

## Kära Japan- Sweor!

Först vill jag tacka er för fortsatt förtroende att vara ordförande i SWEA Japan. Det känns hedrande och jag ser fram emot ännu ett spännande och kul SWEA-år tillsammans med er.

Den 5 februari hade SWEA Japan årsmöte på Svenska ambassaden och jag hoppas att ni som var där tyckte att det var ett trevligt och bra möte. Vi försökte göra den formella delen så lättsam som möjligt med fint bild-spel, olika talare, öppna frågor och kul pauslek. SWEA Japans nya styrelse kommer fortsätta arbetet med att förändra, förenkla, förbättra och förnygra SWEA. Hjälp oss med denna ambition! Hur tycker ni att vår SWEA-avdelning ska se ut? Vi behöver era tips, idéer, inspiration och utmaningar!

SWEA i världen har funnits sedan 1979 och SWEA Japan bildades 1988, vilket betyder att det är dags att fira 25-årsjubileum i år. Boka den 20 april i era kalendrar - då blir det stor fest på Svenska Ambassaden. Inbjudan med detaljer kommer inom kort.

I skrivande stund befinner jag mig hos dotter Ulrica med familj i Oakville, strax utanför Toronto i Kanada. Jag njuter i två veckor av att vara mormor - en av mina finaste roller i livet - till barnbarnen Alva 4 1/2 år och Kyra snart 1 år.



*Birgitta Sigfridsson-Harquail AO SWEA Toronto, Agneta, Kyra, Barbro Westin RO OAME*

I dag har jag, på initiativ av Ulrica, haft möjlighet att äta lunch med Birgitta, avdelningsordförande i SWEA Toronto och Barbro, Regionordförande i Östra Amerika. Vi pratade om SWEAs medlemsregister KomMed, donationer, sponsorkontrakt, Facebook och om det kommande, kombinerade Region- och Världsmötet i Bologna i början av oktober. Har du inte tidigare haft chans att delta på något Internationellt SWEA-möte tycker jag du ska fundera på att hänga med. Det är svårt att i ord beskriva dessa stora möten med många Sweor från hela världen, men det är en unik upplevelse och väldigt roligt.

Februari är en kort månad, vilket jag tycker är skönt. Redan i mars börjar värmen återkomma och det är snart dags för ännu en ljuvlig Sakura-säsongs. Ni som är nya i Japan har något underbart att se fram emot!

Varma hälsningar,  
Agneta

*Agneta*  
Agneta Melin  
ordförande



# SWEA Japans årsmöte 2013



Adela delger årsmötet fakta om våra medlemmar.

SWEA Japans årsmöte 2013 började med kaffe och ordförandes hembakade kanelbullar i Svenska Ambassadens foajé. Ungefär ett fyrtiotal SWEOR var på plats, denna blåsiga men soliga februari-morgon.

För mig var det ett speciellt möte, inget vanligt årsmöte. Det fanns en tom styrelseplats, platsen som vice ordförande i SWEA Japan, som jag hade blivit tillfrågad om jag ville tillträda, av valberedningen, och accepterat. SWEA är en organisation som mer än de flesta organisationer är beroende av medlemmarnas engagemang och deltagande eftersom medlemmar flyttar in och ut med jämna tidsintervaller.

Dagordningen för mötet var att utvärdera och sammanfatta året som har varit, ett fantastiskt verksamhetsår som innehöll ett hundratal aktiviteter av varierande karaktär anpassade till alla smaker, intressen och behov. De flesta aktiviteter har handlat om att lära känna Japan, dess kultur och dess människor. Men det har också handlat om att lära känna varandra och att ha kul tillsammans.

