

نشرة عمر دورية

العدد الأول ٢٠١٣ - ٢٠١٢

بصدرها مركز الإعلام و الثقافة
سفارة اليابان في جمهورية مصر العربية

Information Bulletin - JAPAN

2013 1st / No.293

Issued by Information and Culture
Center, Embassy of Japan in Egypt



اليابان

التبادل الرياضي

スポーツを通じた日エジプト交流



ومصر



بين اليابان



٣ رسالة من السفير
٤ صفحات خاصة
التبادل الرياضي
بين اليابان ومصر

03 奥田大使からのメッセージ
04 特集 スポーツを通じた
日エジプト交流

写真で見る日本のスポーツ 05

アル・アハリー，日本上陸！ - FIFAクラブワールドカップ・ジャパン2012 06-07

エジプトの「ニュー・ヒーロー」大砂嵐 08-10

日本の国技，相撲とは 11

JICAシニアボランティア・小山先生の柔道指導 in アレキサンドリア 12

スポーツ分野における日本人専門家の派遣 / スポーツ精神「心・技・体」とラシュウン賞 13

エジプトに合気道を広めたい - カイロの合気道教室 14

15 出来事

「エル・ベヘイラ県医療環境改善計画」引渡式 15

「モ／フエイラ県タラー市腎臓医療専科改善計画」引渡式 15

「第二の太陽の船発掘のための太陽光発電機材整備計画」引渡式 16

日エジプト首脳会談 in ニューヨーク 16

日本留学フェア in カイロ・アレキサンドリア 17

18 文化

肥田大使公邸料理人の和食レシピ④ちゃんこ鍋 18
書評 19

20 観光

ぶらり訪れたい日本の街角：ウィンタースポーツのメッカ，北海道 20-21

22 日本に暮らすエジプト人

タンヌール舞踏家，サイド・アブデルハーディさん 22-23

24 ピクチャー・タイム！ / 編集長より

Information Bulletin JAPAN No.293
Sports Exchange between Japan and Egypt
スポーツを通じた日エジプト交流

Editor-in-chief : Hideaki YAMAMOTO 山本 英昭
Editor : Kenta SUZUKI 鈴木 健太
Designer : Miyuki FUJITA 藤田 美幸

Issued by: 在エジプト日本国大使館 広報文化センター
Information and Culture Center, Embassy of Japan in Egypt

Address: 81 Corniche El Nil St., Maadi, Cairo
TelNo.: 02-25285903/4 Email: culture@ca.mofa.go.jp
URL: http://www.eg.emb-japan.go.jp

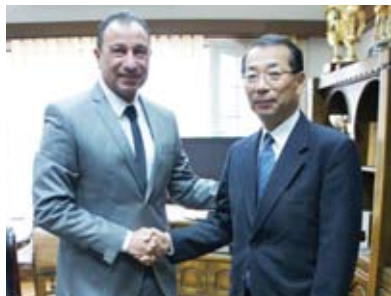
نشرة «اليابان» الإعلامية العدد رقم ٢٩٣
التبادل الرياضي بين اليابان ومصر

رئيس التحرير : هيدياكي ياماموتو
خبري : كينتا سوزوكي
تصميم : ميوكي فوجيتا

إصدار :
مركز الإعلام والثقافة، سفارة اليابان بمصر
العنوان : ٨١ شارع كورنيش النيل، المعادي، القاهرة
تليفون : ٠٢ ٢٥٢٨٥٩٠٣ / ٢٥٢٨٥٩٠٤
البريد الإلكتروني : culture@ca.mofa.go.jp
http://www.eg.emb-japan.go.jp

رسالة من السفير

奥田大使からのメッセージ



في النادي الأهلي مع كابتن محمود الخطيب نائب رئيس مجلس إدارة

この冬のカイロは例年以上に冷え込みましたが、「あるやばん」の読者の皆さんは元気でしょうか。

今回の「あるやばん」では、スポーツ交流について特集しています。当ではサッカーをはじめとしてスポーツが盛んですが、昨年12月に日本で開催された「FIFAクラブワールドカップ2012」に、アフリカ王者としてアル・アハリーが出場し、素晴らしいパフォーマンスを披露してくれたのは記憶に新しいところです。その他にも、日本の国技である相撲界に飛び込んだ一人の若い力士「大砂嵐」は、1984年のロサンゼルス五輪で銀メダリストに輝いたラシュウン選手と並んで、現在、日本で最も有名なエジプト人の一人です。また、日本の伝統的スポーツである柔道や合気道などの分野で、多くの日本人の方がその素晴らしいさを伝えるためにエジプトで長年活動してきました。

スポーツの力は私達が想像する以上に大きいものです。他国の人々との関係を円滑にするだけでなく、子ども達の健全な成長に大きく影響し、日々の生活に活力を与え、国民の一体感を高めます。革命後の移行期において、エジプトの皆さんが一致団結し、対話と諸改革の遂行を通じて、次世代のための国造りに引き続き取り組まれることを強く期待しています。

本年9月7日に2020年オリンピック開催都市が決定しますが、イスตันบูลとマドリッドと共に、「東京都」も最終候補地としてノミネートしており、1964年東京五輪以来となる2度目の五輪開催を目指しています。

この特集では、エジプトの皆さんに日本のスポーツの魅力を思う存分にお伝えするとともに、両国間のスポーツ分野における様々な交流について知ってもらいたいと思います。

在エジプト日本国大使 奥田紀宏

أتمنى أن يكون السادة قراء مجلة اليابان بخير وبصحة جيدة، خاصة أن القاهرة هذا العام تعرضت لموجة باردة لم تشهدها في السنوات السابقة.

خصصنا هذا العدد من مجلة اليابان للحديث عن التبادل الرياضي، خاصة أن الرياضة في مصر تتمتع بشعبية واسعة خاصة رياضة كرة القدم، ولعله ما يزال حديثاً في الذاكرة للعب المميز الذي أمتعنا به النادي الأهلي في "كأس العالم للأندية ٢٠١٢" والذي أقيم في اليابان وشارك فيه النادي الأهلي كبطل أفريقيا. في الحقيقة لا يقتصر النشاط الرياضي المصري على كرة القدم ففي رياضة السومو التي تعد إحدى الرياضات القومية في اليابان هناك اللاعب المصري الشاب "أوسونا أراشي" الذي يعد من أشهر المصريين في اليابان الآن، ولعله في شهرته يذكرنا بلاعب الجودو المصري الذي اشتهر في اليابان جداً منذ عام ١٩٨٤ في أولمبياد لوس أنجلوس التي حصل فيها على الميدالية الفضية وثاني العالم في الجودو. كذلك هناك العديد من اليابانيين الذين يقومون بأدوار متميزة في مصر منذ سنوات طويلة ويساهمون في تدريب المصريين على الرياضات اليابانية التراثية التقليدية الأخرى كالجودو والأيكيدو وغيرها من الرياضات.

في الحقيقة تفوق الرياضة في دورها وتأثيرها تخيلنا بمرحل. فلا يقتصر دورها على تحسين العلاقات مع الدول الأخرى فقط بل هي أيضاً لها دور أساسي في النمو الصحيح المتكامل للأطفال بل إن الرياضة تضفي نوعاً من البهجة على الحياة اليومية للمواطنين وتساهم بشكل أساسي أيضاً في إعلاء روح التماسك والشعور بالوحدة بين أبناء الوطن الواحد. وأتمنى بشدة أن يمتسك الشعب المصري ويتوحد في الفترة الانتقالية التي تمر بها مصر بعد الثورة، وأن يقوموا بالتحرور وإنجاز الإصلاحات المطلوبة لتسليم مصر بأسان إلى الأجيال القادمة وبإنها بناءً سليماً قوياً.

ستتقري في السابع من شهر سبتمبر من هذا العام المدينة التي ستحتضن باستضافة أولمبياد عام ٢٠٢٠، وتم ترشيح طوكيو مع اسطنبول و مدريد في المرحلة النهائية ليتم الاختيار بين الثلاث مدن، ونطمح أن تكون طوكيو هي المدينة المختارة لتستضيف الأولمبياد للمرة الثانية حيث استضافته للمرة الأولى في عام ١٩٦٤.

هنا من هذا العدد هو تعريف السادة القراء بمواطني جاذبية الرياضات اليابانية، وكذلك التعرف بمختلف أنواع التبادل الرياضي القائم بين اليابان ومصر في مجال الرياضة.

