



幻の駅はまだあった…?!

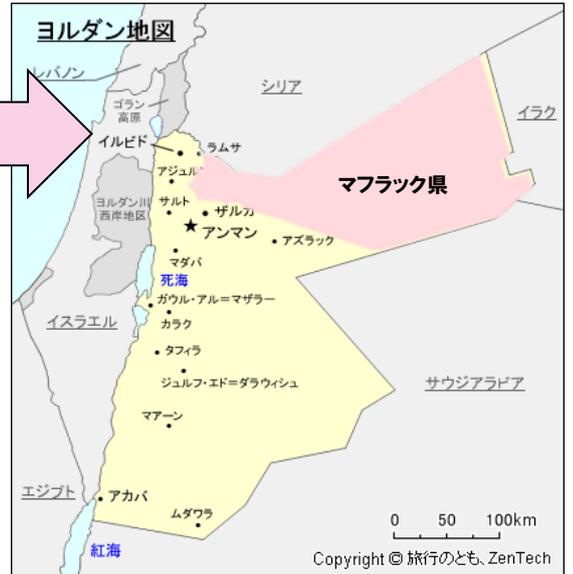
この駅、見覚えありませんか?? そう、No.16 で紹介したヨルダンの幻の鉄道の駅です。でも、あれ? アンマンじゃない…実は、「マフラック」という別の場所で駅を発見しました。そんなマフラックと、その場所で生活する隊員について紹介します。



マフラックとは?

マフラック県は、ヨルダンの北西に位置していて、シリア・イラク・サウジアラビアと接しています。人口約30万人が暮らす、ヨルダンで2番目に面積が広い県です。(マフラック市の人口は約4万8千人です。) 人口の半数はシリア人と言われています。

街にはスークという大きな市場があります。歩いてみると、お店の人たちがとても親切で、よくおしゃべりしたり日本のことについて尋ねてきたりしました。マフラックは街のほとんどが砂漠で、よく砂嵐が起こるそうです…。しかし、紀元前1世紀に栄えた都市の遺跡が今も残る、歴史ある場所です。



そんなマフラクで生活中的の隊員は…

ユスラーさん。福岡県出身。「ユスラー」という名前は古風らしく、大人の方にも自己紹介すると、喜ばれます☆大家さんが作る料理がとにかく大好き！特に、羊肉で作る「クフタ」（ハンバーグのようなもの）がお気に入り♪



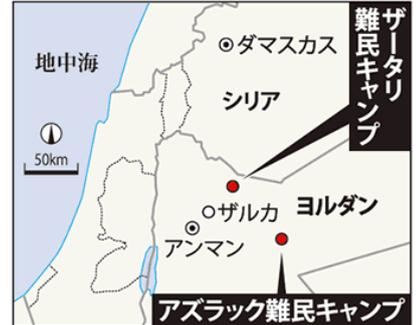
その名も、ユスラー！
(アラビア語の名前です)



ユスラーさんが活動するのは、マフラクにある「ザータリキャンプ」。ここは、シリア難民の方が暮らすキャンプです。(右の資料参考)
興味のある人は、横のQRコードをスキャンして読み込むか、クリックすると、毎日新聞の記事を読むことができます。



ヨルダンの主なシリア人難民キャンプ

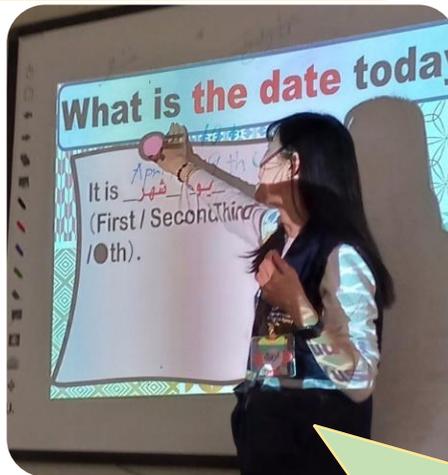


キャンプ名	ザータリ	アズラク
所在地	マフラク県	ザルカ県
設置年月	2012年7月	2014年4月
面積	5.3平方キロ	14.7平方キロ
難民の人数	7万9000人	3万6000人
18歳未満	57%	58%