Vi arbetade oss igenom en dagordning för årsmötet vilket bland annat innebar att granska budget, föregående och kommande, och att bevilja ansvarsfrihet för styrelsen och att välja en ny styrelse. För året hade SWEA ett hundratal medlemmar, en fjärdedel av dessa är tomodachi-Sweor, japanska vän-

ner med anknytning till Sverige och det svenska språket. Tomodachi-programmet är unikt för SWEA Japan, kanske kommer det inspirera fler avdelningar. Hattori-san hade författat ett brev till oss alla som lästes upp på mötet och vittnar om att Hattori-san har en speciell plats i SWEA Japan med sitt engagemang och stöd för vår organisation, speciellt gällande donationsarbetet där hon är en viktig länk för att det ska fungera väl och smidigt. Adela, vår medlemsansvarig, berättade lite fakta om SWEA Japans medlemmar, bland annat att vi är en relativt ungdomlig avdelning, vi har en genomsnittsålder på 44 år, vilket är lågt jämfört med andra SWEA avdelningar.

I mötespausen hade vi en rolig bensträckare, arrangerad av Kathleen, som också var en presentation av medlemmarna. Kathleen hade också gjort ett fint bildspel med fantastiska bilder från Tokyos stadsvimmel blandat med bilder från olika SWEA aktiviteter. Efter cirka två timmar gick vi sedan upp till Svenska Ambassadens residens för lunch, inbjudna av vår hedersmedlem Eva Vargö. Vi åt av ett prunkande smörgåsbord och avslutade med ett delikat efterrättsbord.



Årsmötesdeltagarna avnjuter lunchen i residenset.

Jag gick ifrån årsmötet med ett varmt hjärta och ett glatt sinne och kände mig lite stolt över att få vara med i detta SWEA gäng.

## Amie Kronblad

Amie Kronblad

# Det här är SWEA Japan styrelsen 2013



Ordförande  
Agneta Melin



Vice Ordförande  
Amie Kronblad



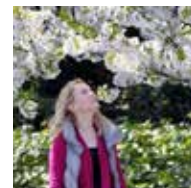
Kassör  
Jessie Li



Sekreterare  
Anna Spänt Enbuske



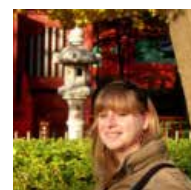
Programansvarig  
Kathleen Paulsson



Medlemsansvarig  
Adela Pedersen



Fadderansvarig  
Karin Geen



Webbansvarig  
Emma Olsson



Ledamot  
Eva Larsson



Ledamot  
Agneta Wikevall Larsson

## SWEA Japan söker:

### MEDLEM TILL VALBEREDNINGEN

Valberedningen söker en tredje medlem som kan hjälpa till i arbetet med att ta fram nya engagerade Sweor för arbete på olika poster inom SWEA Japans styrelse. Valberedningen ser i september/oktober över vilka poster som behöver ersättas inför nästa års kommande årsmöte och vid eventuella vakanta poster arbetar gruppen med att finna ersättare till dessa.

### 2 SKRIBENTER TILL NYHETSBRIVET

Nyhetsbrevsredaktionen söker 2 nya skribenter. Arbetet innebär att skriva artiklar till nyhetsbrevet som distribueras 10 gånger/år. I redaktionen planerar vi artiklar, reportage, intervjuer m.m. tillsammans.

## Hej alla Sweor i Asien!

Vi har just haft vår stora kickoff med inbakat årsmöte och nu är vi taggade! Vi har 30 Sweor som arbetar med olika grupper inför kulturrestan/RM resan till Melbourne den 6-9 mars 2014 med en efterresa till Sydney 9-11 mars. Det är bara ett år kvar!

I mars är det sensommar här, inte så varmt som i Asien på sommaren men en behaglig värme som påminner om vädret i Sverige. Det är lika varmt och klart om dagen som krispigt om natten. Vi i Melbourne kan erbjuda er en intensiv resa med heldagstur till underbara vinområden, city flodtur med middag, mötesplats på Svenska Kyrkan som säljer svenskt godis och kanelbullar. Vi erbjuder shopping och gott kaffe, äkta engelskt high tea och en spännande utflykt till ett aboriginal galleri mitt i ett naturreservat. Efterresan går till Sydney och Sweor kommer också där att ta hand om er och erbjuda kultur & flärd av bästa kvalitet. Melbourne är vackert och det finns mycket att göra. Det är också dyrt...därför kommer vi erbjuda home-stay till de som t.ex. hellre satsar på shopping istället för boende.