نوريهيرو أوكودا
سفير اليابان لدى مصر

التبادل الرياضي بين اليابان ومصر

特集 スポーツを通じた日エジプト交流

كنا محظوظين حيث وانتنا الفرصة لمشاهدة مباريات الجودو في بطولة مصر للجودو تحت سن السابعة عشر ومباريات الكاراتيه التي أقيمت في مصر الجديدة، ودهشنا من الحماس والنجاح الذي شاهدناه، فقد وجدنا شباباً مصريين تجمعوا من مختلف أنحاء مصر يلعبون بمنتهى الحماس رياضات الجودو والكاراتيه اليابانية الأصل وذلك مع تشجيع حماسي من أهلهم وأصدقائهم. تحظى الرياضات اليابانية والفنون القتالية بشهرة واسعة في مختلف أنحاء العالم ويقام كثير من المسابقات الدولية في أماكن عدة، ولكننا سعدنا جداً عندما علمنا أن مصر أيضاً بها العديد من الشباب الذين يمارسون الرياضات اليابانية. وفي مجال رياضة السومو التي تعد إحدى الرياضات اليابانية العريقة هناك لاعب مصري يحترف هذه الرياضة الآن. وهذا العدد من مجلة "اليابان" خصصناه للتبادل الرياضي، ونود أن نتابع التبادل الرياضي المصري الياباني في مجال الرياضة. (مرحرو مجلة اليابان)

تم تسليم اللجنة الدولية
المسؤولة عن
الأولمبياد
النهائي لترشيحات
المدن المضيفة
للأولمبياد لعام ٢٠٢٠



قامت اليابان في يوم ٧ يناير بتسليم اللجنة الدولية المسؤولة عن الأولمبياد الملف النهائي والتفصيلي لخطة استضافة طوكيو للأولمبياد والأولمبياد البارالمبية لعام ٢٠٢٠، وعقدت في يوم ١٠ من نفس الشهر مؤتمر صحفياً بلندن.

وذكر السيد تاكيدا رئيس اللجنة المسؤولة عن الخطة التفصيلية لعقد الأولمبياد في طوكيو: "إننا على ثقة تامة أننا قادرون على أن نجعل أولمبياد طوكيو مثل أولمبياد لندن تماماً مكاناً بحيث يعطي حماساً يتخطى الأجيال، لذلك جعلنا شعار الأولمبياد "اكتشف الغد" وننتوي أن يكون الأولمبياد مليئاً بالمهرجانات والاحتفالات التي توصل للعالم حماس الشعب الياباني وشغفه بالرياضة"

كما قال محافظ طوكيو السيد إينوسى: "عندما شاهدت مباريات الأولمبياد العام الماضي والذي أقيم في لندن شعرت بحماس ملاكبي ولعل هذه هي القوة الخفية التي يحملها الأولمبياد خاصة عندما استمعت إلى الصيحات العالية التي ملأت الملاعب. وأتمنى أن نقيم في طوكيو أولمبياداً رائعاً مثل أولمبياد لندن. أتمنى أن يقدم أولمبياد طوكيو ٢٠٢٠ للعالم نموذجاً عن أكثر مدينة بالعالم أمانة ومتقدمة وأن يكون مليئاً بالاحتفالات الديناميكية. قدمت لندن في أولمبياد العام الماضي مثلاً للمدينة الناضجة وأثبتت ذلك للعالم وأتمنى أن تثبت طوكيو ذلك للعالم أيضاً. أثق تماماً أن طوكيو ستكون مدينة مليئة

بالأمل يسقط فيها كل فرد من أفرادها، كما أنني على ثقة تامة أننا قادرون على استقبال ضيوف الأولمبياد الأعزاء بكل ترحاب وحرارة.



1964 Summer TOKYO
1972 Winter SAPPORO
1998 Winter NAGANO

2020 Summer TOKYO ??

الرياضة في اليابان من خلال الصور

写真で見る
日本のスポーツ

الكاراتيه

للرياضة

تاريخ طويل باليابان. يقال إن رياضة السومو التقليدية بدأت منذ عصر أسوكا. فقد كانت رياضة السومو تستخدم كوسيلة لإنهاء الصراعات بين القرى المتحاربة. ويرتبط كثير من قواع لعبة السومو ارتباطاً وثيقاً بتعاليم دينية الشنتو، وتوجد برياضة السومو القديمة طقوس دينية خالصة حيث كان الانتصار أو الهزيمة بالمباراة يعد وسيلة لتوصيل إرادة الشخص إلى الآلهة.

ومع الدخول في عصر إيدو، بدأت الرياضات الترفيهية تحصد شعبية واسعة في اليابان ومع إصلاحات عصر مييجي، تحولت الرياضة إلى مادة تعليمية تدرس بالمدارس. وتعد رياضة البيسبول التي ظهرت باليابان منذ عام ١٩٢٠ إحدى أكثر الرياضات شعبية باليابان لجميع الفئات العمرية. ومع الدخول في التسعينيات تصاعدت شعبية كرة القدم بطريقة هائلة غير مسبوقه وذلك تزامناً مع افتتاح دوري المحترفين لكرة القدم باليابان. وتأثرت رياضة الكرة الطائرة وكرة السلة بكرة القدم وأصبحت رياضات احترافية مما ساعد في تعدد الرياضات المختلفة وتنوعها الآن باليابان.

تلعب الرياضة دوراً هاماً جداً باليابان فهي إحدى المواد الدراسية الأساسية حيث تدرس الرياضة أسبوعياً بالمدارس. وفي السنوات المتقدمة من المرحلة الابتدائية يمكن للطلاب أن يلتحق بنادي الأنشطة الرياضية الذي يقام بعد اليوم الدراسي، أما في المرحلة الإعدادية والثانوية فيلتحق الطلاب بأحد نوادي الأنشطة الرياضية ويكتسب من خلال ممارسة الرياضة روح اللعب الجماعي واحترام القواعد والتعليمات.

وبالإضافة إلى دراسة الرياضة بالمدارس، يمكن أيضاً التدريب منذ الصغر على كثير من الرياضات اليابانية التقليدية مثل الجودو والكاراتيه وذلك من خلال الصالات والأندية الرياضية الموجودة بالأحياء. أيضاً بالنسبة لرياضة السباحة والتدريبات البدنية يمكن تعلمها خارج المدرسة في المراكز الرياضية الخاصة مثل مدارس السباحة، حيث تتمتع بشعبية واسعة جداً.

الجودو

الكيندو

أيكيدو

بيسبول

كرة القدم

الرياضات
الشتوية



6



في الهرم في الثالثة عشر من عمره



(أعلى) عندما كان لاعباً في منتخب مصر للسومو، هزم أقوى لاعب ياباني في البطولة الدولية التي أقيمت في بولندا في عام ٢٠١٠
(يسار) حصل على الميدالية البرونزية في اللعب الفردي في بطولة إستونيا الدولية في عام ٢٠٠٨



(يمين) أوسونا أراشي مع الفريق المصري في نفس بطولة إستونيا وقد ساهم أوسونا أراشي بلعبه المتميز في حصول الفريق على الميدالية الفضية



في الكلية مع أصدقائه



أوسونا أراشي في ميدان التحرير قبل مجيئه إلى اليابان مباشرة. دائماً أفخر بانتمائي إلى بلدي الأم مصر

أحد الأشخاص وكان يعمل مدرباً رياضياً في أكاديمية الشرطة، وتعرفت عليه بالصالة الرياضية التي كنت أتردد عليها، وكانت هذه هي بداية ممارستي لرياضة السومو. وفي الحقيقة شعرت بمראה شديدة عندما هزمني شخص معي في الصالة الرياضية يقلّ عني بدنياً فقد كنت بنيتي الجسدية أكبر من كثير من قرناتي في نفس المرحلة العمرية. وكانت هذه الواقعة هي نقطة التحول التي جعلتني أقرر أن أمارس رياضة السومو وبدأت في التدريبات الجدية الشاقة.

كيف قررت أن تترك وطن الأجداد وتأتي إلى اليابان؟

بعد شهر واحد من بداية تدريبي على السومو شاركت في سباق دوري السومو المصري وحصلت فيه على المركز الثاني، وفي السنة التالية حصلت المركز الأول. وفي دوري السومو العالمي والذي أقيم بإيستونيا حصلت مع فريقي في اللعب الجماعي على المركز الثاني، وفي اللعب الفردي على المركز الثالث، إلا أنني لم أستطع الفوز أبداً على اللاعبين اليابانيين على الرغم من تفوقي في البنية عنهم. وعرفت بعد ذلك أنهم يتدربون أكثر من كل لاعبي الدول الأخرى. وبعد عودتي إلى مصر بدأت أشعر بأن التدريب بمصر غير كاف وبدأت أفكر بجدية في التشرب الاحترافي على السومو باليابان. راسلت العديد من الأمان ولكن عندما وافق المدرب أوتاكي على استقبالي كنت سعيداً جداً وما زلت أذكر هذه السعادة.

أحرزت العديد من النجاحات والنتائج المدهشة منذ بداية لعبك ولكن ما هو تقييمك لنفسك؟

أشعر بضغف نفسي لأنني أول لاعب سومو يمثل أفريقيا والشرق الأوسط، ولكنه في نفس الوقت دافع لي للمقاتلة والاجتهاد. عند خسارتي لأية مباراة أعمل دائماً على محاسبة نفسي وسؤالها لماذا خسرت وأحدد النقاط التي يجب علي تحسينها في المباريات التالية. هدفي هو الوصول إلى مرتبة "اليوكوزونا"، ولكن مبدئياً أود أن أصل إلى مرتبة "الجوريو" (يرجى الرجوع إلى هرم ترتيب درجات ومراتب الجودو صفحة ١١) وأن أدعو والذي إلى اليابان.

