유사하다.  
③조정에 있던 ‘가시와베’라는 요리사의 부서에서 유래.  
‘가시와’의 한자표기가 黄鷄(황계)인 것을 보면 ①가시와모치(떡갈나무잎으로 찐 찰떡)에 사용하는 떡갈나무 잎과 색깔이 비슷해서, 라는 이유가 가장 유력한 것 같습니다. 원래 ‘가시와’는 모든 토리니쿠를 칭하는 말이 아니라 다갈색 날개를 가진 일본의 토종닭에 한정해서 사용했다고 하는데 차츰 변하여 오늘날에 토리니쿠의 일반적인 명칭 ‘가시와’로 자리잡았다고 볼 수 있습니다. 2차대전 이전까지는 일본 전국에서 사용했던 말이 미국에서 식육용으로 대량사육형 잡종닭인 브로일러가 유입되면서부터 주로 서일본에서만 사용하게 된 것 같습니다. 이런 연유로 후쿠오카에 아직 남아 있는 것이죠. 그리고 언제부터인가 토종닭뿐만 아니라 일반적인 토

리니쿠의 명칭으로 널리 확산되었다고 합니다. ‘가시와’에 대해 궁금증이 좀 풀리셨나요?



### <재료>

쌀 3컵, 가쓰오다시 500cc(판매용 육수 가능), 닭고기(허벅지살) 200g, 우엉 1개, 당근 1개

- 조미료: 간장 3큰술, 미림 2큰술, 설탕 1큰술, 맛술 2큰술, 참기름 조금
- ①쌀을 씻어서 전기밥솥에 가쓰오다시(육수)와 함께 넣고 취사 버튼을 누른다.
  - ②닭고기는 깍둑썰기. 우엉은 썰는 맛을 내기 위해 연필 깎듯이 썬다. 당근은 2~3센티미터 길이로 막대썰기.
  - ③후라이팬에 기름을 두르고 닭고기를 볶는다. 노릇노릇하게 볶아지면 야채를 넣어 함께 볶는다.
  - ④모든 조미료를 잘 섞어 후라이팬에 넣는다. 후라이팬을 살살 돌려가며 5분 정도 조리한다.
  - ⑤밥이 지어지면 ④의 건더기를 국물째 밥솥에 넣고 섞어준다.
  - ⑥다시 뚜껑을 덮고 15분 정도 뜸들이면 완성.



**새해맞이  
대청소**

연말이 다가오면 새해맞이를 위해 ‘대청소’를 합니다. 신사불각에서 ‘스스하라이’(연말에 천장의 그을음과 마루 밑의 먼지까지 털어내는 대청에서 ‘스스하라이’(연말에 천장의 그을음과 마루 밑의 먼지까지 털어내

는 대청소)’하는 영상을 보신 분들도 계실텐데요. ‘스스하라이’의 역사는 예로부터 이어져 헤이안시대의 궁중행사였다고 합니다. 단순한 청소의 의미가 아니라 액막이의 의미가 강했던 것 같습니다. 최근에는 설에 새해의 신을 집으로 맞이하는 뜻으로 연말에 ‘대청소’를 하게 되었습니다. 직장이나 각 가정에서도 1년간 감사하는 마음을 담아 묵은 때를 닦습니다. 그럼, 대청소 포인트를 살펴본 후에 직접 ‘대청소’를 하여 상쾌하게 새해를 맞이합시다!

1.대청소를 하기 전 시간적인 여유가 있다면 미리 불필요한 물건을 처분합니다. 처분할 물건과 재활용매장이나 기부 등으로 보낼 물건을 분류합니다. 여러해 미사용한 물건을 처분하면 방정리도 간단해집니다.

2.높은 곳에서 낮은 동선으로 청소합니다. 천정 등의 먼지가 바닥에 떨어지니 두 번 수고하지 않기 위함이죠

- 천정이나 벽, 커튼, 창가의 먼지를 제거(발밑주의)
- 먼지를 털어낸 후 청소기를 돌리고 마지막 마루는 걸레로 닦습니다.

3.물을 사용하는 곳을 청소합니다. 주방이나 세면대, 욕실, 화장실 등 평소보다 꼼꼼하게 청소합니다.

대청소할 때 편리한 아이템을 소개하겠습니다.