Vi har två proffsiga projektledare för Kulturrestan/RM Melbourne 2014. Det är Karin Timuska och Maria Stevenberg och på detta informella sätt skulle de vilja veta vilka som är intresserade av att erhålla fortsatt information om RM i Melbourne 2014. Maila då snarast till [swea.rm2014@gmail.com](mailto:swea.rm2014@gmail.com) så lägger de till dig till intresselistan! Skriv också vilken SWEA-avdelning du tillhör.

Vi ska jobba hårt med att hålla kostnader nere. Jag vet att AirAsia flyger rätt billigt till Melbourne och ut från Sydney. Vi ordnar transporten mellan Melbourne och Sydney. Hoppas vi ses här om ett år, om inte förr i Bologna! Varmt välkomna!

Jennifer Grahn  
Ordförande SWEA Melbourne

# Upptäck Japan i vår



*Munkarna går barfota över glöden när de ber.*

## Dagsutflykt till Hiwatari Matsuri festsivalen

Om du gillar japanska festivaler vill jag tipsa om Hiwatari Matsuri vid Mt. Takao (5 min promenad från Keio line Takaosanguchi station) den 10 mars från kl. 13. Då kommer Yamabushi munkarna ner från bergen och tänder en stor brasa av små trästickor med böner på och utför olika reningsritualer, bl.a. för lycka, hälsa, välgång, långt liv, städa ut onda andar och så vidare.

När elden lagt sig och övergått till glöd, tar de av sig skorna och går barfota genom elden. Medan de ber, strör de ut salt i en reningsritual. När de är klara, är det din tur att ta av dig skorna och gå över glöden! Jo, det går att uthärda, det gör inte så ont fast man går rätt fort!

Efteråt rekommenderar jag att äta middag på Ukai Toriyama, en mysig traditionell japansk restaurang. Bordsreservering är nödvändigt (042-661 0739).

## Helgutflykt - Taragawa Onsen

Om du vill resa iväg en helg till ett fint rusikt ryokan beläget vid en härlig flod-onsen ska du åka till Taragawa Onsen i närheten av Minakami i Gunma prefecture. Enklast är att ta sig hit med bil, ett par timmar från Tokyo.



*Ett av utomhusbaden vid Osenkaku ryokan.*

Man kan åka bara över dagen men det är en upplevelse att övernatta på Osenkaku ryokan och njuta i ett utomhus onsen vid floden på sena kvällen då lyktorna är tända. Ryokanet är i gammalt knarrande trä och man sover traditionellt på futoner på glovet. Till middag serverades vi bl.a. soppa med björnkött. Man får en fin yukata och går över hängbron ner till floden där man kan välja mellan olika utomhusbad. De flesta är blandat män och kvinnor men man får en liten handduk om man känner sig blyg. Det finns även ett jättefint bad bara för kvinnor. Vi var där i mars då baden fortfarande låg omgivna av snö som man lätt kunde svalka sig med härligt!

På väg till eller från Taragawa onsen kan man stanna till i Minakami Town och besöka Minakami Folk History museum eller ta del av alla utomhusaktiviteter som erbjuds i området, bl.a. river rafting och bergsklättring. En av Japans pärlor för riktiga onsenälskare är gamla Hoshi onsen, byggt helt i trä. En smal skogsväg slingrar sig upp för bergen och man måste se upp och veja för lata apor på vägen hela tiden. Hoshi onsen har inomhusbad och det är blandat män och kvinnor. Det består av flera små olika träbad och man flyttar sig runt hela tiden då de håller olika temperaturer. Man kan övernatta här i Chojukan ryokan, eller bara stanna för en måltid.

# Upptäck Japan i vår



*Karin med familj ligger nergrävda i den heta sanden i Ibusuki.*

## **Kyushu – Japans tredje största ö**

Våren kommer tidigare på Kyushu, Japans tredje största ö sydväst om huvudöarna och det är ett spännande och omväxlande resmål. Man kan åka Shinkansen ner hela vägen från Tokyo som tar ca 5 timmar eller flyga direkt till Kumamoto från Haneda. Kyushu är stort och det finns mycket att se, men här är några av mina favoriter.