كيف تجد الحياة باليابان خاصة أن الثقافة والبيئة تختلف كثيراً عن مصر؟

في الحقيقة قد يعاني المسلمون كثيراً مما يخص الأطعمة وذلك لأن لحم الخنزير يوجد بالعديد من الأطعمة اليابانية، ولكن بالنسبة لي فإن

بطل مصر الجديد! عبدالرحمن شعلان : أوسونا أراشي «عاصفة كبيرة»

エジプトの「ニュー・ヒーロー」
大砂嵐



التدريبات في فرقة المدرب أوتاكي تبدأ في الساعة والنصف صباحاً من كل يوم. يدومون يومياً على التدريبات الشاقة.

©Nippon.com



©Nippon.com

مقابلة صحفية مع لاعب السومو أوسونا أراشي

ما الذي دفعك لتعلم رياضة السومو بمصر؟
في الحقيقة عندما كنت طفلاً لم تكن رياضة السومو معروفة بمصر على الإطلاق. وكنت أنا أيضاً لا أعرفها حتى دعاني بالصدفة إليها

الرجوع إلى صفحة ١٨ طريقة إعداد أكالات يابانية لطاهي السيد السفير) لذلك لا أعاني إطلاقاً فيما يخص الطعام. طاجن التشانكو إحدى الأكالات المفضلة لدي جداً.

ما هي الصفات التي تراها جيدة لدى اليابانيين والمجتمع الياباني؟

اندشت كثيراً من التزام اليابانيين العالي بالقواعد كما أن اليابان حقاً دولة منظمة. ومن أكثر النقاط التي أراها رائعة لدى اليابانيين هي مآثرتهم الشديدة وإصرارهم على الإكمال للنهاية.

ولكن على الجانب الآخر هناك كثير من القواعد الملزمة والقيود فيالنسبة للسومو محدد لنا وقت النوم والاستيقاظ، ووقت الطعام، ووقت التدريب، ووقت الراحة، حتى أن وقت الخروج محدد بحزم، ولكن على أي حال هذا أمر طبيعي مادمت قررت ممارسة السومو واحترافه باليابان.

ما هو حلمك المستقبلي؟

أتمنى أن يقوم الجميع بتقييمي على أساس قدراتي بلعبة السومو بغض النظر عن أي جنسية أو ديانة أو عرق أنتمي إليها. كذلك على مستوى معجبي ساكون سعيداً جداً أن يزداد عدد المعجبين بي كلاعب سومو أو من أعجب بي من خلال تعرفه على شخصي (أوسونا أراشي) وليس لأنني أتيت من الشرق الأوسط أو لأنني مسلم.

كذلك أتمنى من كل قلبي أن أساهم برياضة السومو في تقوية العلاقات بين مصر واليابان.

و أخيراً ماهي رسالتك إلى الشعب المصري؟

تمر الآن مصر بفترة انتقالية صعبة غير مستقرة بعد ثورة ٢٥ يناير ولكني أتمنى أن يتكاتف الشعب المصري جميعاً للخروج من هذه الأزمة. مسلمو مصر ومسيحيوها، لون البشرة، إخوان مسلمون أو لغير اللون هناك العديد من الخلافات والاختلافات ولكن كل هذه لاغير حقيقة أن كلنا مصريون. لابد لنا جميعاً أن نتكاتف وأن يساند بعضنا البعض ونعاون للخروج من الأزمة.

مع كل يوم جديد أسير في طريقني إلى الوصول إلى مرتبة "اليوكوزونا" حاملاً حنيني إلى مصر.

الموقع الرسمي لللاعب أوسونا أراشي،
http://www.fac
ebook.com/bo
odysumo



السومو رياضة قومية يابانية

日本の国技、相撲とは？

رياضة السومو ليست مجرد رياضة باليابان، بل هي رياضة الدولة التي تجتمع بها الفنون القتالية مع المراسم. يتصارع اثنان من اللاعبين الأقوياء على الحلبة. يتعلم لاعبو السومو طريقة حياة (طريق السومو) ولا يقتصر ذلك على المكسب والخسارة فقط بل في التدريبات اليومية والحياة. مؤخراً بدأت أعداد اللاعبين الأجانب الذين يتوافدون على عالم السومو بالازدياد.

رياضة السومو رياضة يابانية قتالية يتقاتل فيها اثنان من اللاعبين بالأيدي المجردة يرتدون قطعة من القماش صغيرة تلف منطقة الوسط تسمى "الفون دوشي". ويتقرر فيها الفوز أو الخسارة بتغلب أحد اللاعبين بالإطاحة باللاعب الآخر أو إخراجة خارج حلبة المصارعة. يوجد ٧٠ نوعاً من الحركات التي تقرر الفوز، ومن أكثرها شهرة حركة (البوري كيري) والتي يقوم فيها اللاعب بتقريب جسده من زميله ودفعه خارج الحلبة، كذلك هناك حركة "أوى تى ناجي" و"شوتا تى ناجي" حيث يقوم اللاعب بالإمساك بزميله من منطقة الوسط ورفع وإلقائه.

تقام سنوياً بدايةً من شهر يناير كل شهرين مسابقة سومو (مسابقة لمدة أسبوعين) ويتقرر بناءً على هذه المسابقة ترتيب اللاعب ودرجته (من أعلى مرتبة وهي اليوكوزونا وحتى أقل المراتب وهي جونوكوتشي). يطلق على اللاعبين من مرتبة "جونوكوتشي" وحتى "ماكوشيتا" (شباب السومو)، ومن أعلى من ذلك يطلق عليه "سيكي توري" ويبدأ من أول هذه المرحلة في الحصول على راتب.

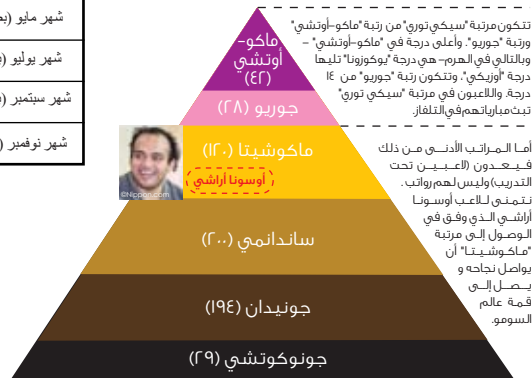
ينتمي لاعبو السومو إلى ما يطلق عليه "هيا" أو فرق موجودة بطوكيو وضواحيها. ويتشارك اللاعبون هناك المعيشة والنوم ويتدربون يوماً من بعد الصباح الباكر على السومو. وبعد الانتهاء من التدريبات الصباحية الشاقة يقوم اللاعبون بتنظيف الحلبة بأنفسهم وكذلك التجهيز (طاجن التشانكو) بأنفسهم. (طاجن التشانكو) يطلق على طعام لاعبي السومو وهو ذو قيمة غذائية عالية حيث يحتوي على الخضراوات مع السمك أو اللحوم أو الدجاج. إن بناء جسد رياضي قوي هو أحد مهام لاعبي السومو. ورياضة السومو ليست فقط عالم شاق من الانتصار والهزيمة بل هي أيضاً مكان لتعلم الحياة ذاتها. لا يقتصر تعلم لاعبي السومو على قوانين المكسب والخسارة بل يتعلمون أيضاً من التدريبات اليومية الشاقة ومن الحياة داخل غرف السومو طريقة المعيشة في (طريق السومو).

الجدول السنوي لمباريات السومو

تقام سنوياً ٦ بطولات في مختلف أنحاء اليابان يطلق عليها "هون باشو". بخلاف الـ "هون باشو" يقوم اللاعبون بدورة في أقاليم اليابان أو بالدول الأخرى.

البطولة	مكان البطولة
شهر يناير (البطولة الأولى)	كوكجي كان (طوكيو)
شهر مارس (بطولة الربيع)	أوساكا
شهر مايو (بطولة الصيف)	كوكجي كان (طوكيو)
شهر يوليو (بطولة تاجوريا)	تاجوريا
شهر سبتمبر (بطولة الخريف)	كوكجي كان (طوكيو)
شهر نوفمبر (بطولة كيوشو)	فوكوكا

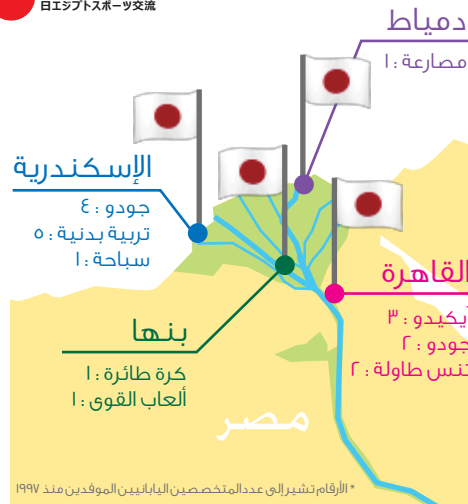
الترتيب الهرمي لمراتب السومو (بين الأقواس أعداد اللاعبين)



أوسونا أراشي

الترتيب التقليدي لمراتب السومو
كلما ازداد اللاعب ارتفاعاً في المرتبة كتب اسمه بخط أكبر وأوضح والعكس صحيح فكلما انخفضت درجته صغر حجم اسمه المكتوب حتى أنه يكاد لا يري بالعين المجردة وهذه هي إحدى العلامات المميزة لعالم رياضة السومو الذي يقبض المراتب والدرجات.

