

# コロンビアだより

## No.3 コロンビアの伝統料理について

ブエナスタルデス！（スペイン語で「こんにちは！」）

今回はコロンビアの伝統料理について紹介します。まず、量が多くて力が出る“バンデハパイサ”は、特に田舎で労働者に好まれてきたものです。主役は大豆のソースとご飯、目玉焼き、ソーセージなどで、肉やチチャロン（豚肉をカリカリに揚げたもの）、アボカドなどもよく付けます。次に“タマル”は、トウモロコシ粉から作る生地で肉や野菜などをくるみ、バナナの葉で包んで蒸したものです。朝食としてもよく食べられています。

さて、問題です！タマルと一緒に飲む定番は何でしょう？……コロンビアは、コーヒーの生産量がブラジル、ベトナムに次いで世界第3位で、おいしいコーヒーが気軽に楽しめます。また、日本では見られないトロピカルフルーツが豊富で、食事の際にジュースやレモネードもよく飲みます。しかし、タマルには、チョコレート（ココア）がお決まりだそうです☆私の以前の派遣先であるウガンダでも、これらとそっくりな料理がポピュラーで、つながりを感じます。

また、貝だくさんのスープも人気があります。首都ボゴタや私の任地マニサレスなどの高地は寒いので、体が温まるからだそうです。お腹が空いてきました。では、また来月！

あわら市出身の JICA シニア海外ボランティアの山田進一郎さんが、派遣国であるコロンビアでの生活や活動について紹介します。



▲バンデハパイサ (左)、タマル (右)

**山田 進一郎さん (55歳)** 職種：数学教育  
あわら市出身。51歳の時に JICA 海外協力隊に初参加。ウガンダ共和国で2年間活動を行った。今回が2度目の参加となる。

## ベビースタ

H30.11.1 ~ 11.30 届出順 <敬称略>

氏名	性別	お父さん	お母さん	行政区
久保 結	女	浩司	麻莉	熊坂
安川 ののか 希帆	女	博基	晴菜	古
松本 ゆづき 結月	女	優太	佳代子	古
山本 りお 莉央	女	耀介	瑞稀	国影
清水 やまと 大和	男	和人	憂子	北湯東
新宅 みな 未菜	女	博之	裕美子	青ノ木
上野 りゅうそう 竜壮	男	悟志	絵梨	河水苑
高橋 さな 采渚	女	良典	舞	河原井手
青池 みさ 美咲	女	紳司	裕美	東温泉
岡 はやと 快采	男	博志	郁美	日の出
佐孝 りつ 律	男	悠介	ゆり	北湯西
坂井 よう 蓉	女	辰徳	裕子	古

ドイツにて (ベルリン大聖堂)



詳しくは、なかもとさんのブログへ！



◆「声の広報」をご希望の方は、あわら市社会福祉協議会へ (☎ 73-2253)



## 観光協会通信 HAPPY

あわら市観光協会から、旬のお知らせをお届けします。

### 切り餅編み&かきもちづくり

もちっこ会の皆さんと一緒に、切り餅編み体験をしてみませんか。編んだかき餅はお持ち帰りできます！揚げたてアツアツのかき餅と、自家製もち米と小豆を使用した手づくりぜんざいで、おやつ時間も楽しめますよ♪ そのほか、地元名物「もちっこ会特製 一口かき餅」のお土産と、ランチスイーツめぐりクーポンも付いています。

**とき** 1月25日(金)、26日(土)、27日(日) 9時30分～12時

**ところ** えちぜん鉄道あわら湯のまち駅 集合

**参加費** 大人4500円、子ども2000円

親子ペア (大人1人・子ども1人) 5500円  
※大人：12歳以上、子ども：4～11歳

**定員** 各日10人



通常より 1000円お得！

「もちっこ会」とは

「かきもち」や「とびつきだんご」など、あわらに伝わる昔ながらのお菓子を手作り販売している農業者グループ。冬の農閑期に何かできることをと、20年前に設立。 ▲藤田ハデ子さん ▲藤井藤子さん

**問合せ・申込み** (一社) あわら市観光協会 ☎ 78-6767 (平日 8時30分～17時)

※写真はイメージです。

### 編集後記

今月号の「友好都市締結」の記事で取り上げた漫画「藤野先生と魯迅」を、私も読んでみました。藤野巖九郎と魯迅の人となりや交流が分かりやすく描かれていて、二人のことを全く知らない人にもお勧めです！余談ですが、漫画には広報係が撮影したであろう写真も使われていました。ただ、使われたのは、会心の1枚ではないため、少々複雑な心境です……。 (夕)