※公益社団法人毎日新聞大阪社会事業団「2016年ヨルダンのシリア難民報告(写真特集)」より引用

2011年にヨルダンの北にあるシリアという国で、シリア人同士で争いが起こりました。2012年、その争いから逃れるためにヨルダンに多くの難民がやってきました。私は「ザータリシリア難民キャンプ」で難民の少女たちに英語の授業をしたり、世界の文化を教えるアクティビティを行ったりしています。

難民の女の子たちの中には日本が大好きな子がたくさんいるんですよ！



ザータリ難民キャンプで活動する(した)団体 ※一部

国連UNHCR協会	
国境なき子どもたち	
セーブ・ザ・チルドレン	
特定非営利活動法人ジェン	



ザータリ難民キャンプでは、世界中の様々な国々からの支援で、学校や病院など人々の生活に必要な施設が運営されています。日本もキャンプ内の水道の支援をしました。

また、国際NGOという世界各国の人々からの寄付で運営されるたくさんの団体がキャンプ内で活動しています。働く人々がどの団体が、目で見てすぐ分かるように、その団体のポロシャツやバストを着ます。そのため、私もいつもJICAのバストを着て活動しています。

実は、ザータリ難民キャンプへ誰でも簡単に入ることができません。登録された団体の限られた人のみが入りできます。ユスラーさんもそのうちの1人。ザータリ難民キャンプでの生活や活動は想像するしかありませんが、キャンプ内の子どもたちが少しでもより楽しい充実した生活となるよう、彼女の活動を応援することが私にできることかなと考えます。そして、国連UNHCR協会では、11月より「難民映画祭」を開催するようです！少しでも興味をもった方はぜひこの機会に映画を通して、難民について知る第一歩を踏み出してみませんか？現地からは離れた日本からもできることはある！世界に目を向ける良い機会になるはずです。



では、また次回！
مع السلامة





よめ!



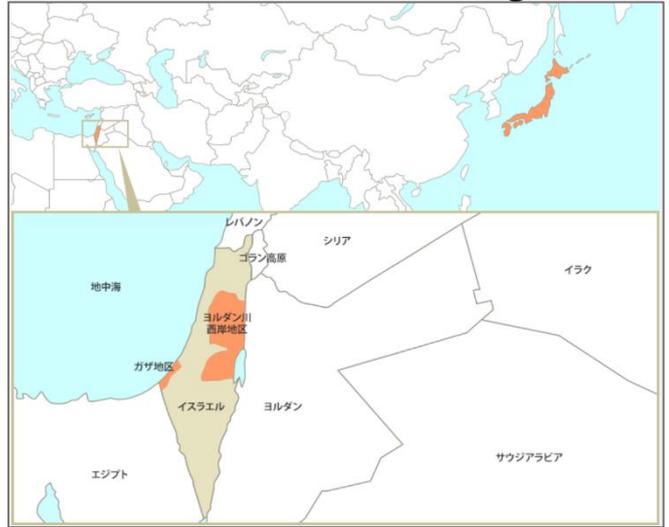
2022-1 次隊 岡崎 友里



いま、ヨルダンで起きていること



日本でも報道のあるように、中東パレスチナ（ガザ地区）とイスラエルでは、悲しい事が起きている。このことに関してこのお便りで書くかどうかとても悩みました。なぜなら自分の言葉で説明できるほど今の状況やこれまでの背景を理解できておらず、複雑な出来事が絡み合っていることを十分な知識もないままに言葉にすることで誤解を招き、誰かを傷つけてしまうのではないかと心配だったからです。ただ、自分があるヨルダンのすぐ隣の国で起きていることに対して、自分が見たこと聞いたこと、感じたことを伝えることは、自分にできることのひとつではないかと思ひ、こうして書くことにしました。



以前からお伝えしてきたように、ヨルダンにはパレスチナの人たちが多く生活しています。さかのぼると1948年、イスラエルの建国に伴って多くのパレスチナ人が故郷を、家を失ったと言われ、長い人は約75年にわたってヨルダンや他の国で生活していることとなります。（詳しくは、たくさんの書籍があるので参考してください。）

今回の出来事は、ヨルダンを含む中東諸国でとても大きな衝撃となりました。そして、10月7日以降、ヨルダン国内各地でも連日パレスチナの開放や自由・平和を求める集会や抗議が行われています。