مجموع عدد لاعبي السومو (١١٣ لاعباً) طبقاً لإحصائية ٢٠١٢/٢٠١٣



إيفاد المتخصصين اليابانيين في مجال الرياضة

بدأت منظمة الجايكا منذ عام ١٩٩٧ في إيفاد المتخصصين إلى مصر وذلك في الرياضات المختلفة مثل التربية الرياضية، الجودو، وكرة الطاولة، والسباحة، والجري، والكرة الطائرة، والمصارعة وغيرها من الألعاب الرياضية الأخرى. حيث ترسل ١٢ من شباب متطوعي الجايكا، و٨ من المتطوعين الكبار أي مجموع ٢٠ متطوعاً وذلك في محافظات مصر المختلفة مثل القاهرة والإسكندرية وبنها ودمياط وغيرها من المحافظات والمدن.

* الأرقام تشير إلى عدد المتخصصين اليابانيين الموفدين منذ ١٩٩٧



ديمياط
مصارة: ١

الإسكندرية

جودو: ٤
تربية بدنية: ٥
سباحة: ١

القاهرة

أيكيدو: ٣
جودو: ٢
تنس طاولة: ٢

بنها

كرة طائرة: ١
ألعاب القوى: ١

مصر

محمد رشوان

لقاء مع كابتن محمد رشوان الحاصل على الميدالية الفضية بأولمبياد لوس أنجلوس لعام ١٩٨٤ في الوزن المتوسط. تزداد شعبية رياضة الجودو الآن بمصر ولكن من المستحيل أن نتحدث عن خلفية هذه الزيادة في شعبية رياضة الجودو دون أن نتعرض للحديث عن كابتن محمد رشوان. فلقد قدم كابتن رشوان مثلاً رائداً ونموذجاً محترماً للألعاب الرياضية وذلك في مباراته مع اللاعب الياباني ياسو هيرو ياماشيتا حيث حرص الكابتن رشوان على عدم مهاجمة اللاعب ياماشيتا في قدمه اليمنى طوال المباراة وذلك لأن اللاعب الياباني كان مصاباً في تلك القدم وعلى الرغم من أن كابتن محمد رشوان انهزم في هذه المباراة إلا أن العديد من الشباب تأثر وبهذا الموقف الرائع منه مما ساهم في ارتفاع شعبية الجودو، والآن يوجد بمصر حوالي ٢٣٠٠٠ لاعب مصري من محبي الجودو.



في مسابقة الجودو بمصر

ويقول الكابتن رشوان: "لقد استطعت بفضل ممارستي لرياضة الجودو عمل العديد من الصداقات في مختلف أنحاء العالم وخاصةً باليابان، ولكن أهم متعلمته عن طريق ممارستي لرياضة الجودو هي الأخلاقيات والآداب الموجودة بأسلوب الجودو. لذلك فأنا أحرص دائماً على تعليم الشباب والأطفال من ممارسي رياضة الجودو ضرورة المحافظة على أخلاقيات اللعبة فالأمر ليس بالقوة الجسدية فقط بل هي مزيج من القوة الروحية والأخلاقيات من "القلب، والفن، والجسد". فرياضة الجودو ليست رياضة تسعى إلى مجرد النصر أو الهزيمة فقط بل تهتم بالقوة الروحية والأخلاقيات.

وقد أطلقت ساقية الصلوي الثقافية في شهر سبتمبر من عام ٢٠١٠ جائزة "رشوان" للأخلاق الرياضية



مراسم مسابقة كابتن رشوان

جائزة رشوان:
روح الرياضة
العقل والفن
والجسد

スポーツ精神「心・技・体」と
ラシュワン賞

الرياضة اليابانية تسير جنبا إلى جنب مع مصر

エジプト人とともに歩む
日本のスポーツ

توجيات في الجودو في الإسكندرية من الأستاذ "أوياما"، من المتطوعين الكبار بهيئة التعاون الدولي اليابانية "جاياكا"

JICAシニアボランティア・小山先生の柔道指導 in アレキサンドリア



المدرّب السيد كوياما مع تلاميذه في جامعة الإسكندرية

أن يحصل لاعبو مصر على ميداليات في أولمبياد البرازيل القادم. في الأولمبياد الماضي أيضاً شاركت لاعبة سعودية مما جعلنا نشعر أن الطريق أمام ظهور لاعبات مسلمات من الشرق الأوسط بدأ في الاتساع.

٤. التبادل بين مصر واليابان في مجال رياضة الجودو

تطبق مصر أساليب الجودو الأصلية والأسس المثالية له من فنون (تاي ساباكي) و(كوزوشي)، ومن بين مدرّبي الجودو بمصر هناك العديد ممن لهم خبرة الدراسة باليابان أو التدرّب على الجودو باليابان لذلك تعد مصر من البنيات المتفوّقة جداً في التدريب على الجودو.

٥. رسالة إلى الشعب المصري، وكذا كل طموحاتك أثناء تدريبك للاعبين بمصر

لدي ثقة كبيرة أنني أستطيع أن أدرب اللاعبين بأمان فلقد قمت بتدريب متحدي الإعاقة البصرية في ماليزيا. أرحب بشدة بكل الراغبين في تعلم الجودو لذلك أتمنى من أي شخص لديه رغبة في تعلم الجودو أن يتوجه لمكتب جامعة الإسكندرية أو أن يتصلوا بي مباشرة. أطمح أن أوسع قاعدة لاعبي الجودو في مصر.

السيرة الذاتية المختصرة

السيد شيجيرو كوياما

من مواليد عام ١٩٤٧، ع ٦٥ عاماً.

التحق بإحدى الشركات التجارية الدولية الكبرى وذلك بعد تخرجه من جامعة صوفيا في عام ١٩٧٠، وأقام لأكثر من عشر سنوات بالعديد من المدن المختلفة من دول العالم مثل هيوستن الولايات المتحدة الأمريكية، ومومباي بالهند، وتاي بي بتايوان، ودبي بدولة الإمارات العربية المتحدة. وهو الآن يخطو في حياته الثانية الجديدة كمدرّب للجودو.

١. ما هو السبب الذي تجعلك ترغب في تدريب الجودو في مصر؟

لقد توقفت عن الجودو لمدة ٣٥ عاماً بعد أن بدأت العمل والان أعود مرة أخرى لممارسته وأنا في السابعة والخمسين من العمر. في البداية، كان الأمر صعباً وكنت أشعر أن جسدي متعب ولكن أصبحت أنتظر انتهاء العمل لأهروّل إلى مكان التدرّيب لأن الجودو ممتع. وبعد أن تقاعدت من العمل في عمر ٦٢.٥ تقعدت إلى الهيئة اليابانية للتعاون الدولي (الجاياكا) بطلب لقبولي كمدرّب للاعبين الجودو من متحدي الإعاقة البصرية في ماليزيا وتم قبولي بالفعل وقمت بتدريب اللاعبين على الجودو لمدة عامين في العاصمة الماليزية كوالا لامبور. ويعيش بالماليزيا الكثير من محبي الجودو من مختلف أنحاء العالم وقمت أيضاً بتدريب لاعبي الجودو الإصحاء، وفي نفس الوقت قمت بتخصيص وقت لتدريب متحدي الإعاقة البصرية مع الإصحاء. في الحقيقة، تدريب الراغبين على الجودو ممتع للغاية لذلك رغبت أن أدرب الجودو هنا في جامعة الإسكندرية بعد أن انتهيت من التدريب في ماليزيا وهكذا التحقت بالجامعة هنا.

٢. ما هو محتوى عملك هنا بالإسكندرية؟

جامعة الإسكندرية هي أول جامعة بمصر تقوم منذ عدة سنوات بتدريس الجودو كمادة علمية. أدرّس سنوياً لحوالي ٦٠٠ طالب مبادئ الجودو. وبالطبع فإن وقت المحاضرات فقط غير كاف لإتقان الجودو. لذلك فإني أقوم بعمل توجيهات إضافية خارج أوقات المحاضرات للراغبين. كذلك أقوم بتدريب الراغبين بغض النظر عن أعمارهم أو مراحلهم الدراسية أو إلى أي مكان ينتمون.

٣. ما هو مستقبل الجودو بمصر و الشرق الأوسط؟

تعتبر مصر من أكثر الدول بالعالم ارتفاعاً في مستوى الجودو. في أولمبياد لندن تقدم لاعبون في المستوى الخامس مما زاد من عزيمته اللاعبين. ونأمل



لا يقتصر التعلم من السيد كوياما على فنيات الجودو فقط بل الكثير من القيم والمبادئ أيضاً

في البحيرة



اليابان تدعم الخدمات الطبية الأساسية والعاجلة في البحيرة

「エール・ベヘイラ県医療環境改善計画」引渡式

أقيم في يوم ١٨ أكتوبر بمدينة تلا بمحافظة المنوفية حفل افتتاح وحدات الغسيل الكلوي المقدمة كمحطة من اليابان.

وقد حضر من الجانب الياباني سفير اليابان بمصر السيد نوريهيرو أوكودا، ومن الجانب المصري السيد محمد أنور السادات رئيس جمعية السادات للتنمية والرعاية الاجتماعية، كما حضر المهندس محمد نجيب رئيس مركز ومدينة تلا وذلك نيابة عن محافظ المنوفية الدكتور محمد علي بشر.

