

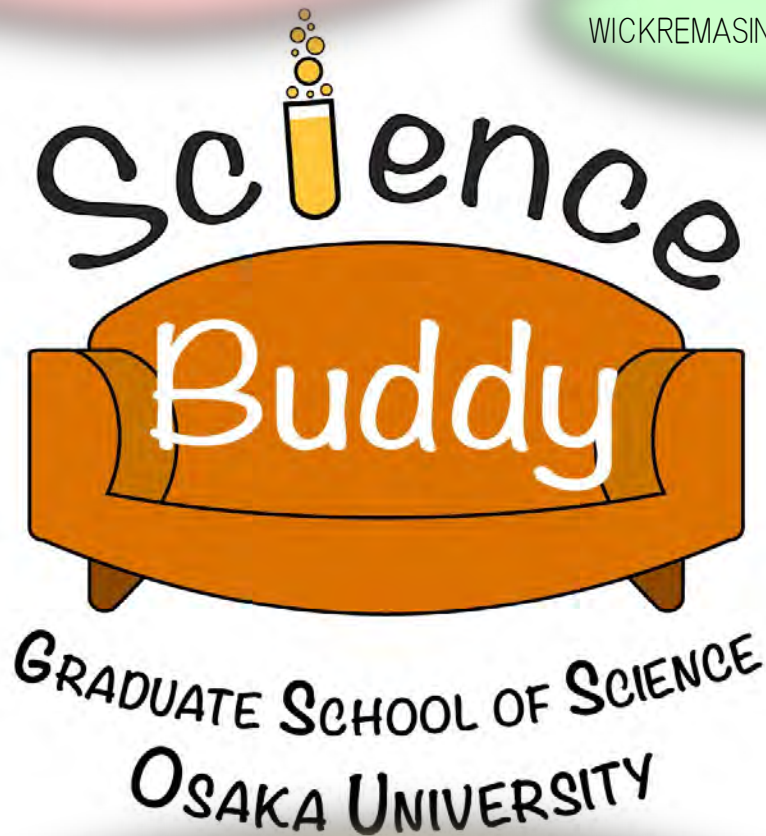
理学部らしさが欲しいと思いました。
また、シンプルさを残したいと思いました。
温かみのある色で、ほっこりしている空間を
表したいと考えました。

藤野桃羽 小澤悦子 黒住遼 渡邊忠

協力：

Laurenzo ALBA

WICKREMASINGHE LAKMIN



込めた思いとしては、自分にとってのScience Buddyは、
「居場所」なので、それをソファとして表現しました。
ソファというと「家」を連想しますし、実際にsalonにもソファが
ありますので、ぴったりだと思いました。

The idea behind this logo is to represent what Science Buddy means to me,
which is “somewhere I belong”. I expressed this with a sofa, which makes one
think of home, and since the Salon actually has a sofa, I thought it would be a
perfect fit.

Leeyon Lim Kay Lock

留学生相談室とScience Buddy

私が留学生相談室担当職員としてここに来た時、そこにはすでに立派な国際交流サロンとScience Buddyが存在し、ルーティーンとなったさまざまなイベントを開催し、活発な国際交流を行っていました。最初は恵まれた環境で国際交流が行われていることに驚きました。しかし、その道のりは容易ではなかったと、様々な方からその当時の話を聞くたび、いつかこのように当時の話をまとめたいとずっと思っていました。

また私が着任してから、すでに3年の時を経て、メンバーは入れ替わり、世代交代が進み、コロナ等もあり、活動の様子は随分変わりました。研究科内で開催していたイベントも、いちょう祭、ISPや入試セミナーなど、対外的に活動をすることも多くなり、活動の紹介をすることが増えてきました。

そのたびに初期の頃を知っている学生に諸々きいてScience Buddyの活動紹介を作ってきましたが、学生の卒業や教職員の離職、異動などもあり、立ち上げのことを知る方と連絡を取るのが難しくなってきました。

そして、まとめるなら今だ！と思いました。

留学生相談室の立ち上げとScience Buddyの発足についての歴史を残すことで、この先も先人の意志を引継ぎ、時代に合わせて形を変え、持続可能な活動として継続していけるよう、また、この1冊がその一翼を担えることを願い、書き記しておきます。

最後に、本資料のとりまとめにあたり、ご協力いただいた方々に対し、心より感謝いたします。

理学部・理学研究科

Science Buddy一同

1. はじめに

2. Science Buddy誕生

3. Science Buddyの声

金丸 仁明

WICKRESINGHE LAKMIN

岡 彩恵

原田 啓多

寺口 遼

岸大路 泰宏

武田 美咲

ELZAVA YUSLIMATIN MUJIZAH

米田 雄登

LEEYON LIM KAY LOCK

LAURENZO ALBA

孫 思遠

GAO XIANG

保田 彪賀

4. 2021年の活動

SOUMYADIP PAL

5. 料理から見た国際交流

DAVIE KENNETH

LAURENZO ALBA

6. 相談室に寄せられた声

7. さいごに

Science Buddy誕生

国際交流サロン・留学生相談室が理学部・理学研究科にできたのは2013年4月。

それまでは、「まずは国際交流の地固めを行おう！」ということで、特に力を入れていたのが、外部資金プログラムと研究科内での草の根活動「English Café」の開催があげられる。

前者では、理学部生を海外に送り出すことに力を入れ、彼等が帰国後に「留学アンバサダー」として、後輩の留学を後押ししたり、相談役にまわってもらったりすることを目的のひとつとしていた。後者は、在籍中の留学生が、日本人学生や教職員との親交を深め、少しでも、日本での生活や研究のサポートになること、また、国際交流に興味をもつ学生・教職員を増やすことを目的としていた。そしていわゆる留学生30万人計画の影響を受け、研究科内でも留学生の人数は増加していった。急激な増加により、受け入れ側にも留学生側にも多少の混乱が生じ、先だって留学生相談室のようなものをすでに設置していた工学部や基礎工学部の事例を参考に、理学研究科内にも国際交流サロン・留学生相談室を設置しようと、教員と事務局が手を合わせ、国際交流を専門に行う職員が予算を取り付け、国際交流サロン・留学生相談室が2013年4月に誕生した。さらに、冷蔵庫やテーブル、イス、ソファーなどを購入し、国際交流サロンという部屋を留学生にとって居心地の良い安心できる場所にし、国際交流を主眼とした学生ボランティアグループ「Science Buddy」を正式に発足させた。

