

ねりまつうしん

ねんふゆごう
2024年冬号

たげん ごじょうほう しえんいん かんこくごたんとう
多言語情報支援員(韓国語担当)

そ きすく
徐 基淑

ねんみよん 冷麺

かんこくていばん めん ねんみよん かる ぐくす
韓国定番の麺は冷麺とカルグクスです。

むかしは、そばが穫れる北で押し出し式の

ねんみよん こむぎ と みなみ ほうちょうぎ
冷麺、小麦が穫れる南では包丁切り

めん かる ぐくす しゅりゅう いま かんこく まち
麺のカルグクスが主流だったそうです。今では韓国のどの町

でも両方食べることができます。作り方だけでなく、食べ方

あじ たいしょうてき
も味も対照的です。

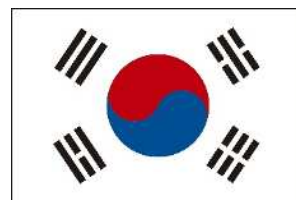
そのなかでも今回は、冷麺についてお話しします。

ねんみよん ちょうせんおうちょうじだい ねん ねん ほんざい る ー つ
冷麺は朝鮮王朝時代(1392年~1910年)から存在し、ルーツ

げんざい きたちょうせん かんこく ねん ちょうせんせんそう
は現在の北朝鮮にあります。韓国には、1950年に朝鮮戦争が

お きたとき、みなみ のが きたがわ ひとびと つた
起きたとき、南に逃れた北側の人々によって伝わったといわ

れています。



ほんらい さむ ふゆ あたた おん どん べ や かんこく つか
本来は寒い冬に 暖かいオンドル部屋（韓国でよく使われてい

ゆかたんぼう へ や
る床暖房がある部屋）の

なか た りょうり
中で食べる料理です。



た ひと なか ねんみょん さき む にく ぴん で と っ
よく食べる人の中では、冷麺より先に蒸し肉やピンデトツや

まんど う などをつまみに 酒を飲む「先酒後麺

（ソングジュフミョン）」という習慣があります。

ねんみょん しゅるい
冷麺には、いくつか種類があります。

む る ね ん み ょ ん びょんやんはっしょう む る みず い み
ムルネンミョンは平壤発祥です。ムルは「水」を意味する

ことば かた し めん うえ したあじ にくるい たまご
言葉です。固く締めた麺の上に下味をつけた肉類・ゆで卵・

き む ち きんしたまご なし も つ さいご ゆっす よ
キムチ・錦糸卵・梨などを盛り付けます。最後にユッスと呼ば

れる肉のダシと、トンチミ（大根の水キムチ）の汁を合わせた

とうめい たんぱく つめ すーぶ できあ
透明で淡泊な冷たいスープをかけて出来上がりです。

びびんねんみよん はむふうんはっしょう びびん ま
ビビンネンミョンは咸興発祥です。ビビンは「混ぜ」を
いみ ことば
意味する言葉です。

めん たまご きゅうり
麺にゆで卵・キュウリの

せんぎ やんによむ
千切りなどにヤンニョムを

さかな さしみの
からめた魚の刺身を乗せて、

よくかき混ぜてから食べます。



ちんじゆねんみよん ぎょかいだしすーぷ だんりよく ふとめん こま きざ
晋州冷麺は、魚介ダシスープ、弾力のある太麺、細かく刻ん
たまご や ぎゅうにくちぢみ も つ とくちょう
だ卵焼きと牛肉チヂミを盛り付けることなどが特徴です。

みなさんもぜひ、食べてみてください。

じぎょうすいしんがかり 事業推進係からのお知らせ

ぶんかこうりゅう じょうほう ことば じょうほう <文化交流ひろば情報コーナーをご利用ください>

にほんごがくしゅう じょうほう がいこくじん せいかつじょうほう たげんご ていきょう
日本語学習の情報や外国人のための生活情報などを多言語により提供します。

ばしょ ねりま くひかり おか
【場所】 練馬区光が丘3-1-1

でんわ
【電話】 03-3975-1252

かいせつにちじ へいじつ ごぜん じ ごご じ ど にち しゅく ごご じ じ
【開設日時】 平日（午前10時～午後1時）、土・日・祝（午後1時～4時）

ねんまつねんし ぶんかこうりゅう きゅうかんび のぞ
※年末年始など「文化交流ひろば」休館日を除く

たいおうげんご えいご か もく ど ちゅうごくご すい きん にち かんこくご げつ
【対応言語】 英語（火・木・土）、中国語（水・金・日）、韓国語（月）

た げんご と あ
※その他の言語はお問い合わせください。

がいこくごそうだんまどぐち りょう <外国語相談窓口をご利用ください>

ちいきしんこうかじぎょうすいしんがかり えいご ちゅうごくご かんこくご たがろぐご にほんご
地域振興課事業推進係では、英語・中国語・韓国語・タガログ語・日本語でいろ
ろな相談ができます。電話での相談も受け付けます。

ばしょ ちいきしんこうか くやくしよほんちようしゃ かい ねりまくとよたまきた
【場所】 地域振興課（区役所本庁舎9階） 練馬区豊玉北6-12-1

でんわ
【電話】 03-5984-4333

かいせつにちじ へいじつ ごご じ じ
【開設日時】 平日（午後1時～5時）

たいおうげんご えいご げつ きん ちゅうごくご げつ きん かんこくご きん たがろぐご げつ
【対応言語】 英語：月～金、中国語：月～金、韓国語：金、タガログ語：月

た げんご と あ
※その他の言語はお問い合わせください。

にほんじん がいこくじん こうりゅう いべんと かいさい くわ <日本人と外国人が交流できるイベントなどを開催しています。詳しくはこちら>

くこうしき
【区公式HP】 <https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

コード
【QRコード】



ねりまうちいきしんこうかじぎょうすいしんがかり
練馬区地域振興課事業推進係
〒176-8501

ねりまくとよたまきた
練馬区豊玉北6-12-1
ねりまやくしよほんちようしゃ かい
練馬区役所本庁舎9階

でんわ
電話03（5984）4333

e-mail:CHIIKI17@city.nerima.tokyo.jp

へんしゅう ぶんかこうりゅう
編集：文化交流ひろば
ひかり おか
（光が丘3-1-1）

たげんごじょうほうしえんいん
多言語情報支援員

むらき なおこ えいごたんとう
村木 直子（英語担当）
さとう ゆきえ ちゅうごくごたんとう
佐藤 雪恵（中国語担当）
そ きすく かんこくごたんとう
徐 基淑（韓国語担当）