يهدف هذا المشروع إلى مد حبل النجاة إلى مرضى الفشل الكلوي الذين يحتاجون إلى عمل غسيل كلوي مرتين أسبوعياً على الأقل خاصة وسط معاناة مدينة تلا من نقص في عدد أجهزة الغسيل الكلوي. لذلك قامت اليابان بمنح مصر ٨ أجهزة غسيل كلوي بقيمة تكلفة إجمالية ٨٢٦٦٦ دولاراً أمريكياً أي ما يعادل ٩٦٠٠٠ جنيه مصري. ويتنفيذ هذا المشروع سيتمكن ٧٢ مريض فشل كلوي الحصول بانتظام على خدمة الغسيل الكلوي وذلك لأن أجهزة الغسيل الكلوي سيتم تركيبها في المستشفى العام الوحيد الموجود بمدينة تلا.

في المنوفية



اليابان تدعم الخدمات الطبية لعلاج أمراض الكلى في محافظة المنوفية

「モノフエイラ県タラー市腎臓医療専科改善計画」引渡式

أقيم في مدينة النوبارية بمحافظة البحيرة في يوم ١١ أكتوبر حفل تسليم سيارة إسعاف التي طيبة قامت اليابان بمنحها لمصر. وقد حضر حفل التسليم من الجانب الياباني سفير اليابان بمصر السيد نوريهيرو أوكودا، ومن الجانب المصري المهندس نبيلة مختار القاضي رئيسة جمعية حماية البيئة واستخدام الطاقة الشمسية وإحدى القائمين على تنفيذ مشروع تحسين الخدمات الطبية، والسيد علاء عبد الرازق رئيس مجلس مدينة النوبارية الجديدة بمحافظة البحيرة.

يقدم هذا المشروع خدمات طبية للمواطنين بمدينة النوبارية والعديد من القرى المحيطة بها والتي لا تتمتع بوجود خدمات طبية لذلك يضمن هذا المشروع خدمات طبية مستقرة ومنخفضة التكلفة. وتبلغ قيمة هذه المنحة ٥٣٨٣٣ دولاراً أمريكياً أي ما يعادل ٣٢٣٠٠٠ جنيه مصري. تقوم سيارة توفير الخدمات الطبية المقدمة في هذا المشروع بالتنقل في القرى التي لا تتمتع بتواجد الخدمات الطبية، حيث يستطيع حوالي ٢٥٠٠٠ مواطن أن يحصلوا على الرعاية الصحية الأولية، كما يمكن استخدامها في أوقات الطوارئ كسيارة إسعاف وبذلك بتقديم العلاج الطارئ لمرضى الطوارئ.



في قاعة تدريب نادي الصيد : توجيهات المدرب كوماجايا الحارة

المتدربين من ١٠٠ شخص فقط في بداية نشاطه ليصل إلى ٣٠٠٠ شخص الآن.

يروي لنا المدرب كوماجايا أنه من أجل رفع شعبية رياضة الأيكيدو وتعريف المجتمع بها أكثر "يتوجب علي أن أقوم بتوجيه وإرشاد فريق المدربين المصريين خاصة أنني لا أستطيع أن أزور مصر سوى مرتين سنوياً من الضروري جداً معرفة أساسيات الأيكيدو والتي تتمثل في "هيئة الوقوف"، و"المسافة الملائمة تجاه الآخر". هذه الأسس لا تنطبق على الفنون القتالية لرياضة الأيكيدو فقط، بل أتمنى ممن يمارس رياضة الأيكيدو أن يطبق ويتعلم أسس "المسافة الملائمة تجاه الآخر" على علاقته بأسرته، وعلاقته بالمجتمع وكذلك في العلاقات الإنسانية والنفسية. كما أتمنى من ممارسي رياضة الأيكيدو أن يتعرفوا على الثقافة والفكر الياباني والتي هي أساس روح الشعب الياباني وأخلاقياته".

استمر المدرب كوماجايا في الإجابة بحماس شديد على أسئلة المشاركين في التدريب وذلك لوقت متأخر من الليل بعد الانتهاء من التدريب الشاق والذي استمر ساعتين كاملتين.

ماهي رياضة الأيكيدو؟

هي مزيج من رياضات الجودو والكنو وغيرها من الرياضات القتالية والتي قام بابتكارها وتأسيسها المدرب مورييبي أوشييا وذلك بعد بحثه ودراسته للعديد من الرياضات القتالية ولا تهدف رياضة الأيكيدو إلى تعلم الفنون المختلفة لمزيمه العدو وإمتهاد إلى الدفاع وحماية النفس. ومن بين فنون رياضة الأيكيدو القتالية هناك حركة "تاتشي وازا" حيث يودي كلا اللاعبين الحركات في شكل وضع الوقوف، وهناك أيضاً حركة "سواريزا" وتمزج الورك مفردة وغيرها من الحركات التي تستخدم السيوف، والعصي، والسيوف القصيرة وغيرها من الحركات الفنية المتعددة. ويتميز فن الأيكيدو كغيره من فنون القتال اليابانية مثل الجودو والكاراتيه بالاحترام الشديد للمعلم، وللمتدرب أو اللاعب الخصم غيرهما من الأخلاقيات.

فصل تعليم الأيكيدو: يهدف إلى نشر الأيكيدو في مصر

エジプトに合気道を広めたい- カイロの合気道教室

اجتمع في نادي الصيد

بالمهندسين في شهر نوفمبر من العام الماضي العديد من اللاعبين المصريين المرتدين ملابس رياضة الأيكيدو، وذلك للحصول على توجيهات المدرب كوماجايا الذي يزور مصر مرتين سنوياً من اليابان لتدريب اللاعبين المصريين حيث يتجمع في هذا اليوم لاعبو ومحبو الأيكيدو من مختلف أندية مصر حيث اجتمع حوالي ٤٠ من اللاعبين ومحبو رياضة الأيكيدو من بينهم بعض الفتيات.



بدأ المدرب كوماجايا في تدريب المصريين على رياضة الأيكيدو منذ عام ١٩٨٠ وذلك خلال فترة وجوده بمصر للعمل وكان المدرب كوماجايا قد بدأ في ممارسة رياضة الأيكيدو منذ المرحلة الجامعية وكانت رياضة الأيكيدو في مصر في ذلك الوقت غير معروفة بالشكل الكافي مقارنة برياضة الجودو، لذلك كان يذهب لأكاديمية الشرطة لتعليم الأيكيدو هناك وهكذا بدأ في نشر رياضة الأيكيدو وتعريف المصريين بها. كان عدد لاعبي الأيكيدو بعد أول عام من بدء المدرب كوماجايا لتدريب اللاعبين ٣٠ لاعباً فقط والآن وبعد ٣٠ عام من مواصلة تدريب اللاعبين على رياضة الأيكيدو وصل عدد اللاعبين إلى ٣٠٠ لاعب خاصة أن هناك ٣ أندية رياضية بالقاهرة تدرب على الأيكيدو بالإضافة إلى أكاديمية الشرطة، وأندية بالإسكندرية أيضاً. وبعد ذلك انتقل المدرب كوماجايا إلى تركيا وواصل نشاطه في التدريب على الأيكيدو لمدة ٦ سنوات ونصف ونجح في رفع عدد



اليابان تدعم استكشاف مركب الشمس الثاني والمحافظة عليه وترميمه

平成23年度 草の根文化無償資金協力
「第二の太陽の船発掘のための太陽発電機材
整備計画」引渡式

أقيمت في يوم ٢١ نوفمبر ٢٠١٢ حفل تسليم أجهزة الطاقة الشمسية التي منحتها الحكومة اليابانية لمصر وذلك في الموقع الذي تم فيه اكتشاف "مركب الشمس الثاني". وحضر من

الجانب الياباني سفير اليابان السيد نوريهيرو أوكودا والدكتور ساكوجي يوشيمورا رئيس مركز أبحاث ترميم مركب الشمس الغير هادف للربح، وحضر من الجانب المصري السيد محسن سعيد علي أمين عام المجلس المصري الأعلى للآثار و ذلك نيابة عن الدكتور محمد ابراهيم وزير الدولة للآثار.

تبلغ قيمة هذه المنحة ١١٠,٨٠٣ دولارات أمريكية حيث تمد اليابان مصر بأجهزة الطاقة الشمسية وهي صناعة يابانية وهي تقوم بتشغيل الأجهزة الكهربائية التي تستخدم في التنقيب وحفظ وترميم مركب الشمس. وسيتم الاستفادة من أجهزة الطاقة الشمسية الممنوحة من اليابان واستخدامها في

في الجيزة



مجال الآثار وفي مواقع تنقيب أخرى وذلك بعد الانتهاء من ترميم مركب الشمس.

ومن المتوقع أن يكون مشروع ترميم مركب الشمس الثاني في منطقة الأهرامات الأثرية عند هرم خوفو نقطة جذب جديدة للسياح، وأن يسهم ذلك في تنشيط قطاع السياحة في مصر. ومن الجدير بالذكر أن هذه ليست المرة الأولى التي تدعم فيها اليابان قطاع الآثار بمصر، فقد قدمت اليابان في السابق خيمة عملاقة كانت ضرورية لإتمام عملية ترميم مركب الشمس، كذلك ساهمت اليابان في بناء المتحف المصري الكبير بالقرب من منطقة الأهرامات الأثرية.