また、3か月後の2013年7月からは国際交流サロンに生活相談員を置き、教員と協力して留学生の面談を行った。当時の留学生担当教員は「留学生全員と面談をする！」という目標を掲げ、2013年7月23日、記念すべき最初の面談を行った。いきなり「面談をします。」と言っても本音が聞けないだろうから、「どうやったら留学生の生活が良くなるか、教えてください。」というスタンスで面談に誘い、何とか本音を知ろうと試みた。当時の学生の悩みは、研究内容、研究室内のこと、就職や友人関係など多岐にわたったが、時間をかけて全員と面談を終えることができた。

一方、2013年4月に発足した「Science Buddy」は、5月に発足イベントを開催した。当時のメンバーは「みんなで体を動かすようなものだと仲良くなれるかなー」などと考え、卓球場で卓球をしたり、花いちもんめなどの日本の遊びをしたりして留学生と交流したようだ。くしくもこの2021年度のイベントでも、偶然、卓球と花いちもんめは取り入れられており、10年近く経ちメンバーが入れ替わった今でも、同じ想いで活動が引き継がれていることがわかる。

このように、大阪大学理学部・理学研究科に在籍する留学生の生活をより快適なものにし、研究に邁進できるよう、学生、事務、教員が総力戦で奮闘してきた軌跡が、2022年3月現在の活動を支えている。

では、どのように現在まで活動を継続してきたか、実際に活動をしてきたScience Buddyのメンバーから寄せられた文章で紐解いていきたい。



Science Buddyの声

金丸 仁明

Science Buddy（以下、SB）の初代委員長をしていました、金丸仁明と申します。SB設立当初の話をしてほしいとの依頼を受けて、老害ながら筆を執らせていただきます。

2013年頃、理学部では留学生の交流支援を本格的にやっていたという気運が高まっており、私はその年に参加した夏期語学研修をきっかけに、SB設立に向けた初回の会合に参加しました。会合といっても、当時はやること

も全く決まっておらず、さてどうしましょ？とみんなで顔を見合わせていたのを覚えています。このままでは企画ごと消滅しそうだと感じた私は、とっさに委員長に名乗りをあげてしまい、つられた友人も副委員長になってくれました。ここに初代SB執行部が爆誕しました。とはいえ、それからしばらく私は所属していた他の部活動（大阪大学男声合唱団）で忙しく、SBの活動を任せっきりにしていました、ごめんなさい（笑）

その後、理学部の支援、生活相談員の着任、国際交流サロンの整備（特にキッチン！）、後輩たちの貢献のおかげで、SBの活動は軌道に乗っていきました。生活相談員の方に、運営やメンバーへの声かけの多くを担っていただいたおかげで、学生はのびのびと好きな企画で貢献できました。学生のマンパワーのみで運営をしなければならないサークル活動では、これはなかなか



か難しいことだと思います。こうした多くの方々のご尽力によって、SBの温かな雰囲気が醸成されたのだと思います。英語を話すことや海外に行くことに抵抗があった私に、一歩踏み出す勇気をくれて、本当にありがとうございます。今後も、留学生や日本人学生の垣根を越えて、多くの人の心の拠り所であり続けてほしいと思います。

初代生活相談員の網ひとみさん(前中央)と
金丸さん(左)

Science Buddy was (and still is!) quite a special part of my life in Osaka University, and I have been a part of it since the first year of my Undergraduate (which was roughly 6 years ago).

During this time, I've had quite some memorable moments with the group. Since it's not possible to talk about everything in this article, I'll pick two of the most memorable moments in my first few years with Science Buddy.

The party for international students in the Graduate School of Science (GSS) is definitely one that is very special for everyone in Science Buddy. For me, the first two parties were extra special since I was part of a band (called "Pacmen"; you can guess that from our T-Shirts in the left picture) which performed at the party, and was made by the students of the GSS. Through midnight practices, to karaoke celebrations after our performance, this was probably the first step for me to make friends with my fellow international students in the faculty. Even after many years, we still have a great bond between us thanks to the loads of fun we had, and the memories we made.

Despite our stay being quite brief, we had a really great time there, and learned quite a lot. We also made so many friends from Groningen, with whom I still keep in touch quite regularly.



WICKREMASINGHE LAKMIN

← Left end of front row



WICKREMASINGHE LAKMIN

The second memorable occasion was when I was a part of the Science Buddy team that got selected for the Sumino-Isamu Foundation Scholarship to Foster Global Talent (The news article: https://www.sci.osaka-u.ac.jp/en/news/1538_1/ <https://www.sci.osaka-u.ac.jp/en/news/1538_1/>). Through this, we managed to go on a research trip to Groningen University in the Netherlands, in order to interact and study with student associations there.

Through what we observed and learnt through this research trip, our Science Buddy team took the initiative to establish the Osaka University Foreign Students Network (OUFSN), which is a network linking (almost) all international student organizations, and support organizations, in Osaka University.

Of course, there were tons of other memorable moments with Science Buddy, which would take a 40 page book if I were to mention it all. So, finally what I have to say is that, thank you to everyone who supported (and continues to support) this association and made it possible for the international students in the GSS to enjoy their student years in Osaka University. I am deeply grateful for that, and looking forward to the next 2-3 years with Science Buddy as well! Cheers!

岡 彩恵



前列右端

「留学生がより豊かな日常生活を日本で送るために、自分達には一体何ができるのだろうか」―私はこの課題に、多くの仲間たちと共に取り組んできた。本稿では、私が携わってきた留学生支援の経験について述べていきたい。

私が留学生支援に関わるようになったのは修士1年生の春。同学年の友人の誘いで参加したのがScience Buddyだった。Science Buddyは大阪大学理学部所属の留学生を支援する団体で、留学生の日常生活支援や定期的な日本語教室や交流会の開催を行っている。何気なく参加したScience Buddyだったが、自分と異なる文化や価値観を持つ留学生との交流の楽しさ、誰かの力になる喜びを体感し、次第にScience Buddyでの活動に夢中になっていった。

そして留学生支援活動を継続していく中で「留学生がより豊かな日常生活を送るために自分には何ができるのだろうか」と考えるようになっていった。それは他の仲間たちも同じで、日頃の活動と並行して自分達にできることを模索していたある日、海外での国際交流活動の支援事業が本学主催にて開催されることを知った。

そこで、留学生支援の拡充に向けてScience Buddyの有志でチームを組み、海外大学での留学生支援体制の調査を決意した。具体的には、留学生比率が高い海外大学での留学生受け入れ体制を調べ、そこでの学びをScience Buddyひいては本学で活かしたいと考えた。計画立案、予算獲得、計画実施などの一連の作業をチーム内で協力して行うことで、オランダのグローニンゲン大学(Groningen University)への訪問を実現。現地での調査で判明したのは、同大学では留学生団体同士が密に連携しネットワークを形成することで、留学生間の交流が活発化し、留学生がより充実した大学生活を送れるということだった。