طوفان الأردن
كايك من عمان
Demonstrations in Amman
in support of Palestine



国内の公立学校やパレスチナ難民の子が通う学校では、犠牲者へのお祈りが朝礼や集会の中で行われています。涙を流す先生や子どもの姿からは、「悲しい」や「つらい」と言葉で表せるような単純なものではなく、複雑で色々な感情が入り混じっているように感じました。

集会や抗議の様子 (地元メディア「RoyaTV」Instagram より) ↑

テレビやSNS等では関連する情報が飛び交い、自にするたびに現実に起きていることなのかと信じ難いことも多く、涙が止まらなくなることもあり、心が痛む日々です。悲しみに暮れたり悔しさを訴えたりする同僚や友人の近くに居ながら、なんと声をかけていいのかも分からず、こうした状況を見ているだけの自分に無力さを感じたこともありました。私にできることは何だろう…。私にできることをやるしかない。私にできることがどんなに些細なことでも、行動することに意味があると信じて毎日生活するしかない。少し時間が経ち、そう考えるようになりました。だからこそ、これからもヨルダンについて発信し、毎日の活動を自分なりに精一杯行うつもりです。何よりも、一刻も早く互いの攻撃の手が止まり、一人でも多くの命が救われることを願ってなりません。

本当に残念ながら今この瞬間にも命を落とす人、心や身体が深く傷ついている人がいます。日本で一人でも多くの人にこの事実を自に向けてほしいです。

特定非営利活動法人(認定NPO)パレスチナ子どものキャンペーン(CCP Japan)ホームページで「パレスチナ問題」について解説されています。クリックまたはスキャンして一度読んでみてください。



目も手も口ほどにものを言う?!

ヨルダンには、日本では見かけない動作や手のサインがあるのです。知っていると話さなくてもコミュニケーション可能!! 便利でありながら、知らないと戸惑うものも…。子どもたちに協力してもらい、一部ではありますが、集めてみました。(※注意! 意味は使われる場面によって多少変化します。)

Let's talk ?? in Arabic

使用頻度:★★★★☆

意味:「何? どういうこと?」
「さあね。」「わからない」



手の平を上にして
両手を体の横に出す。

使用頻度:★★☆☆☆

意味:「私!」



人差し指を立て、頭の上や体の前に出す。
(主に学校で子どもが拳手をする時に使う。)

使用頻度:★★★★★

意味:「ちょっと待って。」
「ゆっくり。」



指を全て1か所に集めてすばませ、上下に動かす。

使用頻度:★★★★★

意味:「なぜ?」



手で花を作るような形を作り、180度手首をひねるように動かす。

使用頻度:★★☆☆☆

意味:「すごい! 美しい!」



手を大きく下に振り、人差し指を手に当てて音を鳴らす。

使用頻度:★★★★☆

意味:「No! いいえ。違う。」



人差し指を立てた状態で手を左右に振ったり、舌を使って音を出したりする。

使用頻度:★★★★☆

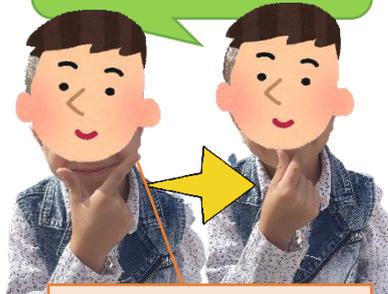
意味:「OK! いいね!」



親指を立てて前に出す。
(日本でよく使う人差し指と親指で丸を作るサインは相手をバカにする意味になることがある。)

使用頻度:★★☆☆☆

意味:「お願い!」



あごをつまむように手を動かす。
(子どもがよく使う。)

使用頻度:★★☆☆☆

意味:「終わり。」



手を開いた状態で左右に広げるように動かす。

使用頻度:★★☆☆☆

意味:「好き♡」

手や指でハートの形を作る。
(子どもがよく使う。)



感情的になるとついつい動作も大きくなるヨルダン人、その動作に意味があると分かったら、相手の気持ちがより理解でき、自分自身の気持ちもより伝えやすくなるかもしれません。ヨルダンへ来た際に、ぜひ使ってみてください。



では、また次回! مع السلامة



ちゅうとうりょうり つく
中東料理を作ってみよう♪3



今回は、久しぶりにアラブ料理のレシピを紹介! アラビア語では「アダス」と呼ばれるレンズ豆(ヒラ豆)を使った料理です。簡単にできて中東の味を楽しめるので、ぜひレンズ豆を手に入れて、挑戦してみてください。