- 탄산수소나트륨 : 주방 청소에는 탄산수소나트륨이 좋

습니다. 식용으로도 사용되는 탄산수소나트륨은 안전하고 사용하기 쉬우며, 식기의 얼룩 등도 간단하게 제거됩니다. 또한 물에 녹여 분무하면 기름때가 분리되므로 전자레인지 내부나 싱크대 청소에도 적합합니다.

- 세스퀴탄산나트륨 : 찌든 기름때도 간단하게 제거하는 편리 아이템. 물때 제거에도 효과적이며 물에 녹여 분무하면 기름때나 물때가 분리됩니다.

- 멜라민 스폰지 : 100엔숍 등에서 쉽게 볼 수 있는 ‘멜라민 스폰지’. 세제를 사용하지 않아도 순식간에 얼룩이 제거되어 매우 편리하지만, 스테인리스나 아크릴판 등에는 상처가 나서 사용하지 않는 것이 좋습니다. 또한 마루 바닥 등도 표면의 왁스를 벗겨내는 등 바닥재질에 상처가 날 우려가 있습니다. 직접 청소할 수 없는 물건이나 장소(에어컨이나 환풍기)는 전문 청소업체에게 의뢰합니다.

◆방재가방·롤링스톡을 확인합시다.

대청소가 끝나면 방재가방과 롤링스톡을 확인합니다. 식자재의 유통기한을 확인하고 교체할 수 있는 좋은 기회입니다. 또한 건전지 등은 아직 사용할 수 있는지, 충전이 되어 있는지 확인합니다. 9월 태풍이 북상했을 때, 유리창이 깨져서 날아가지 않도록 양생테이프를 붙이기 위해 구매가 쇠도하여 손쉽게 구입할 수 없었습니다. 지금은 태풍 시즌이 아니지만, 만약의 사태에 대비해 양생테이프 등을 방재용품이나 롤링스톡 항목에 포함시켜도 좋을 것 같습니다. 방재가방이나 롤링스톡에 포함시키는 좋은 물품의 명단은 정보지 FCIF 2019년의 3·4월호에 게재되어 있습니다.

<http://www.fcif.or.jp/wp-content/uploads/FCIF002K.pdf>



**하카타 방언을 사용해 봅시다!**

일본의 많은 방언 중에 후쿠오카는 ‘하카타 방언’을 사용합니다. 지역 주민들은 ‘표준어’라고 생각하는 단어가 실은 하카타 방언인 경우도 많습니다. 학교에서 배운 일본어는 표준어인 경우가 많아서 후쿠오카

사람들과 처음 대화할 때는 일본어가 낯설다고 느낀 분들도 많을 겁니다. 여러분들이 들어봤을 가능성이 있는 하카타 방언과 의미, 사용법을 소개합니다.

[바리~]의미: 아주, 정말 사용법: ‘바리 스고이(아주 대단해)’, ‘바리 가와이이(정말 귀여워)’ 등

참고: 후쿠오카에서 라면의 면발 삶기 정도를 주문할

3면에 계속→

**11~12월 후쿠오카시 외국인종합상담지원센터의 외국인을 위한 무료상담 일정**

| 상 담 명 | 법률상담<br>(첫째 토요일, 셋째 수요일)                     | 행정서사상담<br>(매월 둘째 일요일)               | 심리 카운슬링  |
|-------|--|-------------------------------------|--|
| 상담내용  | 일반민사, 노동, 교통사고 등<br>법률상의 문제                  | 국적, 입국, 재류자격 등                      | 생활상의 고민 등 심리상담                                     |
| 상 담 일 | 11월 7일, 18일 / 12월 5일, 16일                    | 11월 8일 / 12월 13일                    | 월요일 8:45~17:45<br>화요일 8:45~11:45<br>목요일 8:45~12:45 |
| 상담시간  | 첫째 주 토요일 10:30~13:30<br>셋째 주 수요일 13:00~16:00 | 13:00~16:00 (접수마감 15:30)            |  |
| 예 약   | 필요   | 불필요                                 | 필요(※주)   |
| 사용언어  | 통역 제외 가능<br>단, 사전 신청 필요                      | 일본어, 중국어, 영어<br>※기타 언어의 경우 사전 문의 요망 | 일본어, 영어  |

(※주) 사정에 따라 휴무일 경우도 있으니 사전에 092-262-1799로 확인해 주십시오.