調査結果をもとに、帰国後、大阪大学の留学生団体同士の繋がりを促す仕組み作りに奔走した。大阪大学の国際教育交流センター(CIEE)の協力を受けながら、大阪大学に属する留学生団体に呼びかけ、2019年7月、留学生団体同士の交流の場を設けることができた。また参加団体でOsaka University Foreign Students Network(OUFSN)を設立し、現在、ネットワーク内の各団体を紹介する冊子を年2回発行し、団体同士の交流や周知活動に力を入れている。

Science Buddyへの加入をきっかけに、多くの仲間や留学生支援に携わる方々と出会うことができた。Science BuddyやOUFSNをご支援くださった全ての皆さまに、この場を借りて御礼申し上げたい。

グローニンゲン大学訪問時



原田 啓多



大学院を卒業してもうすぐ3年、社会人としての生活が定着してきた今になって学生時代のことを思い返すと、その六年間は学業、ダンスサークル、バイト、そしてScience Buddy(以下SB)での活動、の4つに行き着きます。費やした時間で比較するとSBは最も短いですが、思い出の大部分を占めているのは、SBでの活動が刺激に満ち溢れ充実していたからだと思います。



SBに興味を持ったきっかけは、大学一年生の夏に理学部主催の海外研修プログラムに参加し、研修先のカリフォルニアで現地の大学生と交流を持ったことです。その際、異文化コミュニケーションの楽しさを知り、帰国後も継続したいと思いました。また、研修で身に着けた英語力を維持・向上させたいというのも目的の一つでした。

SBでの活動内容は、通称Japanese Half Hourという日本語ボランティア教室で日本語を教えたこと、またKorean Half HourやChinese Half Hour, Spanish Half Hourといった教室に参加し、外国語を教えてもらったこと、

そして巻き寿司パーティー、インドカレーパーティーなどの異文化食事パーティーの企画・参加など多岐に渡りました。外国人留学生や日本人学生と和気あいあいと話をしながら料理を準備したのは今でもとてもよく覚えています。楽しかっただけではなく、宗教上の食事に関する制約や考え方など学ぶことも多くありました。

ここには書ききれないほど、SBでは様々な価値ある経験をすることができました。ぜひ今後も活動が継続していったほしいと思います。



寺口 遼

私がScience Buddyに加わったのは学部1年の秋です。現在は修士2年なので、活動期間は5年になります。

このScience Buddyでの活動において、もっとも思い出となっている活動は

Japanese Half Hour (JHH)です。JHHは、日本人学生と日本語を学びたい留学生が1対1のペアになって日本語の学習を行う活動です。留学生にとってはネイティブスピーカーから指導を受けることができる点、日本人学生にとっては英会話のいい機会になる点で双方にメリットがある活動です。私は、Science Buddy加入当初から現在に至るまで、欠かさずにこの活動を行ってきました。英語を母国語としている留学生も少ないので、お互いに母国語ではない言語で、日本語文法の細かいニュアンスを伝えあうのは、難しさがあります。また、参加する留学生は日本語能力試験を控えていることが多く、楽しみながらも、真剣に学習を進めています。そうした苦勞もあり、ペアを組んだ留学生とは仲良くなることが多いです。他のイベントなどよりも、留学生と仲良くなることができると思います。

Science Buddyは、様々な国籍や文化を背景にもった学生が多いことはもちろんですが、大学に入学したばかりの学部生から、博士課程の大学院生まで、様々な課程の学生がバランスよく所属している組織です。これほど幅広い年齢層の学生を抱えている大学の団体やサークルは珍しいのではないのでしょうか。学部生が大学院生、さらには、大学院の留学生とカジュアルに話ができる場は他にはないと思います。また、大学院生が、学部生や他の専攻の学生と話をすることもなかなかないと思います。私自身もこの恩恵を大いに受けてきました。授業のレポート課題について先輩に気軽に質問をしたり、研究室選びの際には、様々な研究室の雰囲気を知ることができました。また、大学院生になってからは、研究活動から離れてリラックスできる場としても活用しています。



Japanese Half Hour (JHH)で日本語を教える寺口さん(左)

岸大路 泰宏

留学生に茶道を教える岸大路さん

茶道体験を通して

日本のことを好きになってほしい、イベントを楽しんでほしい。これは、留学サロンで、私が茶道体験をする前に思っていたことです。しかし、イベントが終わった後、この思いは変わりました。



留学サロンでは、留学生が日本文化を体験し、日本についてより知ってもらうイベントがあります。そこでは、書道やけん玉を体験したり、日本の料理を振舞ったりします。私は茶道を担当しました。茶道の先生である母を招き、日本人の学生や留学生にお茶とお菓子を振舞いました。私は茶道の経験が少しあったので、役に立つのではない、手伝いました。

茶道体験をするにあたり、茶道を通しておもてなしの考え方に触れることができればと思っていました。茶道には様々な作法があり、それぞれに意味があり、すべてお客さまをもてなすための行動です。この考え方について知ってもらうことが日本のことを知る上ではよいのではないかと考えたためです。

イベントでは、学生のみなさんが興味津々に茶道に参加し、たくさんの質問をしてくれました。茶道の作法や茶道具の名前についての質問から、日本人の考え方についてなど様々です。質問の中には分からなくて答えられないものが少なくありませんでした。茶道について、日本について知っているつもりでも知らないことはまだまだたくさんある、もっと魅力を伝えるためには茶道のこと、そして日本のことをもっと知る必要があると気づきました。

今は、茶道を一から勉強しています。茶道のみならず季節のことや花のこと、伝統的な祭りのことなどを知りました。これは、茶道体験をしていなければ気づけなかったことです。留学生との茶道体験は、日本には良い面がもっとたくさんあると学ぶ良い機会になりました。



武田 美咲

SBでの活動を振り返ると、良い事ばかり思い出され、大学が恋しくなりました。

SBでは留学生交流の場が多くありました。そこに参加する留学生は「友達を作りたい」という気持ちの方がほとんどだと思うので、気軽に友達ができました。留学生には優しい方や気さくな方が多く、母国や研究、日本での生活について教えてもらえました。

英語力を鍛えるという点では、活動に参加するだけで英語を使うので、自分の実力を試せて、留学生との会話を通して便利な表現を仕入れたりできました。特にEnglish caféは近くて手軽で楽しくて、非常に良い機会でした。英語に限らず、open questionの練習等、日本語でのコミュニケーション力も鍛えられた気がします。