Nagasaki är en trevlig stad med intressant historia. Förutom Nagasaki Atomic Bomb Museum, (som jag tycker är bättre än Hiroshimas) är ett besök i Dejima ett måste. Det var hit de holländska köpmännen var förvisade under Japans stängda tid från mitten av 1600 talet till 1855. Man har återupbyggt denna handelsplats som ett open air museum. Uppe vid Clover Garden finns också många västerländska hus från början av Meiji perioden som är öppna för besökare. Nere vid hamnen ligger trevliga restauranger och affärer och man kan ta en linbana upp till toppen av ett berg med fantastisk utsikt över de gröna böljande bergen och havet.

Från Nagasaki på väg till Kumamoto kan man bila över till Shimabara-halvön som har en blodig historia. Shimabaras slott är mest känt för "The Shimabara Rebellion" 1637, upproret

som ledde till att Japan stängde sina gränser för omvärlden i 200 år. Nordväst om slottet finns en fin gata med välbevarade samurajhus som är värda ett besök. Kumamoto ligger en kort färjeresa bort från Shimabarahalvön. Kumamoto har också ett fint stort slott, ursprungligen från början av 1600 talet, med ett intressant museum om bl.a. Satsuma revolten 1877 då de sista samurajerna kämpade mot shogunatets upplösning. Bäst är att hyra bil och köra runt då avstånden är stora och tågnätet begränsat. Åk upp mot Mount Aso-vulkanen för vackra vyer eller ta en roddtur på spektakulära Takachiho-kyo gorge på väg till den vackra onsenbyn Kurokawa onsen, en klar favorit!

Sanga Ryokan är jättemysigt med små träbyggnader med halmtak och fina utomhusonsens vid floden. Hela byn är som att förflytta sig bakåt i tiden. Man kan onsen hoppa sig runt i byn och prova flera olika eller bara äta gott och strosa runt bland de små gatorna och mysiga affärerna i sin yukata!

Nordöstra Kyushu har många små keramikbyar, de mest kända är Arima, Karatsu och Imari som inspirerades av Koreanska keramiker under tidigt 1600 tal (som hölls fångna här som slavar tills de hade lärt upp japanerna).

På södra Kyushu är Kagoshima utgångsorten. Härifrån kan man lätt flyga tillbaka till Tokyo. Sakurajimahalvön, med sin stora vulkan är en trevlig halvdagsutflykt. Man tar färja över och bilar sedan runt vulkanen. 1914 hade den ett utbrott och spottade ut över 3 miljarder ton aska. Det var då ön blev en halvö p.g.a. lavan som då förband ön med fastlandet. Man kan stanna vid ett shrine (kurokami torii) vars toriiport bara sticker upp ur askan fräckt! Kör upp och titta ner i kratern eller promenera bland lavafälten. Vulkanen spottar ut lite aska lite då och då, så ha ett paraply redo även en solig dag!

Ett shrine som är ett onsen? Jo då, det finns på Sakurajima och heter Hotokeno-yu. Man måste klä sig i ett vitt linne innan man går ner i det heliga vattnet. Söder om Kagoshima breder Satsuma halvön ut sig som erbjuder vackert böljande landskap. Ett stopp i Ibusuki för att gräva ner sig i den svarta lavastranden alldeles vid havet är en rolig upplevelse. Man klär sig i en yukata och blir nedgrävd, bara huvudet sticker upp. Sedan ligger man och svettas i den heta sanden - som ett bastubad. Håll koll på tidvattnet bara, det är inte så kul att ligga fast när vattennivån når hakan!

## **Chiran 34 km söder om Kagoshima,**

är en fin gammal by som har sju välbevarade samurajhus med trädgårdar. Många är öppna för allmänheten och man får en bra uppfattning om hur samurajerna levde. Chiran är också känt för sitt Kamikaze Memorial Museum. Det var härifrån de flesta kamikazepiloter flög på sitt sista uppdrag mot en säker död för att hedra fosterlandet. De unga männen utbildades och levde sina sista dagar här.

Från Kagoshima kan man ta båt 4 timmar söderut till Yakushima, en Unesco World Heritage Site, men den resan får jag berätta om en annan gång!

