

架け橋

JICA 海外協力隊 2021 年 1 次隊
 ナミビア 小学校教育
 ウサコス エロンゴサ小学校
 川畑 舞

第 11 「スーパーマーケット」号





1、OK ミニマーケット

今回は、ウサコスのスーパーマーケットの様子をお伝えします。

ウサコスにはタウンに OK ミニマーケットというスーパーマーケットが一店舗のみあります。お店で売られている半分以上のものは南アフリカより輸入されています。ナミビア人の友達が「南アフリカと仲が悪くなったら、私たちはパップ（メイズ粉をゆでたもの）とお肉しか食べられなくなるわね（笑）」と冗談を言う程です。なので、野菜やチリソースなどでナミビア産のものを見つけると嬉しい気持ちになります。それでは、店内の様子をご紹介します。

OK ミニマーケット	荷物置き場
	
<p>月-金は 8 時から 18 時、土は 16 時、日は 13 時まで営業しています。</p>	<p>盗難防止の為、入り口の荷物置き場に荷物を預けなければいけません。</p>
野菜	果物
	
<p>レタス 1 玉約 187 円（2022 年 8 月現在）と野菜はやや高めです。</p>	<p>青リンゴ 1 袋（1kg）約 195 円と日本より安いです酸味が強いです。</p>

<p>乳製品</p>	<p>お肉</p>
	
<p>飲むヨーグルトや牛乳がたくさんあります。牛乳は1L約203円です。</p>	<p>豚肩肉1kg約640円とビーフチョップ1kg約916円と日本より安いです。</p>
<p>お肉売り場の店員</p>	<p>調味料</p>
	
<p>「ハローマイフレンド！」といつも明るく声をかけてくれます。</p>	<p>日本の調味料は売っていませんが、基本的なものはすべて揃います。</p>
<p>麺類</p>	<p>缶詰</p>
	
<p>パスタやインスタントヌードルなどが売られています。</p>	<p>シーチキンやトマト、コーン、フルーツなど何でもあります。</p>

冷凍食品	日用品
	
<p>フィッシュフィンガーやミックスペジタブルなどよく買います。</p>	<p>日本でも売られているシャンプー(パンテーン 400mL)が約 681 円です。</p>
チェッカー	輸入の様子
	
<p>エロンゴサ小学校の卒業生です。誰よりもてきぱきと働いています。</p>	<p>毎週、大型のトラックでたくさんのものが運ばれてきます。</p>

2、恋しくなる日本食

何でも揃う OK ミニマーケットですが、日本人の私にとってパンやパスタ、ポリッジの生活を続けることは難しく、時折、日本食が恋しくなります。そんな時は首都で生活をしている日本人ボランティアの仲間に、首都の中華ショップや台湾ショップで醤油やみりん、ごま油、顆粒だし、とんかつソース、お米など売っているものを買っておいてもらい、首都へ行った時に受け取ります。それらを使って、これまでにお寿司や天ぷら、親子丼、焼き餃子、豚カツなどを作って学校の先生や任地の友人に振る舞いました。一番人気はやはりお寿司でしたが、天ぷらも意外に好評でした。海外での生活では健康管理が何より大切ですので、あるもので工夫して調理する力も身に付けていきたいです。