また、私は食べ物が大好きなので、イベントの調理のお手伝いをさせていただき、その中でも多くの学びがありました。メニュー考案の段階では、普段と異なってベジタリアンやハラールへの考慮が必要でした。ある時、短期留学生の歓迎会でたこ焼きを作ることになったのですが、ベジタリアンの方が多く、タコも卵も出汁も、たこ焼きのかなりの要素が使えず真っ白なたこ焼きが出来た記憶があります。それ以降、普通のメニューと、動物性のものがなくても自然なメニューを用意して、なるべく多くの留学生にそのままの美味しさで食べてもらえるようメニューを考えるように気をつけました。調理の段階では、留学生と作業するので、知らなかった調理方法を教えてもらったり、食べたことのないものの作り方を見せてもらったり、貴重な経験がたくさんありました。

このように、SBの活動を通して私は、大好きな友達がたくさんでき、英語力もコミカも鍛えられ、あらゆる文化に触れ、多くのものを得られました。これからも、SBで学んだ積極性や他の文化を尊重する姿勢を忘れずに、もっと広い世界を知っていきたいです。すてきな経験をありがとうございました。



真っ白なたこ焼き



Leeyon Lim Kay Lock

When I had just entered Osaka University in 2019, I was still adapting from being thrust into an unfamiliar environment, where I did not have many friends or acquaintances to count on. Furthermore, I was (and still am) the only international student in my class, adding to my fear of impending loneliness. Fortunately, I was introduced to Science Buddy through the international student welcome party held in April that year, and found a community of international students where I felt very much at home. Being able to speak in my native English put me at ease, and our common identity as international students meant that we had many shared experiences to hold conversations over. Naturally, when I was asked if I would join Science Buddy, I agreed without hesitation.

We regularly organize events, such as the abovementioned welcome party, quizzes, cultural events and so on, to promote interaction between international students, as well as with Japanese students. For new international students with little to no existing social support, these activities serve to catalyze the formation of a social network for each student, and it is hard to overstate how important this is for their emotional wellbeing. For Japanese students, it provides a relatively rare opportunity to freely interact with international students on campus. Moreover, the fact that all participants are Science students facilitates conversation and brings about a sense of closeness, making it easier to form lasting friendships.

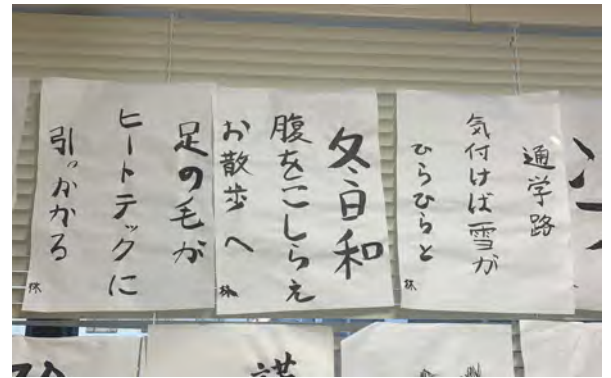


Leeyon san (right) teaches Japanese language to International students at JHH.





Leeyon san is very good at writing HAIKU as well.



No discussion about Science Buddy would be complete, in my opinion, without talking about the International Salon. The Salon is Science Buddy's "base of operations", where we hold and plan many of our activities, but is open to all international Science students. It is a cosy room in one of the Science buildings, complete with sofas, a microwave oven, and even a kitchen. Furthermore, the caretaker of the Salon is always around, and fulfils several roles at once: the person in charge of Science Buddy, an administrator, a guide, a listening ear, and more. All this adds up to a space where international students, including myself, gather when we want to unwind, or share our day with someone, or just be around others in general. Such spaces are especially helpful for those who do not have much social contact outside of university, and it really is like a home within campus.

In a video made for Osaka University's Open Campus, some members of Science Buddy were asked to describe Science Buddy in 3 words. The answers included "fun", "friendly", "relaxing", "home", and I believe this speaks volumes about what Science Buddy stands for. The *raison d'être* of Science Buddy is to provide international students a community, a family, a home away from home, and it fulfils that and more. I believe many students, international and Japanese alike have benefited greatly from its outreach. Regardless of nationality, Science Buddy is always welcoming to all in the School/ Graduate School of Science, so feel free to drop by anytime!

Leeyon Lim Kay Lock

Leeyon, who was the moderator of
Youtube Live (Right back)





*ELZAVA
MUJIZAH*

YUSLIMATIN

During digital age, everything around us has changed. The world lays on the tip of our fingers and nearly everything can be done by either scrolling or tapping a tiny button in our smartphone. I am a firm believer that there are some certain things that can never be done digitally and one of them is being independent by living abroad.

My name is Elzava, an Indonesian student living in the land of rising sun at the moment.

Born and raised in a tropical country then moved to northern country, has taught me a lot of valuable life skills that will not only be important during the university years but also my lifetime. It started on September 24th, 2017, one of my biggest days when I headed to the Soekarno-Hatta International Airport in Jakarta, Indonesia and getting ready to fly to Japan for pursuing Master degree in Osaka University. Moving abroad for the first time was a foreign mixed feeling to me, I was so excited since it is going to be my first time to live abroad on my own yet at the same time I felt anxious because I had to leave my support system, start everything from scratch, and the 'Can I survive?' question was lingering on my head for a while. Luckily, my scholarship foundation and my graduate school were supportive and helped me to sort everything out.



Elzava san challenges boating. →



ELZAVA YUSLIMATIN MUJIZAH

Graduate School of Science also introduced Science Buddy, a student volunteer group who supports international students. Science Buddy and the graduate school collaborated on a number of exciting events, such as the annual excursion. The annual excursion is one of Science Buddy's most intriguing events.

The most recent yearly excursion took place in November 2020, when we traveled to Kyoto, a neighboring prefecture, to admire Japan's autumn color by riding the Sagano Scenic Railway, which runs seven kilometers from Arashiyama to nearby Kameoka, largely alongside the lovely Hozu River. During the 25-minute ride, the trains go at a maximum speed of about 25 km/h, allowing us to take in the sights without being rushed. We then took a two-hour leisure cruise down the winding Hozu River to the Togetsukyo Bridge on the Hozu River Boat Tour, which left from near the JR Kameoka Station. The ride runs through magnificent forested mountainsides along the river, with changing leaves on the river's edge, and is one of the best trips I took throughout my time in Japan.

This study abroad program has given me a greater sense of independence and curiosity about the rest of the world, while also removing much of the judgment and bias from my perspective before I started. There are many more sites throughout the world that I've always wanted to see based on stunning photographs I've seen, but I've realized that a foreign country's esthetic beauty isn't everything to me. The most important thing is the sensation of being in a world that is unimaginable and unexplainable. In my lifetime, I aspire to go to as many places as possible, and I hope that each one will enrich my character and wisdom in the same way that Japan has.