때 ‘바리카타’로 주문하는 사람이 많습니다. 참고로 면 발 삶기 정도의 종류로는 삶는 시간이 짧은 순서부터 바리가네(없는 가게도 있음), 바리카타, 가타, 후쓰, 야와 등이 있다고 합니다. 바리’라는 말의 어원이 실은 영어 ‘very’라고도 하는데, 발음을 잘못 들은 사람 혹은

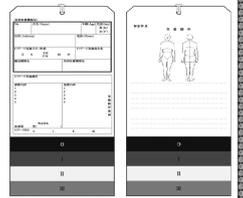
잘못 전한 사람이 ‘바리’라고 해서 지금처럼 사용하게 되었다는 이야기도 있습니다. ‘바리’는 젊은이들이 주로 쓰는 말입니다. 친한 친구 사이에서 사용하는 말이니 업무 상 대화에서는 구사하지 않는 편이 좋겠지요. 그럼 다음 호 하카타 방언도 기대하세요!

### 트리아지

는 최근 자주 듣는 단어로 프랑스어가 어원입니다. 2세기 전, 전쟁터에서 다수의 부상자가 발생해 치료의 우선순위를 정해야 할 필요가 있었습니다. 이 선택은 부상을 입은 환자의 명성이나 재산과 관계없이 그저 환자의 부상 상태를 중시했습니다. 그 목적은 의료자원을 효율적으로 공급하기 위해서였습니다. 그래도 이를 생명의 선택이라고 비판하는 의견도 있습니다. 분명 그렇습니다. 하지만 긴박한 상황에서 다른 방법이 있을까요? 오늘날, 예를 들면 큰 자연재해로 인해 엄청난 수의 환자가 의료시설로 몰려들었을 때 동일한 조치가 취해집니다. 누가 당장 치료를 받아야 할 지, 우선순위는 아래와 같이 색깔별로 분류됩니다. 중상이지만 치료하면 나올 수 있다고 기대되는 경우에는 빨간색 카드를 붙이고 즉시 치료를 시작합니다. 그 다음 순서로는 노란색 카드. 외견상 괜찮아서 치료를 서두를 필요가 없다고 판단한 경우에는 녹색 카드. 말하자면 대기상태를 말합니다. 호흡도 하지 않아서 가망이 없는 경우에는 검은색 카드, 말하자면 치료 불필요 선고입니다. 분류방식으로는 많은 사람들이 이해하고 협조할 수 있을 겁니다. 하지만 때로는 최초의 판단이 예상치 못한 결과를 초래하는 일도 있습니다. 필자의 오랜 응급외래 경험으로 봤을 때, 누가 최우선



이어야 했는지는 결과로만 알 수 있는 경우도 있습니다. 다음과 같은 인상적인 경험이 있습니다. 한 교통사고 현장에서 구급차로 동시에 3명이 이송되었습니다. 도착하자마자 한 남성은 가뿐하게 내려서 자신보다 먼저 들것에 누워있는 여성을 치료해달라고 합니다. 들것에는 안색이 창백한 젊은 여성이 누워 있었고, 말을 걸어도 반응이 불분명했습니다. 여성을 중증으로 판단하고 즉시 검사하기 시작했습니다. 긴급검사 결과, 이 여성에게는 어떠한 이상도 발견되지 않아 사고로 인한 정신적인 쇼크가 있다고 판단했습니다. 그런데 그러는 사이에 처음에 건강했던 남성의 상태가 점점 심각해졌습니다. 맥박도 빠르고 엄청난 양의 땀을 흘립니다. 내출혈로 인한 쇼크의 징후였습니다. 모든 스태프는 출혈부위를 확인하고 지혈조치로 갑자기 분주해졌습니다. 이처럼 응급실에서는 언제나 역전극이 발생할 수 있습니다. 최초의 판단이 잘못됐을까요? 그건 결과론으로 아무도 탓할 수 없습니다. 중대한 결단이 초단위로 요구되기 때문에 어쩔 수 없습니다. 트리아지에 있어서는 우선 세심한 주의를 기울여 관찰하고 레벨을 결정합니다. 다만 경증으로 판단한 경우라도 1-2시간은 주의깊게 지켜보고 변화가 있으면 즉시 대응할 수 있도록 조치해야 합니다. 녹색 카드라고 해서 방치하는 건 위험합니다.