كما قام بتنهئة الرئيس المصري الدكتور محمد مرسى عن فوزه في الانتخابات الديمقراطية التي شهدتها مصر.

وقد أعرب كلا الجانبين عن ترحيبه بعلاقات البلدين التي تميزت على طول العصور بحسن العلاقات والتي تعمقت مع الوقت خاصة مؤخراً في المجالات المختلفة مثل السياسة، والاقتصاد، والعلوم والتكنولوجيا وغيرها من المجالات. وقام رئيس الوزراء الياباني السيد نودا بدعوة الرئيس المصري الدكتور محمد مرسى لزيارة اليابان في أقرب وقت ممكن. وقد أعرب الدكتور محمد مرسى عن اهتمامه بزيارة اليابان وأنه يرغب في زيارة اليابان في الفترة الملائمة لكلا البلدين، كما عبر الدكتور مرسى عن أمله في أن تساهم الشركات اليابانية من استثمارات في مصر، وأن تسهم اليابان في تطوير شبكة الطرق بمصر للتخفيف من حدة الكثافة المرورية التي تعاني منها مصر، وكذلك أعرب عن أمله أن يزداد عدد السائحين اليابانيين إلى مصر وعدد الدارسين المصريين باليابان.

معرض الجامعات اليابانية لعام ٢٠١٢ في مصر

日本留学フェア in カイロ・アレキサンドリア

أقيم في يومي ١ و ٣ نوفمبر ٢٠١٢ "معرض الجامعات اليابانية لعام ٢٠١٢" وذلك في القاهرة والإسكندرية بالرعاية الرسمية من مكتب جامعة كيوشو، وجاء للمعرض حوالي ١٨٠٠ زائر. وقد شارك بالمعرض العديد من الجامعات اليابانية بالإضافة إلى جامعة كيوشو، شاركت أيضاً جامعة كيوتو، وجامعة ريتسوميكان، وجامعة تسوكوبا. وخلال المعرض قام ممثلو هذه الجامعات بتعريف الطلاب المصريين وأسرهم بنظم الدراسة باليابان وتقديم المعلومات اللازمة، كذلك قام مركز الإعلام والثقافة بسفارة اليابان بعمل عروض وتقديم المعلومات اللازمة عن نظام المنح الدراسية الحكومية التي تقدمها اليابان للدراسة بجامعاتها.

كانت إحدى رغبات الرئيس المصري الدكتور محمد مرسى التي أعرب عنها في المباحثات اليابانية المصرية التي تمت في نيويورك بين رئيس الوزراء الياباني والدكتور محمد مرسى الرئيس المصري (ص ١٦) هي زيادة عدد الطلاب المصريين المبعوثين إلى اليابان، ونستطيع أن نقول إن هذا المعرض يعد الخطوة الأولى المؤثرة في طريق زيادة عدد الدارسين المصريين باليابان.

في الإسكندرية



في القاهرة



ملخص محادثات القيادتين اليابانية المصرية

في نيويورك

日エジプト首脳会談
in ニューヨーク

قام رئيس الوزراء الياباني (في ذلك الوقت) السيد يوشيهيكو نودا في يوم ٢٦ سبتمبر ٢٠١٢ بإجراء مباحثات يابانية مصرية مع فخامة الرئيس المصري الدكتور محمد مرسى وذلك خلال زيارته لنيويورك لحضور اجتماع الجمعية العامة للأمم المتحدة.

وقد أعرب رئيس الوزراء الياباني السيد نودا عن بالغ احترامه وتقديره لشعب الشعب المصري الذي أحدث تغييراً سياسياً تاريخياً في العام السابق،

قائمة أطباق يابانية لذيذة المذاق وبسيطة!

من إعداد السيد هيدا
طباخ منزل السفير

簡単! おいしい!
エジプトの食材でできる、
肥田大使公邸料理人の
和食レシピ④

力士の強さの秘訣、鶏団子ちゃんご鍋



كل المواد المستخدمة يمكن الحصول عليها بسهولة في القاهرة!

عدد ٤ طاجن التشانكو السر في قوة لأعبي السومو

المكونات / لع أفراد

- ٢٥٠ جم من الدجاج المفروم (يضاف إليها بيضة ، وملح وقليل، وملعقة كبيرة من صلصة الصويا) ١/٢٠ جزرة ● ١/٤ خس كوري ١/٢ بصل ● ١ حزمة كرات فرنساي ● ٥ حبات مشروم ١/٤ حبة كرنب ● ما تفضله من الخضروات وغيرها
- شوربة الدجاج (الكمية والمكونات المطلوبة للشوربة) تسلق ١ دجاجة في ٥ لترات مياه لمدة ساعة على نار قوية : ١٥٠٠ سم من الشوربة ■ ١ ملعقة كبيرة ملح ■ ١ ملعقة كبيرة صلصة الصويا ■ ١ ملعقة كبيرة ثوم مفروم ■ ١ ملعقة كبيرة زنجبيل مفروم ■ ٢ ملعقة كبيرة زيت سمسم

طريقة العمل

- ١ تسلق ١ دجاجة في ٥ لتر من المياه مضاف إليها زنجبيل على نار قوية وذلك لمدة ساعة.
- ٢ يضاف المكونات التي أمامها العلامة ■ وتغلى في نفس الإناء.
- ٣ يضاف الخضار ويسلق.

بعد أن يتعرض الخضار للنار نضع كرات كتفة الدجاج بطول ٢ سم الواحدة *و نضع بالإناء.
وعندما تنضج كتفة الدجاج يكون بذلك طاجن التشانكو جاهزاً..

في عالم السومو ينظر إلى كتفة الدجاج على أنها جالية للحظ حيث أن الدجاج مثل الإنسان يقف على قدمين، كما أن كتفة الدجاج تشبه بـ"النجوم البيضاء"، والتي هي علامة النصر لذلك يحب اليابانيون وضعها في طاجن التشانكو.

في هذا العدد سنقدم لكم طاجن "التشانكو" الذي يتلاءم مع الطقس الذي نحن مقبلون عليه.

طاجن "التشانكو" هو طاجن يتناولوه لعبو السومو يومياً حتى يحصلوا على جسد قوي وقوام صوي، يتناولوه أيضاً لاعب السومو المصري أوسونا أرانشي طاجن "التشانكو" له أنواع متعددة فهناك ما تستخدم فيه الأسماك وهناك ما تستخدم فيه اللحوم وهناك ما يستخدم فيه الدجاج، سنقدم لكم في هذا العمود طريقة تحضير طاجن "تشانكو" الدجاج الذي يتناولوه يومياً اللاعب أو سونا أرانشي، وهو يساعد الجسد على الشعور بالدفء، وتوجد باليابان مطاعم متخصصة لتقديم طاجن التشانكو.

نتمنى أن تجربوها في بيوتكم!



書評 نقد الكتب

اليابان المعاصرة السياسة والمجتمع

現代日本 - 政治と社会

تثير كلمة "اليابان" في أذهاننا صورة ماض بعيد ومثير (ساموراي وجيشا وكامي كازي)، أو تأثير على العكس صورة حاضر يبدو أنه اقتحم المستقبل بالفعل (منتجات متطورة تكنولوجياً ومعمار بمواصفات المستقبل وغير ذلك). تعكس هذه الازدواجية تطوراً صناعياً واقتصادياً، حتى وإن أخذ في فترات حديثة مقارنة بالغرب، يضع اليابان على نفس المستوى الذي يضع فيه أكثر الأمم تقدماً في العالم، بالرغم من الثقافة والممارس الاجتماعي "المختلفين"

يمثل هذا الكتاب المختصر دليلاً إلى فهم الديناميكيات التي شكلت أساساً لتطور اليابان التاريخي والحديث والمعاصر. فهو يعيد تركيب الأحداث والعمليات والأفكار والتغيرات السياسية والاجتماعية، كما يقدم تحديثاً هاماً لتطورات الأحداث من فترة عام ٢٠٠٨ إلى ٢٠١٢.

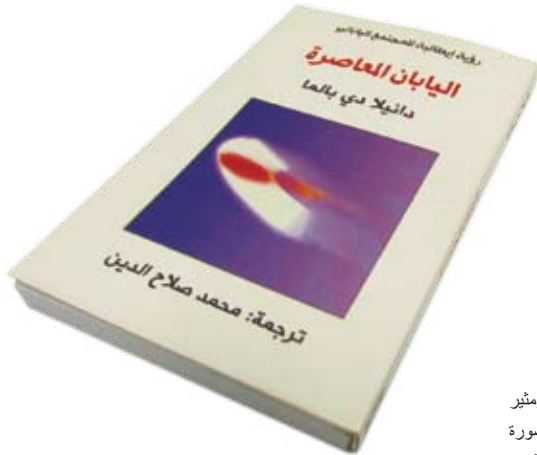
أسباب نشر الكتاب:

قامت شركة "كاروتشي للنشر" بنشر كتاب

(Il Giappone contemporaneo. Politica e Società)

(اليابان المعاصرة، السياسة والمجتمع) في إيطاليا عام ٢٠٠٨. يعمل هذا الكتاب المختصر كدليل على فهم الديناميكيات التي تحدد التطور التاريخي والحديث والمعاصر لليابان.