米田 雄登

皆様「Science Buddy」と聞くとどの様な集団を想像するだろうか。全く何をやっている集団なのか想像できないという人も多いと思うのだが、これを説明するのは実はかなり難しい。理学部の中で国際交流を深めるための活動をしています、と言うと少し堅苦しすぎるような気もするし、かといって留学生を含めて月に1〜2回パーティーやイベントを開催しています、と言うと少しチャライ団体なのかなと思われるような気がしないでもない。そこで実際に過去にあったイベントの紹介をしてみたいと思う。



個人的に一番記憶に残っているイベントは新年に開催された書初め体験会だ。留学生に日本の書道という文化について触れてもらおうというイベントだったのだが、留学生達の食いつきの良さと自由奔放さには度肝を抜かれてしまった。意外と漢字を書ける留学生が多いことにも驚きだったのだが、どこから知ったのだろうかという四字熟語や、「人類補完計画」と某アニメに登場する用語を誇らしげに書く者、また漢字が書けない留学生の中にも「Harry Potter」とあのちょっと独特なロゴを完全再現して書いている猛者もいて、自分もつい一枚記念に貰ってしまうほどだった。

そんな書初め大会だったのだが、今改めて思い返してみると一つ、衝撃的な事実気が付いてしまった。それは、このイベントで英語を話した記憶がほとんど存在しないということだ。自分は元々英語が得意な方ではないため、留学生と英語で話していないことはそう驚くことではないのだが、あのイベントの最中は不思議と書道を通して、どこから来たのかさえ知らない留学生達とコミュニケーションが取れていたような気がする。国際交流をすると聞くと英語で話せるのが当たり前とつい考えてしまいがちだが、言語以外の手段を通した国際交流というのも結構面白い経験になるかもしれない。

英語が得意ではないかも…という人でも、こうした文化交流に少しでも興味のある方は、ぜひ国際交流サロンの扉から顔をちょっと覗かしてみてもいいかなと思う。





LAURENZO ALBA



The Bus Tour in Shiga Prefecture

In the summer of 2019, we went on a bus tour to different cultural locations in Shiga prefecture. Usually, in the Graduate School of Science, we have two kinds of bus tours: one for companies and the other kind for cultural venues like this one.

Our first stop was at Sawazen. This shop offers hands-on pottery activities and has a restaurant and a souvenir shop. First, we made some handmade pottery by turning the heavy stone wheel while shaping the clay with your free hand. I never imagined that I would get to experience this during my stay in Japan and I am glad to have participated. I tried adding unique features on my pot, but I lacked the tools to create small details, and I ended up having a simple design. Due to time limitations, we did not stay for the firing of the clay; instead, the finished pots were delivered to us some time after the event. If there is anything else I'd like to experience for myself when I return, is that of using an electric potter's wheel to create an even bigger vase!



Since Sawazen also contains a restaurant, we had lunch there and tasted the traditional Japanese dishes. The taste is mild and delicate; it is not extravagant in any way, but these remind me of the dishes in my own hometown. I suppose that many countries have many similarities in their everyday cuisine as well?

LAURENZO ALBA



Sawazen's huge mascot is this tanuki. The tanuki is a popular creature to be depicted in Japan and I've seen it quite a few times in Shiga prefecture, or at least around Sawazen. Its features are quite striking and, perhaps, exaggerated. In my entire stay in Japan, however, I have not seen a living tanuki. Perhaps they are presently in disguise as something (or someone) else?



LAURENZO ALBA

Next, we went to the Lake Biwa Museum. Lake Biwa is the largest freshwater lake in Japan and thus I am curious about its ecological and cultural significance. I particularly enjoyed this part of the trip because it reminds me of my parents' work in the museum. I learned many things from the Lake Biwa Museum, and I am also amazed at the technology being employed in the museum. The upper levels host the history of the culture – ancient to modern – that benefited from the lake. The lower level contains a climate-controlled aquarium that shows the unique flora and fauna in the lake. It is this part that required the use of technology to purify the water, maintain the temperature, and other requirements for the artificial cultivation of the aquatic life. There is also a section where you can view this equipment.



Finally, we visited Omi Jingu, a beautiful Shinto shrine that is known for the Japanese water clock. There are many beautiful shrines in Japan but visiting with friends is something that I will treasure as this happens to me only rarely. Here, we were able to take a break from the large amount of new information from the previous venues. We admired the well-preserved architecture and scenery.



LAURENZO ALBA

We were also able to re-enact the scene depicted in one of the cover artworks of the manga series Chihayafuru.



Albaさんの周りにはいつも笑顔がいっぱい。



孫 思遠

Japanese Half Hour

你好，我叫孙思远，是实验粒子物理学博士课程1年级的学生。

JHH(Japanese Half Hour)是Science Buddy主导的活动之一，留学生通过日本人学生来学习日语。

本学期的JHH将会以线上进行为主体，个别实施线下教学。由于改为线上进行，同学们可以从自家、丰中校区、吹田校区、新加坡、中国以及各种地方参加本活动。

JHH与普通日语教学不同，留学生可自选教材用作学习。教材也不只限于教科书，日语能力考的题目、日语课的作业、漫画、小说、都可以作为教材，上学期就有同学使用太宰治的《二十世纪旗手》来作为教材学习日语。由于是一对一教学，同学无需担心跟不上教学进度，有听不懂的部分可以随时打断提问，比起普通一对多教学更能高效率的学习日语。期待你的参加！(/・ω・)/

はじめまして！孫思遠と申します。JHH (Japanese Half Hour) はScience Buddyのボランティア活動の一つで、留学生が日本人学生から日本語を学びます。

今学期のJHHは、オンラインをメインとして、一部ではパーティションを使って対面でやってます。

オンラインで開催することで、自宅、豊中キャンパス、吹田キャンパス、シンガポール、中国と、いろんな場所からの参加が可能になりました。

JHHは普通の日本語授業と違って、留学生は自由に教材を選ぶことができます。教材は教科書にとどまらず、いろんなものを選べます。例えば、日本語能力試験の対策本、日本語授業の宿題、漫画、小説、全部教材として使うことができます。前学期に太宰治の「二十世紀旗手」を使う学生もいました(草)。一対一なので、授業の進度に追いつけられへんことはありません。理解できひん部分があればいつでも先生に質問ができ、普通の日本語授業より効率的に学ぶことができます。ほな、参加してみ！(/・ω・)/



日本の小説を読む孫さん



オンラインのJHH (Japanese Half Hour)

SUN SIYUAN

Hi! I'm Sun Siyuan from China, a 1st year doctor course student.

JHH (Japanese Half Hour) is one of our volunteer activities. Foreign students learn Japanese from Japanese students.

In this semester, we hold JHH online mainly, still a few offline lessons with partition.

Online joining is so flexible that participants attend from various places such as their houses, Toyonaka campus, Suita campus, Singapore and China.