### 12월1일은 세계 에이즈의 날

입니다. 에이즈는 초기발견이 중요하므로 검사를 받으십시오. 2019년 일본국내에서 새롭게 보고된 HIV 감염자는 903명, 에이즈환자는 333명, 총 1,236명입니다. 후쿠오카시내에서도 HIV 감염자 30명, 에이즈환자 21명, 총 51명의 감염자가 발생했다는 보고가 있었습니다. HIV 감염은 성감염증의 하나입니다. HIV 감염되어도 수 년 동안 자각증상이 없어서 에이즈로 진단받지 않은 감염자가 많은 숫자에 이를 것으로 추정됩니다. HIV 감염 여부를 초기에 발견하여 적절한 건강관리나 치료로 인하여 에이즈발병을 늦출 수 있습니다. 에이즈 HIV 검사는 전국 보건소에서 익명으로 실시하며 비용은 무료, 채혈만으로 이뤄지는 간단한 검사입니다. 정확한 결과를 얻기 위하여 감염 가능성이 있는 날로부터 3개월이상 지난 후 검사를 받으십시오. 코로나 바이러스 감염증-19 감염확대방지를 위하여 예고없이 검사진행이 중지될 수도 있습니다. 자세한 내용은 하기

에이즈다이얼로 문의 부탁드립니다. 통상일본어와 쉬운 일본어로 상담이 가능합니다. (빨강리본은 AIDS 환자/HIV 감염자를 향한 편견과 차별을 갖고 있지 않다는 뜻)

| 보건소  | 에이즈다이얼<br>(평일9:00~17:00) | 검사요일              | 검사접수시간      |
|------|--------------------------|-------------------|-------------|
| 히가시구 | 651-8391                 | 제1,3화요일           | 9:00~11:00  |
| 하카타구 | 441-0023                 | 목요일               | 9:00~11:00  |
| 츄오구  | 712-8391                 | 제2,4수요일           | 16:00~18:00 |
| 미나미구 | 541-8391                 | 제1,3화요일<br>(예약필수) | 9:00~11:00  |
| 쇼난구  | 822-8391                 | 수요일               | 9:00~11:00  |
| 사와라구 | 846-8391                 | 제1,3수요일           | 9:00~11:00  |
| 니시구  | 891-0391                 | 제1,3수요일           | 9:00~11:00  |



**오토시**(술집 등에서 주문한 요리가 나오기 전에 제공되는 단품요리)여러분은 이자카야(술집) 등의 음식점에서 ‘오토시’가 나와 당황한 적 없으세요? 최근 외국인 관광객이 증가하면서 ‘오토시’를 둘러싼 문제가 자주 대두됩니다. ‘오토시’는 지역마다 명칭이 다르며, 간사이 지방에서는 주로 ‘쓰키다시’라고 합니다. 술집 등에서 착석한 후 주문한 요리가 나오기 전까지 손님이 기다리지 않도록 서비스의 일환으로 제공되기 시작했다고 합니다. ‘서비스’로 시작된

오토시가 오늘날에는 ‘자릿세’로 제공되는 경우가 많습니다. 오토시는 술과 함께 즐길 수 있는 ‘술안주’종류의 요리가 많으며, 일반적인 가격은 300엔~500엔 이내인 것 같습니다. 주문하지도 않은 요리가 나와서 무료 서비스로 오해하는 사람도 많지만, 오토시는 유료입니다. 트러블 방지를 위해 착석했을 때 오토시가 나오는지, 가격, 알레르기 등으로 못 먹는 음식이 있는지를 확인합니다.



