

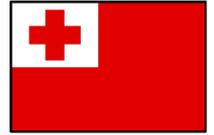
# ハローフレンド通信別冊 Vol.17

# 「世界を知ろう World Knowledge」

「世界を知ろう World Knowledge」では、海外の国や文化をみなさんにご紹介します。

## ラグビーW杯出場国紹介 「約 170 島群からなる国家 トンガ王国」

### トンガ王国ってどんな国



- ◆国名：トンガ王国 Kingdom of Tonga
- ◆首都：ヌクアロファ
- ◆公用語：トンガ語、英語（ともに公用語）
- ◆国歌：トンガ王国の王の歌
- ◆国花：ヘイララ
- ◆面積：720 平方キロメートル（対馬とほぼ同じ）  
南太平洋に浮かぶ約 170 の島群からなる国家です。
- ◆人口：約 10,6 万人（2015 年現在）
- ◆人種民族：ポリネシア系（若干ミクロネシア系が混合）
- ◆宗教：キリスト教（カトリック、モルモン教等）
- ◆日本との時差：日本より 4 時間進んでいます。



【国章】

ヘイララ祭りと呼ばれる、国王の誕生日を祝うトンガで最も大規模なイベントがあります。各国からも多くの人が集まり、パレードや様々な催し物が行われます。

容姿だけでなく知性も兼ね備えた美しい女性がステージ上で競うミス・ヘイララコンテストも開催されます。



### トンガの観光スポット&グルメ



**マハアタフ・ビーチ**  
トンガタプ島の北端にあるビーチ。白く美しい砂浜と、浅瀬ではサンゴや魚が見られるほど透き通った海が特徴です。



**オタイカ**  
トンガ風の刺身。生魚をタマネギやライム汁、塩、ココナッツ、トマトを加えて和えたもの。

**ハアモンガ・ア・マウイの遺跡**  
1200 年頃の古代ポリネシアの遺跡。



**マタ暮れ時に見られる夕日の美しさも有名です。**

**フファンガルペ**  
トンガ語で「ハトの出入口」という意味。サンゴから出来た自然の橋で、渡ることが出来ます。



#### 子豚の丸焼き

トンガの伝統料理。冠婚葬祭やクリスマス、新年といったお祝い事には欠かせない料理で、各家庭で行われています。庭先で調理される場合が多く、可愛がられていた子豚があっという間に肉にされてしまいかわいそうですが、トンガの人々にとっては当たり前の光景となっています。



## 世界のお米あれこれ

お米

【インドネシア】生産量は中国、インドに続く世界第3位。炊飯の仕方は、鍋に水を入れて沸騰させ、洗った生米を入れ、ぐつぐつと煮るのが一般的。食べ方は、お皿にご飯を盛り、周りに色々なおかずを盛りつけ、混ぜ合わせながら食べる「ナシチャンプル」（チャンプルは混ぜるという意味）や、スープをご飯にかけてお茶漬けのように食べる「ナシソト」（ソトはスープの意）が毎日食べられています。お祝いの際には、ターメリックで黄色に色付け、みかんの皮やレモングラスなどで香り付けした「ナシクニン」が、尖った山のような形に盛りつけられ、招待された方々に振る舞われます。日本の赤飯のようなものですね。



【アメリカ】次の6州が主な産地です。コシヒカリやあきたこまち等の日本でも有名なお米が作られています。アメリカ南部ではジャンバラヤ（パエリアのようなスパイスの聞いた料理）という有名な米料理があり、アメリカ全土でお米を牛乳とお砂糖で煮込んで作るライスプディングが親しまれています。ライスプディング発祥の地はヨーロッパと言われていますが、北米に渡ったヨーロッパ移民によってアメリカやカナダで広まっていたそうです。元々アメリカ北部でインディアンが食べていたワイルドライス（野生米）という珍しいお米もあります。自然に生えていたのでワイルドライスと言われていました。真っ黒で細長く、とても固いので、長い時間煮込まなければいけません。

【オーストラリア】オーストラリア米のルーツは日本のお米です。100年前のオーストラリアでは、お米を作っていませんでしたが、現在は日本のお米より少し大粒のお米や、日本米がたくさん作られています。オーストラリアの米生産量のうち、約85%がジャポニカ米で、中・短粒種になります。アジア系のスーパーに行かなくても、オーストラリアの一般のスーパーで多種類のお米が売られています。中でもmedium grain rice やsushi rice が一番日本米に近く、多くの人に好まれています。オーストラリアの一般家庭にある炊飯器はとても簡単な造りをしており、ボタンは炊飯と保温しかありません。アメリカやカナダでもこの簡易的な炊飯器が主流のようです。



## ホームステイ体験記

◆ホストファミリーとして、初めてのホームステイを通じて経験したこと、知ったこと。

・簡単な会話はできていたので聞き取りもできているのかと思ったら、全くわかっていないことも多々ありました。ちゃんと返事をしていてもわかっていない可能性があるのできちんと理解しているか確認する必要があると気づきました。（アメリカ人受け入れTファミリー）

・中国の朝食は基本お粥だそうです。飲み物は年中温かいお湯かお茶。体にいいなあと思いました。（中国人受け入れMファミリー）



袋井市では、様々な国際交流イベントを実施しています。  
★イベント情報について「ハローフレンド通信」をご覧ください！

袋井市役所企画財政部企画政策課国際交流室  
TEL 0538-44-3148 FAX 0538-43-2131  
MAIL kikaku@city.fukuroi.shizuoka.jp