In JHH, foreign students can choose their own textbook which is different from normal Japanese lecture. JLPT questions, homework of Japanese lecture, comic, novel, etc. can all be used for JHH, for example there is one student who used Osamu Dazai's fiction for JHH. Since JHH is a one-to-one event, there is no need to worry about teaching schedule. You can interrupt teacher's talk and give a question any time, it will be more efficient to learn Japanese.

Let's join together! (/・ω・)/



GAO XIANG

Hello, I am GAO Xiang of Science Buddy. I had lots of fun in the event “Japanese culture experience” hold in January. In this event, many traditional Japanese culture were introduced, such as tea ceremony and calligraphy. I was very glad that I could review calligraphy in this event. I had learnt calligraphy in China for a few years, and in this event I also experienced Japanese calligraphy, which expanded my knowledge about calligraphy. Calligraphy in two countries are very similar but a little different, which corresponds to the culture communication in antient and separate developments. From my perspective, the differences of tea between two cultures are more evident. Different with leaves, Japanese traditional matcha looks like powder. Because of this difference, the brewing and instrument are totally different, which feels interesting and novel. In this event, the most fascinating thing for me is to experience the differences from similarity, which corresponds to the cultural communication and influence in antient history.



日本語を学ぶGAOさん→

保田 彪賀

Science Buddy 初のオンラインイベント

初のオンラインイベントの計画が始まったのはコロナ禍に突入して半年ほど経った2020年10月頃。なかなか思うように対面でのイベントが開催できない中、ある一人のメンバーがzoomを使ったクイズ大会を提案したのが始まりでした。最初は、オンラインでのイベント、しかもクイズで十分に盛り上がるイベントが作れるのか…と不安な面もありましたが、アイデアを出し合ううちに新たな可能性を感じ、企画係に名乗りを挙げました。

企画チームの中で念頭に置いていたのは、いかに対面に引けをとらないコミュニケーションの場を作るかということでした。そこで、クイズの答えを話し合っ決めてチーム戦にし、クイズの内容も単なる知識問題ではなく自らの経験や考えをもとに話し合えるようなものを準備しました。身近な阪大に関する問題から世界の有名な建造物の高さ並べ替えといった問題まで、留学生の出身国のものが登場するように意識しながら絞っていきしました。

大変だったのは、準備の量が膨大だったことです。それ以前のスポーツイベントや料理イベントではせいぜい数日前か当日早く集まって準備すれば開催できていましたが、このクイズ大会では手分けして問題案を考えるとところから始まり、スライド作成、スコア管理用のExcel作成、リハーサルなど合計1か月以上の時間を要しました。自作問題の答えの正当性を確認するためにHPを何個もチェックしたり、問題文の英訳を考えたりと、気を遣うポイントが多かったです。

当日は30名近い参加者が集まり、予想外の角度からの問題も相まってこのグループも非常に盛り上がった様子でした。個人的には、日本語と英語両方での司会に挑戦したことがとても刺激的でした。問題の答えを発表するたびに大きなリアクションやチャットにコメントがあったのが嬉しかったのを覚えています。そして、予定の1時間半を迎えてもクイズを出し終わらなかった時、参加者が「そのまま続けよう！」と声を揃えて言う様子を見てイベントの成功を実感しました。

学生生活は一瞬です。コロナ禍を理由にいろいろな行動を諦め我慢して過ごすのか、発想を転換し活動の方法を見出すのかは自分次第です。今回、新たな交流の形をチームの仲間とともに創り上げられたことは僕の誇りになっています。



留学生からスペイン語を習う。



オンラインクイズ大会の後で。



Yasuda Hyuga

The First Online Event in The History of Science Buddy

In October of 2020, half a year after the beginning of the pandemic, a project to organize the first online event had started. Since we couldn't hold on-site events for so long, one of our members

suggested to have an online quiz competition using zoom. At first, I wondered whether we could make it enjoyable by doing a QUIZ ONLINE. While we were coming up with ideas, however, it started to seem possible and realistic, and I decided to join the organizing team.

What we cared about the most was to give a chance to communicate as well as an on-site event. That's why we made it a team battle and prepared quizzes that participants can figure out the answer from their experience and discussion, instead of simple knowledge questions, to promote communication. For example, a quiz related to Handai, a question that required world-famous monuments to be arranged by height, and etc. Something related to home countries of exchange students appeared a lot.

The hardest part was that it took a very long time to prepare for the event. In the case of on-site events such as sports events or food parties, we only need to start work on that day or at most a few days before. For this quiz competition, however, we had to start over one month before, making the quiz, PowerPoint slides and an excel file to display a score board, and doing rehearsals too. In addition, we checked several websites to make sure our answers for the self-made quiz are right and prepared both Japanese and English notation.

On the day, about 30 students participated in the event and they seemed to have fun talking with each other about different types of quiz. Personally, it was a fantastic experience to take the chair speaking in Japanese and also English. The reaction they made when I showed them the answers and the comments they gave in the chat made me happy. Although the event didn't finish on time, I felt it was successful when they said "Let's keep going!"

College life flies by. It's up to you whether you do nothing, blaming it on the pandemic, or think from a different angle and find a way to stay active. I'm very proud of taking part in this project to create a new way of interaction.



楽しいことを思いつく天才(右端)

SOUMYADIP PAL

Hey y'all, I'm Soumyadip from India. Most people call me Sammy. I'm a M2 student at Osaka University and I'm currently dealing with mitochondrial biology. I came to Japan 6 years ago but life was not easy back then. Neither did I have many friends, nor could I speak Japanese well. For mingling with the locals here, I joined the astronomy club and slowly started



speaking to my club mates in Japanese. Later on, I joined Science Buddy where I was able to make a lot of local and international friends. We had a really great time doing different activities together and went on various trips. Interacting with the Science Buddy members improved my Japanese skills quite a lot. Thanks to help of some of the friends I made along the way, I was also able to establish Osaka University's first ever cricket club and participated in the regional championship. What I'd like to say in the end is that if you guys ever feel lonely,



or simply, want to practice your Japanese skills, feel free to join Science Buddy. We will eagerly

welcome you. In the next page I will briefly introduce some of Science Buddy's activities.





I will introduce some of Science Buddy's activities.

2021

January : Quiz Competition :

Rapid-fire round was amazing. Single-handedly set the stage on fire.

February: Introducing Miyazaki:

First online event that I organized. Had a chance of introducing one of my travel destinations in Japan. Got along well with Hyuga and Akiyoshi



July : ISP event:

Introduced the Kansai area and its interesting sightseeing places to a group of students who joined the online event from various parts of the world. The event was done in Japanese and thus most of the people, unfortunately, were probably unable to understand it. One person literally asked us to present in English. But nonetheless, the event ended safely.



August : IUPS JHH Demo:

Talked to some of the incoming IUPS course students in Japanese. Three of them joined Science Buddy due to that.