لا يوجد إلا عدد قليل من الكتب، بل ربما لا يوجد أي كتاب عن هذا الموضوع متوافر في مصر والعالم العربي مكتوب من وجهة نظر معاصرة وموجه إلى جمهور عربي أكثر مما هو موجه إلى جمهور متخصص. ولا يعرف في هذه المنطقة إلا القليل من المعلومات عن اليابان، خاصة في مجال السياسة والمجتمع.



الكاتب د. دانيلا دي بالما

المؤلفة، دانيلا دي بالما، عالمة إيطالية مشهورة في تاريخ اليابان المعاصر، تحمل درجة الدكتوراه في هذا التخصص. أمضت عدة سنوات في البحوث كاستاذة زائرة في الجامعات اليابانية (جامعات توهوكو، وطوكيو وكيوتو، وتيكو، وطوكيو كيزاي) وعملت في وظيفة مدرسة بجامعة روما، "لا سابينزا"، وذلك في الفترة من ١٩٩٥ حتى انتقلت إلى القاهرة في عام ٢٠٠٨.

دار النشر، جمعية نوافذ للترجمة والتنمية والحوار السعير، هاجنجا مصريا

著者
ローマ大学 講師
ダニエラ・ディ・パルマ 博士



موفرة مساراً مناسباً للجميع من المبتدئين حتى المتزحلقين على الثلج من ذوي الخبرة. وفي الوقت نفسه، في منتجع "نيسيكو جراندي هيرافو" للترحلق على الثلج يستطيع الزوار الاستمتاع بالمناظر القريبة المذهلة لجبل "يوتشي" بينما هم يتزحلقون على الثلج."

وعبر العقد الماضي، اجتذبت جودة الثلج في "نيسيكو" اهتماماً شائعاً من المتزحلقين على الثلج والمتزلجين بالواريح الثلج من خارج البلاد، مما نتج عنه حضور أعداد كبيرة من الزوار من أستراليا ونيوزيلندا إلى منحدرات "نيسيكو" أثناء فصل الصيف في نصف الكرة الجنوبي. وقد تنفق الزوار الآسيويون إلى "نيسيكو" في السنوات الأخيرة لتجربة الترحلق على الثلج. إن "نيسيكو" الآن في طريقها لكي تصبح في الحقيقة منتجعاً عالمياً للالعاب الرياضية الشتوية.

خمس عشرة منتجعاً فريداً للعيون الساخنة

وإلى جانب فنادق ومجمعات سكنية المنتجع، "نيسيكو" بها أيضاً العديد من "أونسين" أو حمامات عيون المياه الساخنة. إن إمكانية إعادة الحيوية إلى أطراف الجسد المنهكة بسبب الترحلق على الثلج من خلال تركها فترة في عين مياه ساخنة تعتبر وسيلة جذب رئيسية لكثير من الزوار. وفي المدن الصغيرة "نيسيكو" و"كوتشيان" و"رانكوشي" وحولها في التلال السفحية لقمة "نيسيكو أنوبورياري" توجد ١٥ عين مياه ساخنة على الأقل، كل منها يقدم أنواعاً علاجية ومجدة للنشاط مختلفة. وتأخذ عينا مياه ساخنة منها مياهها من "نيسيكو جوشيكي أونسين كيو" (ذات الألوان الخمسة). وجاء الاسم من المياه ذات اللون الأخضر الزرقاوي الغنية بالكبريت والمغنيسيوم، والتي تتغير قليلاً في اللون من يوم إلى يوم. ويوجد أيضاً مرافق استحمام خارجية حيث يستطيع الزوار أخذ حمام في وسط المناظر الطبيعية البكر الرائعة. وتحفظ الحافلتان اللتان في "نيسيكو أونسين كيو" بجز منعزل بعيداً عن ضجة حياة المدينة. ومياه العيون الساخنة النقية لدرجة مائة في المائة مشهورة للغاية عند السكان المحليين وعند الزوار من المتزحلقين على الثلج سواء بسواء.

ويقال إن التربة السوداء لمنطقة "نيسيكو" الغنية بالمعادن البركانية مثالية من أجل زراعة البطاطا ذات المذاق الممتاز، وينتج العديد من المنتجات محلياً. ومن الأطباق المحلية التي تستخدم هذه المواد الطبق الساخن جداً "إيموداغيجيرو" (حساء زلاية البطاطا). تسلق البطاطا وتهرس وتعجن في شكل خيوط طويلة قبل تقطيعها إلى كرات بحجم القضمة وتوضع على النار في خليط مكون من فول الصويا مع خضراوات مثل الفجل وغيره. ويقدم الحساء شهياً المذاق في "ميتشي نو إيكى" (المحطات على جانب الطريق) في الطريق القومي الشرعي وغيره من المخرج المحلية في مدينة "نيسيكو".

وفي الشتاء، يغطي الثلج العميق الحياة النباتية في "نيسيكو". بينما تمر المناظر الجبلية بتحول كبير في الربيع والصيف بمجرد وصول الجو الأكثر دفئاً في مايو.

أعلى : منظر ليلي لمدينة أوتارو
الساحلية في الطريق من
سانتو إلى نيسيكو

على الشمال : سحر هوكايدو
المتمثل أيضاً في ألوان المناظر
الطبيعية الجميلة

©Hokkaido
Tourism Organization
/JNTO

مدينة هوكايدو تعد خيراً
لأسماك والأطعمة البحرية
الطازجة.
الأعلى : طبق أرز بالسمك
والمأكولات البحرية
على الشمال : حاروبيا
(سلطعون) هوكايدو الشهيرة
كبيرة الحجم

©Fushimi
Naru/JNTO

الأعلى : زهور الميزو باشو، التفتح
بعد ذوبان الجليد.
على الشمال : تستطيع أيضاً أن
تستمتع بالعيون الساخنة

©Hilton Niseko Village

ذوبانه

ويعكس

مثل المرأة-

المناظر الساحرة

للجبال المحيطة به.

ويقول هاماجوتشي كيندو من

المؤسسة السياحية لمنتجع نيسيكو: "توجد

ثلاثة منتجعات ترحلق على الثلج رئيسية عبر التلال السفحية لقمة "نيسيكو أنيبوري"، وهذا يعطي المنطقة نطاقاً ثرياً من التنوع متاحاً للمتزحلقين على الثلج. ومنتجع نيسيكو الدولي للترحلق مشهور بمنحدراته التدرجية الطويلة الموجودة بين الأشجار النامية

(الصورة في أعلى الصفحة)
نيسيكو للترحلق على الثلج المشهور
بمناظره الجميلة حيث يطل على جبل
"يوتشي-زان" الذي يسمى أيضاً جبل
"ينوفوجي"

يمكن ممارسة العديد من
الرياضات الشتوية
بهوكايدو والاستمتاع
بالطبيعة الخلابة

هوكايدو قبلة الرياضات الشتوية

ウィンタースポーツのメッカ、北海道

نيسيكو: جنة الثلج بهوكايدو - أفضل ثلوج في العالم - وعيون الماء الساخنة الكثيرة

تقع نيسيكو في غرب هوكايدو وهي من أفضل منتجعات الترحلق على الجليد في العالم، لها شهرة عالمية بين محبي الترحلق بسبب نوعية العالية من الثلج المتموج الرقيق والذي يبلغ عمق طبقاته ثلاثة أمتار. يزورها كل عام ما يزيد عن ٧٠٠ ألف من المتزحلقين على الثلج.

مناظر توحى بالروعة والرعب - ثلوج مثالية

كلمة "نيسيكو" تعني في لغة الآينو، سكان هوكايدو الأصليين، "الجرف المنحدر". وكما يوحي الاسم، فأكثر ما يجذب الزوار إلى نيسيكو كان دائماً هو المناظر الجبلية التي توحى بالروعة والرعب. في شرقها يرتفع المخروط الكامل لجبل "يوتشي" نحو السماء، وفي شمالها توجد "نيسيكو أنيبوري" أعلى قمة في سلسلة بركانية. ويجري نهر "شينيتسو" بين هذه القمم الجبلية الجبارة، وهو من أكثر الأنهار التي على طبيعتها البكر وذات المناظر الجذابة في اليابان. ويقدم النهر مشاهد تأخذ بالآباب في الشهور الأكثر دفئاً، حيث يمثل بالثلج بعد



السيد سعيد بعد انتهاء الدورة



©2003 David Morrice & Michi Urli Boon



(الصور: ثاني يمين من أعلى) في حفل زواج صديق له / مع الأسرة.
(ثالث يمين من أعلى) السيد سعيد الأب. المتبن أن أرقص مع ابني في يوم من الأيام / معظم السوشي الدوار الذي يحشقه السيد سعيد.
(الأسفل) الرقص مع المتدربين اليابانيين لأول مرة.

امتلات القاعة بالتصفيق الحاد معبراً عن انبهار الحضور ب تلك المزيج الرائع من التكنيك الراقى والحركات العصرية التي أعجزت في استخدام الاضواء.