**음주운전 근절**

**술을 마셨다면 운전하지 말자! 운전하려면 마시지 말자!** 크리스마스, 연말연시로 술을 마실 기회가 많은 시점입니다. 꼭 기억해야 할 것은 술을 마시고 나서 결코 자동차, 오토바이, 자전거를 운전하면 안 되는 것. 음주운전은 도로교통법으로 금지되어 있어 엄격하게 처벌됩니다. 운전자라는 사실을 알고도 주류를 제공하거나 취기가 있는 운전자의 차에 동승하기만 해도 엄격하게 처벌됩니다. 술마신 익일 아침도 주의해야 합니다. 하룻밤 수면으로 체내의 알코올은 완전히 분해되지 않습니다. ‘나는 괜찮다’라는 생각은 금물입니다. 특히 다음 사항을 주의하십시오. 음주운전은 아주 사소한 방심에서 일어납니다. 음주 후의 이동은 단거리라도 대중교통이나 택시로. 다음 날 운전할 예정이라면 술을 적게 마시거나 예정을 변경하는 등 올바른 대책을 세워 즐거운 새해를 맞이합시다! 도로교통법에서 취기운전의 기준치가 되는 날숨 속 알코올 농도는 0.15mg/L입니다. 혈중 알코올 농도로 환산하면 0.3mg/mL (0.03%) 에 해당합니다. 이 수치는 중간 크기의 맥주 약 1병을 마셨을 때 혈중 알코올 농도에 상당합니다. 양을 떠나 술을 조금이라도 마셨다면 절대로 운전해서는 안 됩니다.

**【사례】** 취기가 오른 상태에서 승용차를 운전하다 앞차를 들이받아 바닷속으로 빠뜨려 3명의 아이를 익사시키고, 사고 후 피해자를 구조하지도 않고 도주(징역 20년), 전날 밤의 음주로 알코올이 남아 있는 상태에서 승용차를 몰고 출근하다 교통사고를 일으켜 체포, 음주 후 귀가 시에 전철을 이용했으나 집 근처 역에서 내려 자택까지 원동기 자전거를 운전해서 검거됨, 운전자가 술을 마신 사실을 알고도 동승하여 근처 역까지 태워 달라고 부탁해서 검거됨, 음식점주가 손님이 차를 가져온 것을 알면서도 주류를 제공(점주의 운전면허 정지).



**【처벌(운전자)】** 취기운전(혈중 또는 날숨 중의 알코올 농도가 일정 수치에 달한 상태에서의 운전) 3년 이하의 징역 또는 50만 엔 이하의 벌금, 음주운전(알코올 농도의 수치에 관계 없이 운전 능력이 부족한 상태에서의 운전) 5년 이하의 징역 또는 100만 엔 이하의 벌금

**【처벌(운전자 이외)】** · 차량 제공자는 운전자와 동등한 처벌 적용 · 운전자에게 주류 제공 또는 음주운전의 차량에 동승한 경우 ①취기운전=2년 이하의 징역 또는 30만 엔 이하의 벌금 ②음주운전=3년 이하의 징역 또는 50만 엔 이하의 벌금

**후쿠오카시내 일본정원 등 단풍명소**

11월은 단풍시즌입니다. 일본에서는 단풍구경을 ‘모미지가리’라고 합니다. 봄철의 꽃구경처럼 에도시대부터 단풍구경을 즐기는 문화가 있었다고 합니다. 평소 무심코 지나쳤던 길목에서 발을 멈추고 단풍을 즐겨 보세요. 고코쿠신사(護国神社) 에서 계고사거리까지 이어지는 거리에서 약 100그루의 느티나무의 가을빛을 느낄 수 있고 과거 해안선이었던 ‘요카토피아도리거리’ 주변에서도 아름답게 물든 은행나무나 단풍나무를 즐길 수 있습니다.

**이부리야미 시민의 숲(油山市民の森)**

후쿠오카시 미나미구 오아자 히바루 855-4

<https://www.shimi-mori.com/>

**미이즈루 공원(舞鶴公園)**

후쿠오카시 주오구 조나이 1-4



<https://www.midorimachi.jp/maiduru/>

**유센테이 공원(友泉亭公園)**

후쿠오카시 조난구 유센테이 1-46

입장료: 어른 1인 200엔, 어린이 1인 100엔(중학생 이하), 취학전 아동 무료

<https://yusentei.com/>

**리쿠스이엔 일본정원(楽水園)**

후쿠오카시 하카타구 스미요시 2-10-7

입장료: 어른 1인 100엔, 어린이 50엔, 취학전 아동 무료 <http://rakusuien.net/>

**오호리 공원 일본정원(大濠公園)**

후쿠오카시 주오구 오호리코엔 1-7

입장료: 일반 250엔, 만 15세 이하 120엔, 만 6세 미만 · 만 65세 이상 무료 <https://www.ohorikouen.jp/>