## 1月の老人福祉センター利用日

市 姫 荘		利用地区
4金	×	
7月	×	クラブ活動
8火	○	★坪江B・里方・本荘
9水	○	★金津
10木	○	
11金	○	★伊井
15火	○	★細呂木A・吉崎・北湯・山方・温泉
16水	○	
17木	○	
18金	○	★細呂木B・波松
21月	×	クラブ活動
22火	○	★坪江A・劔岳・新郷
23水	○	
24木	○	
25金	○	★坪江B・里方・本荘
29火	○	★伊井
30水	○	
31木	○	

★は通所事業です。

坪江地区、細呂木地区の内訳は次のとおりです。  
坪江A 中川・東田中・瓜生・南疋田・北疋田・次郎丸・御簾尾・北野・北・前谷・上野  
坪江B 笹岡・熊坂・下金屋・畝市野々・牛ノ谷・名泉郷  
細呂木A 滝・青ノ木・宮谷・坂口・蓮ヶ浦・細呂木・橋屋・樋山・細呂木駅前  
細呂木B 山西方寺・柿原・山十楽・指中・沢・嫁威・日の出・清王

利用地区以外の方は、入浴欄に○の付いている日の13時から15時まで入浴できます。この日は、えちぜん鉄道あわら湯のまち駅(正面玄関付近)から市姫荘まで、送迎ワゴンを運行していますので、ご利用ください。

**送迎ワゴンの時間 (あわら湯のまち駅発着)**  
行き 13時30分発 / 帰り 14時50分ごろ着

## リサイクルバンク

《ゆずります》

猫のケージ、琴と爪、組紐の道具一式 (丸台、たて台、紐数種)、スキーウェア2着 (ピンク・M、ブルー・L)

《ゆずってください》

スキーのストック、チャイルドシート (新生児～6歳児用)

**問合せ** 生活環境課 ☎ 73-8017



このコーナーでは、地域おこし協力隊の中内があわらに住んで感じたことや協力隊の活動について報告していきます。

## aキューブで「にぎわいステージ」企画中！

JR 芦原温泉駅前の aキューブで、誰でも参加できる「にぎわいステージ」を企画しています！「にぎわいステージ」とは、金津本陣にぎわい広場に準備するステージで、参加者にさまざまなパフォーマンスを披露していただく企画です！



名古屋にいたころ、趣味で音楽イベントを企画していたところ、市内の友人からアイデアを頂き、実行することにしました。習い事や趣味など、日ごろの練習成果を発揮する場、また、地域の人たちとの交流の場として活用していただけたら幸いです！

「みんなの前で何かしてみたい！」という皆さん、まずは気軽にお問い合わせください。

**とき** 12月23日(日)、平成31年1月6日(日)、1月20日(日) 10時～14時 ※雨天中止

**ところ** 金津本陣にぎわい広場 (aキューブ)

**パフォーマンスの例**

ギター弾き語り、アカペラ、手品、ダンス、漫才、紙芝居など  
※パフォーマンス時間：5～10分 (準備時間は含まれません)  
※パフォーマンス内容の事前チェックがあります。(常識範囲内のものなら大丈夫です)

**参加費** 無料！

**問合せ** 地域おこし協力隊 中内 (あわら市 政策課) ☎ 73-8005

**Profile**：地域おこし協力隊 なかうち そうた 中内 奏太 (26)

愛知県名古屋市出身。地域おこし協力隊として、あわら市役所政策課に勤務。休校となっている波松、吉崎、新郷小学校の利活用を中心に、あわら市の地域活性化に取り組む。

「あわら市 地域おこし協力隊」Facebook ページでも活動の様子を掲載しています！→



## 広報紙だけじゃない！あわら情報はここからゲット！

### マチイロ

スマホに「広報あわら」が毎月届く無料アプリ。



### ねっと de あわら

市のHP上でイベントの様子やあわらの輝く人を動画で紹介。



### あわら市 Facebook

リアルタイムなあわらの話題を楽しく更新中。



### メール配信サービス

防災・就活支援・子育て・婚活・動画更新情報などを配信。



**災害テレホンサービス** ☎ 0180-99-7000 (自動案内) 聞き取りにくかった防災行政無線の内容を確認可能。