April : ICHO Fest

Got to introduce the activities of Science Buddy to a lot of outside people and let them know about our existence. Also, got to talk about my travel experiences in Miyazaki and Ehime. The



July : Intro Quiz:

Organized an online quiz with Akiyoshi and Asshi. Got along with Asshi from this point. The quiz was to guess the song from the introductory music or reversed form of the lyrics. Also did a translation quiz.



October: Sports event :

Played volleyball on the artificial court. It was fun and Zhang was very energetic. Nishiguchi-san was exceptionally athletic.



November : Bus Tour for International students of GSS :

Bus tour to Ishikawa Prefecture and surroundings: 6 hours of to-and-fro bus trip from Osaka but it was very fun, Got to create our own designs using gold leaf and visited Tojinbo cliffs. In the bus, we played a variety of games including TABINGO. It is a type of bingo, that I created, but played with objects that appeared on the highway instead of numbers.



November : Table-tennis:

A lot of people joined. Was very lively. Mostly became a show of strength for the students who



December:

Picture-chain Game:

Participated in this fun event but could not join for long.



December : Miscellaneous Games:

Organized this offline event including gestures, words and different languages. Gesture game was to make your teammates understand a specific topic by acting it out. Hangman was the word game where the players had to guess the word before the error limit was crossed. The final game was randomly created by me where a group of non-native speakers of a specific language were told to

料理から見た国際交流



Science Buddyの活動の中で、料理のイベントはとても多い。

パンデミック前は、まず新入生が入って来たら、生協のお寿司やScience Buddyが作る日本食で留学生をもてなした。そして、時々開催されるのがInternational Food Party。留学生が母国の料理を作って紹介する。料理を通して、交流を深め、異文化理解のきっかけにもなる。

そしてそれは大抵留学生の方から、「次のイベントで私の国の料理を紹介したい。」と言ってくる。留学生が日本の生活に慣れ、友達ができ、自分から何かを発信したいと思うからだろう。

Science Buddyから何かを受け取るだけではなく、自分から何かを発信したいというタイミングに出会うと私はとても嬉しいと思う。

Science Buddyの料理イベントは、単に異国の料理を学び、おいさを共有するだけではない。留学生の料理からその人や国を知り、見たこともない景色を想像する。話が弾む。関係が深まる。Science Buddyと留学生は、ピアとして対等の関係を築く場になっている。



Malawi

Hello. everyone!

I'm Davie Kenneth

from Malawi in Africa.

Now I am 1st year Ph.D. Chemistry student.

I am a member of Science Buddy and I organize and join many events with other members.

I like sports activities especially volleyball and badminton.

Sometimes I used to play volleyball in my previous university in Malawi. When I was in elementary school, I like

to play soccer very much; now I can play soccer just a little; but I like watching soccer and discussing about soccer with other Science Buddy members.

Well, do you know about Malawian food?



DAVIE KENNETH



How to cook goat meat:

There are different methods, but I always choose to use the simple one.

First the meat is cut into pieces; then it is fried using a little amount of cooking oil for approximately 10 minutes until it turns somehow brownish showing that its good enough for eating

While frying the meat, tomatoes and onions are also cut into small pieces separately. Salt is added to the

onions and tomatoes.

When the meat is properly fried, the mixture of onions and tomatoes with salt are added to the meat and mixed. Then a little amount of water is added to the mixture. The mixture is then boiled for about 5 to 10 minutes. The meat is ready to be served.

LAURENZO ALBA

Philippines



Sinigang: A Filipino Dish with Many Variations

Sinigang is a kind of dish made with meat or seafood and vegetables, typically as a soup, that is very popular in the Philippines. It tastes both sour and savory, and its characteristic sourness is usually because of tamarind. The tamarind is a tree that produces fruits like beans. Within the fruit is a sour pulp which is made into the soup base for sinigang. However, the sour ingredient can differ depending on the recipe. Sometimes we use calamansi, which is a small lemon that looks completely the same as the Japanese sudachi.

Below is a picture of the tamarind fruit. (By Mlvalentin at English Wikipedia)



However, most Filipinos do not have time to use this ingredient, since processing it is tedious. Instead, we buy ready-made sinigang soup stock shown below (it is from a company that sells it).

Sinigang has many variations, and I will try to explain here as simply as I can with some

figures. I think

the single unifying characteristic of sinigang is its sour broth.



How to cook Sinigang

Flavor (Select as many as you like)	Ginger Onion Chili peppers Sautéed garlic	①
Sour ingredient (Select one)	Tamarind Calamansi (similar to Japanese sudachi) Other (unripe mango, guava, etc.)	②
Meat / seafood (Select one)	Pork Fish (such as salmon) Shrimp Beef (uncommon)	③
Vegetables (Select 3-5)	Radish Okra Leeks Spinach Tomato Eggplant Bok choy	④
Miso (If you used tamarind for the soup base)	(optional)	



The most important part of making *sinigang* is deciding what ingredients to use. In the Science Buddy, not everyone can eat pork so we had to make two versions (one with pork, and one with shrimp). First, we sauteed the garlic in a little oil, added some onion, and added a large amount of water which will form the soup base. Then, we added the soup stock powder and waited for it to boil. For the version containing

pork, we added the pork first before the vegetables since thicker cuts of pork take longer to cook. (In Japan, however, it is common to see thinly sliced pork which takes only a very short time to cook.) For the version containing shrimp, we added the vegetables before shrimp. It is even possible to add miso paste. Once the vegetables are cooked, the soup is ready to be served!

In the Philippines, sinigang is my comfort food. In Japan, I realized that miss sinigang so much. I asked a friend to bring me some soup stock when he came to Japan for a visit. I started cooking sinigang for myself at home, then for our laboratory (I cooked it in the lunch-room), and then finally introduced it to Science Buddy. I was not expecting a lot of people, especially our Japanese friends, to like it, but here we are.

LAURENZO ALBA



The recipe that I introduced to them is modified, because some vegetables are not available here, or are seasonal. Only upon asking my mother that I learned that bok choy (青梗菜) is not a typical ingredient, but I used it, nonetheless. The usual cuts of pork used in sinigang are also those that are thick and contain bone, but only in Japan did I discover that thin slices of pork (such as those used in yakiniku) are also tasty and convenient to use for serving many people. Sinigang is a very flexible dish that offers many options depending on what you have at hand. However, two things do not work with it: (1) mushrooms, and (2) using it as a soup for ramen. I have experimented on using it as a soup for ramen during one Science Buddy event, and it turned out bad.

During my stay in Japan, I am unable to secure my supply of the sinigang broth, so if there is anyone coming from the Philippines, I request them to bring me the broth packets. Also, I notice that the tonjiru being sold in the Osaka University cafeteria is the closest Japanese dish to sinigang. Maybe if you add some tamarind to the tonjiru, it will become almost the same as sinigang if it were not for the carrots in the tonjiru.