السيد سعيد الذي يتميز الهدوء و المنتمى مقر عمله بالأصل في القاهرة الإسلامية العتيقة. وهو ذات الشخص الذي يرقص الآن بلا خوف أو تردد في شيبويا التي تعد القيلة الأساسية للثقافة الشيبوية اليابانيان. سالت السيد سعيد هل أعجبتك الحياة في اليابان؟

" في الحقيقة إذا خبرت ساقول إني أحب بلدي الأم مصر أكثر (ضحكة). ولكن العجيب أن الشعور بالضغط العصبي والتوتر يقل ويستطيع المرء أن يشعر بالارتياح في حياته أكثر مع التعود على الحياة المنضبطة في الوقت الياباني. لا يوجد شيء ما يورق حياتي باليابان. في الحقيقة لقد انتقلت إلى اليابان بعد كارثة زلزال شمال شرق اليابان مباشرة ولكن لحسن الحظ لم تتأثر حياتنا سلبياً بذلك على الإطلاق. اليابان كدولة تصنف بكثرة الزلازل وهي تختلف في ذلك عن مصر، ولكن أنا أؤمن أن مثل هذه الكوارث الطبيعية بيد الله لذلك ليس عذني مخاوف من شيء."

"من أهم مميزات الشعب الياباني أنه يفكر جيداً ولا يقوم بأي تصرف إلا بعد التدقيق في كل الأمور ولعل هذا هو السبب الرئيسي في ميلاد أفكار جديدة ومتجددة دائماً باليابان. إذا تحدثنا عن عرض رقص شرقي يقام باليابان كمثال نجد أنه بالفعل يختلف تماماً عن نظيره بمصر، ومن المثير للاهتمام أنك ستجدها ذات أسلوب مميز وخاص بها من حيث طبيعتها الفنية ورقصتها."

ماهي الأماكن التي تحبها باليابان؟ وماهي الأكلات المفضلة لديك؟

"أعيش الآن في محيط العاصمة طوكيو ولكني كثيراً ما أتردد على أماكن مختلفة بحكم العمل مثل فوكوكا، وأوساكا، وهاماماتسو، ونييجاتا وغيرها من المدن. وأود الذهاب إلى كيوتو قد سمعت أنها مدينة ذات تاريخ طويل. أيضاً من أكثر الأماكن التي أود أن أرحلها للمصريين شيبويا و هاراجوكو بطوكيو حيث يشعر المرء هناك بارتياح ولعل ذلك يعود إلى أنها تشبه العتبة في مصر خاصة في اكتظاظها بالشباب. أما بالنسبة للأطعمة فيالطبع أكثر الأطعمة المحببة إلى هي السوشي، وخاصة أن مطاعم السوشي النورة تشبهني (مطاعم سوشي تدور الأطباق فيها على سيور أمام الزبائن) جداً (ضحكة)."

عرض تنورة باليابان لا يقل جمالاً وروعة عن نظيره بالسلطان الغوري

في نوفمبر ٢٠١٢ أقيم أول عرض رقص للتنورة وشارك فيه ٥ من المتدربين اليابانيين مع السيد سعيد. حلم السيد سعيد هو أن تثبت رقصه التنورة أقدامها باليابان كفن أصيل وأن يزداد عدد المتدربين على رقصه التنورة أكثر وأكثر حتى ينسئ الرقص بمجموعات قد نستطيع في المستقبل القريب مشاهدة عروض باليابان لا تقل روعة عن مثيلاتها بقصر الغوري.

السيد سعيد الذي يثبت أقدامه باليابان ربما هو الآن أيضاً حاملاً ملابس رقصه التنورة الثقيلة بحقيبة الظهر متوجهاً إلى مكان ما باليابان لعرض رقصات التنورة.

(المستمع : المحرر)



الفنان سعيد عبدالهادي

راقص التنورة في اليابان

タンヌーラ 舞踏家、サイード・アフデルハーدي

التنورة بالنسبة ليا بانيين

ارتفعت شعبية الرقص الشرقي باليابان خاصة في السنوات الأخيرة وذلك كتميزات تساعد على اللياقة البدنية وأصبحت فرص مشاهدة الرقص الشرقي بالتلفاز الياباني كثيرة خاصة مع توافد العديد من مشاهير راقصي مصر على اليابان. وعلى الجانب الآخر ما هو رقص التنورة. هل يتقبلها اليابانيون؟

"مازال العديد من اليابانيين يشعرون بالدهشة عندما يشاهدون رقصه التنورة، خاصة أن العديد منهم يشاهدونها لأول مرة و ينظرون إليها على أنها نوع من أنواع الألعاب المسرحية وليس كفن شعبي من التراث وعلى الرغم من قلة عدد من يعرف فن رقصه التنورة إلا أن العروض التي تأتي للمشاركة في العديد من المناسبات المختلفة بدأت تتزايد تدريجياً وتوجه لنا العديد من الدورات من منطقة العاصمة وكذلك من مختلف أقاليم اليابان. كما أنه مؤخرأ بدأ يظهر بعض الأشخاص الذين يودون تعلم رقصه التنورة لذلك قمنا بعمل ورش عمل لتعليم رقصه التنورة. و يبلغ الآن عدد الدارسين بالورشه ١٠ أشخاص."

الحياة باليابان

زرت العام الماضي السيد سعيد حين كان يشارك في الاحتفال الخيري الذي أقيم في منطقة شيبويا بطوكيو من أجل إعادة إعمار المناطق المنكوبة بعد زلزال شمال شرق اليابان. كان جو الاحتفال يغلب عليه أجواء احتفال الرقص الشرقي الصاخبة ولكن هذه الأجواء تغيرت عند دخول السيد سعيد للقاعة راسماً تلك الدوائر اللينة المتميلة التي تتميز بها رقصه التنورة. وسرعان ما

تستطيع الآن أن تستمتع في اليابان برقصه التنورة الشهيرة لفرقة رقصه التنورة التراثية التابعة لوزارة الثقافة بقصر السلطان الغوري حيث قام أحد الأعمدة الشبوية للفرقة السيد سعيد عبدالهادي بنقل مقر نشاطه لليابان في ربيع ٢٠١١. يذكر أن السيد سعيد عبدالهادي لم يقتصر نشاطه على داخل مصر فقط بل قام بتمثيل مصر في العديد من المهرجانات الدولية في مختلف أنحاء العالم.

يبلغ السيد سعيد الواحد والثلاثين من العمر وهو من أهالي شبرا ويعيش الآن مع زوجته اليابانية وابنه في ضواحي العاصمة اليابانية. بدأت أحلام السيد سعيد أن يصبح راقص تنورة وهو لا يزال في مرحلة الصبا الأولى. ففي يوم من الأيام ذهب مع راقص التنورة حسن سليمان إلى عرض لبندي وأنوس وهما من أكبر راقصي التنورة وفي ذلك اليوم تأكد له طريقه الذي يود أن يسلكه فتوجه إلى وزارة الثقافة وهو لا يزال في الثانية عشرة من عمره ودخل اختبارات الالتحاق بـ (فرقة رقصه التنورة الشعبية) ونجح في الاختبارات وفي ذلك اليوم قام السيد محمود عيس مدير الفرقة بإعطاء إشارة البدء، وبدأ في تدريبات رقصه التنورة. وبعد ذلك أصبح أحد أهم أفراد الفرقة وشارك بالعديد من المناسبات والحفلات ليس في داخل مصر فقط بل وخارجها أيضاً، ثم انتقل بعد ذلك ليعيش في اليابان. ويشهد نشاطه الآن توسعاً ملحوظاً حيث يعد الفنان سعيد راقص التنورة الوحيد باليابان، ويقوم بالعديد من العروض في الاحتفالات في المركز الثقافي بالسفارة المصرية باليابان.



إستضافة الرضا بعد انتهاء العرض

الرقص أمام الزائرين اليابانيين

السيد سعيد في أحد العروض بمصر

من رئيس التحرير

From the Editor-in-chief



تحية من رئيس تحرير
مجلة اليابان الجديد

أعزائي قراء مجلة اليابان... تحية
طيبة.

اسمي هيداكي ياماموتو، رئيس
تحرير مجلة اليابان منذ شهر
أكتوبر من العام الماضي. عملي
السابق هو نائب ممثل اليابان لدى
السلطة الفلسطينية وعملت في
العديد من الدول العربية
كالسودان، والأردن، واليمن،
وسوريا.

أشعر بسعادة شديدة لرئاستي
تحرير مجلة "اليابان". ننتوي أن
نتناول العديد من الموضوعات
ونطمح في أن نسهم في تعميق فهم
السادة قراء مجلة اليابان من
الشعب المصري عن اليابان.
أتمنى لكم علماً سعيداً وأن يكون
عام ٢٠١٣ عاماً رائعاً ومثمراً
على كل السادة القراء.

هيداكي ياماموتو

مدير مركز الإعلام والثقافة،
سفارة اليابان بالقاهرة



من اليمين :
منة الله محمد محمود (٤)
جيني (٣) وتوماس (٧)
هانبي فرج



يثرب (٣) وجودي (٢)
محمود مصطفى



وقت
للتصوير

شكراً على حضوركم للسفارة ! لمزيد من المعلومات،
<http://www.eg.emb-japan.go.jp/a/index.htm>

من اليمين : بيلا محمد (٣)، ميريام أسامة (٤)



مجموعة من الأصدقاء مجلة عالم الدين :
(من اليمين) إيمان صابر (١٣)، منة الله مراد (١٠)، زياد عمرو (٧)، فرح صابر (٩)، عبدالرحمن رمضان (١٢)