



# ミクロネシア NEWS

2019年6月21日第10号

JICA 青年海外協力隊

ミクロネシア連邦派遣

小学校教育隊員

磯崎 春美（中野区立江原小学校）

江原小学校のみなさん、カセレーリエ！（ポンペイ語でこんにちは）

さて、先週の16日に人気テレビ番組でミクロネシアの紹介がされていました。6年生担任の伊藤先生からすぐに「テレビにミクロネシアが映っていたよ！」と連絡がありました。ミクロネシアの食べ物や人柄、日本との関係を知ってもらえたと思います。太平洋の小さな島がこうして日本のテレビで紹介されたことをとても嬉しく思いました。（知り合いのポンペイ人がイモトさんと滝に打たれていました。）

さて、ポンペイでは5月末に小学校や高校、大学で卒業式が行われました。ネッチ小学校でも体育館で素晴らしい卒業式が行われていました。体育館の飾り付けも豪華なのですが、当日、お祝いのために家族や親戚が持ってくる食べ物の量に一番驚きました。そして6月からは2か月間の夏休みに入ります。

今回のミクロネシアニュースでは、ポンペイの食べ物を紹介します。普段食べているものや特別な行事の時に食べるものなどを写真でお伝えします。中にはみなさんが絶対に食べないであろう食材も出てきます。

## おいしいフルーツ



カラチバナナ



ミクロネシアは太平洋の赤道近くに位置しているため、南国でとれるフルーツがたくさん実っています。一番よく獲れるのがバナナです。バナナにはたくさんの種類があり、1年中収穫することができます。私が一番好きなバナナは「カラチ」という品種です。このバナナはビタミンたっぷりで、マンゴーとバナナを掛け合わせたような味がします。熟すと皮の色も緑ではなくオレンジ色になります。



ほかにもパイヤやローカルアップルなどがありますが、おすすめはマンゴーです。左側二枚の写真は道でひろったマンゴーです。みなさんが知っているマンゴーと少し形は違い、みかんくらいの大きさです。味はさっぱりしていてとてもおいしいです。実が熟す季節になると、道端にたくさんマンゴーの実が落ちるので、子どもたちがよく拾ったマンゴー食べています。日本だとマンゴーはとても高いので、私はいつもマンゴーを探しながら道を歩いています。



# 新鮮なお魚、ロブスター



日本と同じような島国で、周りを海で囲まれているため、ミクロネシアでは様々な魚、魚介類を食べることができます。そして何より魚の値段がとても安く、マグロも小さめのものであれば2000円以内で一匹丸ごと買うことができます。ほかにもアジ、ハタ、ロブスターやマングローブガニもとても安いです。魚はどれもとても新鮮でおいしいです。私は今、魚をさばく練習をしています。目標は自分で刺身のお造りを作れるようになることです。ポンペイの人は油で揚げて食べるか、生の魚を手でむしって醤油をつけて食べるのが一般的です。「サシミ」という言葉もありますが、日本で食べる刺身のイメージとは少し違います。

ポンペイ島では野菜を育てている場所がありません。輸入される野菜は値段が高く、新鮮でないものも多いため、こういった魚などの食材が現地の人にとっても貴重な栄養源になっています。

## 他にもいろいろな食べ物が...



ポンペイでよく食べられているのが「パンの実」という果実です。この実は気になっていて20cm~30cmくらいの大きさです。左のように緑色のブツブツの皮でおおわれています。皮のまま適当な大きさに切って、バナナの葉で蒸し焼きにすると右のようになります。「イッテQ」でイモトさんがこのパンの実を食べて「サツマイモとジャガイモを掛け合わせた味」と表現していましたが、まさにその通り！栄養も豊富です。



次に紹介するのは「豚の丸焼き」です。豚は普通の家庭でよく飼われています。なぜなら誕生日やお葬式の際に参加者が豚をお土産やプレゼントとして持つという習慣があるためです。豚のほかにもポンペイの人は犬を丸焼きにして食べます。私も最初に犬の丸焼きを見たときは衝撃を受けました。しかし、文化や伝統を学ぶという意味ではこういう習慣があることを学ぶことも大切であると感じました。ほかにも一部の人はカメを食べることもあります。食文化は国によってこんなにも違うのですね。



最後は「サカオ」という飲み物です。サカオという木の根をつぶして水を混ぜ、絞った汁を飲みます。この飲み物にはリラックス効果があり、飲んだ人はどんどん静かになっていきます。ドロドロの泥水のような感じで、味はあまり美味しくありません。しかし、この味が好きな日本人も中にはいるそうです。社交的な場やお葬式でも飲まれるので、ポンペイの人にとっては大切な飲み物です。また、飲むときは目をつぶって飲むという決まり事もあります。隣国の国でも「カヴァ」という同じような飲み物が飲まれています。