留学生から、ムスリムについて学び、ハラルフードについて学ぶ Science Buddy。知らないことも多く、活発な質疑応答になった。最後は一緒に料理を作り、食べた。



料理を提供するときに、気を付けることがある。色々な国の人が集まるパーティだから、みんなが食べられるものにするのだ。ハラルフードやベジタリアンメニューなども用意する。料理だけでなく、どのように活動してきたか、定期的に報告し合い共有する。

サポートする側も、さまざまな留学生の事情を学ぶ必要がある。理学部は、国際交流サロンができたころから、その学びを大切にしてきた。研修会を開催し、知識やスキルアップをしてきたからこそ、この活動が持続可能なものになっていくのだ。



卵無し、タコなしのたこ焼き？

ハラルフードをわかりやすく。

Science Buddyが作ったPOP→



ハラルのボルシチ（右）



留学生相談室によせられた声

ある日、留学生が汗びっしょりになり、salonに駆け込んできた。

震える声で「毎日誰かが私に死ねと、手紙をポストに入れてくる。」という。穏やかではない。ひどいいじめにあっているのかと心配して、その紙を見せてもらったら、それは葬儀屋のビラだった。葬儀屋のビラを脅迫状だと勘違いした。日本では葬儀屋のビラがポストに入るのは日常的なことで、特に気にもしないし、気に留めていなかったが、このようなことが、留学生にとっては恐怖に感じるのかと勉強になった。

就職でも悩みは尽きない。言葉だけでなく「私は留学生だから、ESが通らない。」「日本の会社が求める細かい所作ができない。なぜ面接のときドアは3回ノックするのか。」「ずっと研究を頑張ってきたから研究以外で頑張ったことが見つからない。」就職活動始める留学生の悩みは尽きない。

それでもCIEEのセミナーに出席し、個別の相談に出向き、salonで面接や発表の練習をし、何度となく拒否されても諦めず、立ち向かい続けた学生に内定がもらえた時は本当に嬉しい。入社してからもスーツを着てsalonに現れると、周りの学生の羨望のまなざしを集める。先生やエージェントさんのサポートにも感謝する。

家族のいる留学生が、子どもの話していることがわからないと、悩みを打ち明けてくれた。家族の中では母語で話すが、母語対応の保育所がないため、英語を話す保育所に入れた。そのために親は子どもに英語で話しかけていた。ところが、英語対応の保育所は、日本では非常に高額で支払いが続かない。そのため日本人の子どもが通う地域の保育所に入れた。その結果、子どもは母語、英語、日本語の区別がつかず、色々な言葉で話すため、日本語があまりわからない親（留学生）と十分にコミュニケーションが取れないという。留学生に言葉の問題はつきものだが、家族を持つとさらにその問題は複雑になり、答えがすぐに出ないことも多い。大学内だけでなく、自治体との連携・協力も必要になった例だ。

駅前に自転車を置いたら、自転車がなくなった。市に回収されたのか？と問い合わせる。しかしその留学生の自転車は回収していないという。念のため見に来てくれというので、その場所まで一緒に行った。しかし回収されてなかった。引き続き近辺を探すこと2時間。ようやく見つかった。その間、留学生の母国の珍しい料理や文化についてたっぷり学ぶことができた。



「西口さん！どら焼きをはじめて食べた日のことを覚えていますか？ 私は今日です！今日のことは忘れません！」とかなり感激している様子。なんでどら焼きなのかと思ったら、ドラえもんが食べているからだそうだ。母国に居る時、ドラえもんが食べている茶色いものが何かわからなかったが、理学部のローソンにその答えがあったと、涙を浮かべて感動していた。すると横にいた留学生が「私もおにぎりやそれについている黒い海苔、よくアニメで見ていたものを初めて食べた時感動した。」と。さらに「マンガの横に書いてある“みーん、みーん”が何の意味かずっと分からずにいたが、まさかこんなにうるさいものだとは思わなかったと。豊中キャンパス夏の風物詩、蟬の鳴き声も、留学生にとっては目からうるこの初体験となる。

アニメや漫画は今や日本が誇る文化の一つで、留学生が日本を選ぶ理由に大いに貢献しているのかもしれない。ロケ地巡りはよくない小さなことも日本での体験として留学生の



聞く話だが、こんな思い出に残る。

留学生同士で旅行に行ったとき、一人の留学生が日本の温泉を初体験した。とても気持ちよさそうに、2時間ほど入ったそうだ。そのことを、一緒に旅行に行った他のメンバーが順番に嬉しそうに教えてくれる。よほど本人が気持ちよさそうだったのだろう。そんな留学生の初体験は色々ある。salonのピアノで初弾き。バスツアーで初陶芸体験、初雪遊び。日本文化体験で書道、茶道、お餅つき、着物や浴衣体験も人気の初体験だ。



着つけてくださるボランティアのみなさまにも感謝。



さいごに

International Exchange Salon

色々振り返って、最後に思い出すのは、特別な大きなイベントではなく、Japanese Half Hourが終わった後、わいわいみんなが楽しそうにしている風景だ。私はその時のみんなの顔を見るのが好きだ。いつものメンバー、いつもの会話、いつもの笑顔を見ていて、みんながランチに出かけると安心する。

Friends

そしてまた、久しぶりだなという人がsalonを訪ねてくれると嬉しい。久しぶりの現役留学生、久しぶりの卒業生。しばらく見ないうちに日本語が上達して、大学に慣れ、研究が進み、学会などで留守にしていたり、職場でもまれたりしてたくましくなった姿を見せてくれる。

Family

そして、今日はsalonにあまり来ないな、静かだなと思う日も、また嬉しい。きっと楽しいことがあってくる暇がないんだとか、困っている留学生がいないんだな、困っていても、私以外の人が助けてくれているんだな、と思うからだ。理学部の留学生の周りには、留学生愛にあふれたサポーターがいっぱいだ。

昼夜を問わず心配してくれるサポーターに心から感謝したい。

Laboratory

CIEE

salonは、新入留学生とそんなサポーターとの橋渡しの場となって、その橋を渡った留学生は、その川の向こうにいる新しい出会いと絆を深めて行ってほしいと思う。日本でしか体験できないこと、その年齢でしか感じられないことをいっぱい体験して、成長してほしい。

Office

Health Center

そして困ったことがあれば、またsalonに来て、悩みを打ち明けてくれればいい。

そしたら、そこにはまた、盤石の態勢であなたたちをサポートする準備ができているから。

Science Buddy

2022年3月

大阪大学理学部・理学研究科

Science Buddy

西口 奈津子