*Karin Geen*

Karin Geen

# Matlagningskurs hos Hattori-san

Fyra frågor till Charlotte Alverén Lundén efter matlagningskursen hos Hattori den 13 februari.

## Vad gjorde ni hos Hattori-san den här gången?

Den här gången var det konsten att göra sushi som stod på agendan. Det var första gången jag var hos Hattori-san under dagtid och det fanns mer tid för kaffe och småprat innan lektionen började än vad det finns på kvällstid, supertrevligt!



Gabriella Wising och Eva Larsson fläktar riset tills det är kallt.

## Vad lärde du dig som du inte visste innan?

Oj, mycket som vanligt! Men framförallt att sushi inte är ris med rå fisk, utan att det är ris blandat med vinäger! Vad man sedan väljer att ha till sushi är upp till var och en. Hattori-sans favorit är t ex en maki med skinka, ost, champinjoner, avokado och så ris förstås. Min favorit från lektionen blev helt



Hattori-sans tips på wasabi, utan tillsatser och med god smak.

klart Oshi zushi, både enkelt och jättegott!

## Vad är det bästa med att delta i Hattori-sans matlagningsklasser?

Det bästa är ju självklart att vi får lära oss laga japansk mat men



En Hosomaki Zushi rullas ihop.

även att det finns tillfälle att fråga alla möjliga och omöjliga frågor. Ovärderligt, tycker jag, är också Hattori-sans tips på vilka varumärken som är bra när man ska handla t ex vilken soja, mirin, wasabi med mera som är bäst. Det underlättar enormt i butiken!

## Har du några matlagnings- eller matinköpstips du kan dela med dig av?

Klassikerna att ha hemma för min del är soja, mirin, saké, färsk ingefära och vitlök. Jag tycker att vad jag än ska laga för japanskinspirerad mat så innehåller rätten alltid minst två av dessa ingredienser. Wasabi på tub är också super, igår fick vi lära oss att wasabin på bilden är Hattori-sans favorit, inga konstiga tillsatser och god!

# Program för Mars

## Mars

- 1 F Utflykt Machida Loppis
- 2 L
- 3 S Flickornas dag  
Tomodachi med  
Japanskmatlagning
- 4 M Starbucks
- 5 T NYTT! BARISTA  
LatteArt
- 6 O Styrelsemöte
- 7 T Barngrupp  
Sakeprovning
- 8 F Kalligrafi
- 9 L
- 10 S
- 11 M NYTT!  
Paketinslagning  
Naname Zutsumi
- 12 T Matlagning hos  
Hattori-san dag
- 13 O Utflykt Dirty dish
- 14 T Syjunta  
AWE – Afterwork Erfaren  
hetsutbyte  
Tema Jämställdhet
- 15 F Upptäck Tokyo -  
Shimo-Kitazawa
- 16 L
- 17 S
- 18 M Starbucks
- 19 T Washiäggspysssel
- 20 O Helgdag
- 21 T Barngrupp  
Prova-på-Yoga
- 22 F Upptäck Tokyo  
PLOMMON PARK och  
GREENWALK  
flyttas tidigare - ev 4 mars
- 23 L
- 24 S
- 25 M Tomodachi Våffeldagen
- 26 T Matlagning hos Hattori-san  
Kväll
- 27 O SWEA Moskva på besök
- 28 T Afterwork
- 29 F Det börjar blomma...
- 30 L
- 31 S

# Säsongens grönsak Fukinotō

*Fukinotō (eng. Butterbur sprouts) hittar man i de japanska matvarubutikerna under våren. Växten tittar upp ovanför snötäcket under den tidiga våren och dess knoppar kan ätas både öppnade och stängda. De har en bitter smak som mildras när de tillagas med olja, därför passar grönsaken utmärkt som tempura eller sauterade i misosoppa. Fukinotō som växer i kallare klimat sägs vara bittrare än de som växer längre söderut.*



## NÄSTA NYHETSBRÄV KOMMER DEN 1 APRIL

maila oss gärna på [japan.swea@gmail.com](mailto:japan.swea@gmail.com)