Let's cook Arabic food ♪

مجدرة
 ムジャッダラ

レンズ豆には、色や大きさの異なる種類がいくつかあります。



かんたん
**簡単でおいしい
 中東の豆ごはん!**



材料 (4人分)

- ・レンズ豆…1 カップ
- ・玉ねぎ…2 個
(1つみじん切り、1つ1cm幅スライス)
- ・水…2.5 カップ
- ・米…2 カップ
(お米の代わりにブルゴルを使うことも)
- ・塩…小さじ 2
- ・コショウ…小さじ 1.5
- ・オリーブオイル…大さじ 3~5
- ・ターメリック…小さじ 2分の 1
- ・クミン…小さじ 1



使用するのは皮付きの茶色いレンズ豆



つく かた
作り方

- ①レンズ豆と米は、それぞれ水で洗っておく。
- ②鍋にレンズ豆と水を入れ、火にかける。少し柔らかくなるまで5~10分程度茹でる。
- ③②と同時進行で大きめの鍋にオリーブオイルを入れ、約1cm幅にスライスした玉ねぎを揚げ焼きし、フライドオニオンを作る。焦げやすいので適度に混ぜながらカリカリに仕上げていく。
- ④フライドオニオンを取り出した後の鍋とオリーブオイルをそのまま使い、みじん切りにした玉ねぎを茶色になるまで炒める。
- ⑤玉ねぎの色が変わったら、米、クミン、ターメリックを入れて混ぜる。スパイスが全体に行き渡ったら、レンズ豆を茹で汁ごと入れ、塩とコショウで味を付ける。茹で汁が足りなければ、水を加え、弱火から中火で炊いていく。
- ⑥約15~20分程度でご飯が炊けたら、さらに10分程度蒸らし、皿にご飯、その上にフライドオニオンを盛り付けて完成!



NEW 紙幣が新しくなりました!

ヨルダンでは以前No.7で紹介した紙幣のデザインが変わりました。裏面の建造物や場所が変わり、また、色が旧紙幣に比べて色鮮やかになり、間違えにくくなりました。個人的には、買い物をしたときや乗り物に乗ったときにおつりとして新紙幣を手に入ると、使い込まれたお札より真新しくパリッとしたお札なのが嬉しく、テンションが上がります。

裏面 **新** <見本>

旧 <見本>

表面 **新** <見本>

旧 <見本>



現地の人たちはどちらかという旧デザインの方が好きな人が多い印象です(※私調べ)。みなさんはどうですか?新旧のデザイン、どちらが好きですか?



Let's talk in Arabic

今回は、ヨルダンでは大事になるであろうお金に関わりのあるアラビア語を紹介します♪

お金	いくら?	(値段が) 高い	(値段が) 安い	おつり(残り)	無料
مصاري	أديش?	غالي	رخيص	باقي	مجاناً
読み方: マサーリー	アデーシュ	ガニー	ラヒース	パーキー	マツジャーナン



どうして大事なのか、それは…ヨルダンの人たち、お金の話が好きなんです。新しい服や物を買うと、決まって「いくらだった?」と尋ねられます。「給料はいくら?」「貯金はいくら?」と個人的なことであっても、お互いに躊躇なく尋ね、答えます。

また、市場へ買い物に行くと、あちこちで「いくら?」「高いわね。」「安くしてくよ。」などのやり取りをよく耳にします。お店の人もお客さんも互いにやり取りを通してそれぞれが折り合いをつけて販売・購入するのがヨルダンスタイルです。この言葉を覚え、現地の人のやり取りを楽しんで買い物に挑戦してみてください!



では、また次回! مع السلامة



2022-1 次隊 岡崎 友里

ちゅうとうりょうり つく 中東料理を作ってみよう♪ 4



今回も前回に引き続きアラブ料理のレシピを紹介します!アラビア語で「アダス」と呼ばれるレンズ豆(ヒラ豆)を使った料理です。寒い日の定番料理!寒いあと感じたら、ぜひ作ってみてください。温まりますよ♪

Let's cook Arabic food ♪

今回使うレンズ豆は、オレンジ色の皮なしのもの。

شوربة العدس ショールバトウ アルアダス



作り方

- ①玉ねぎをみじん切りにし、にんじんとじゃがいもは約1cm角切りにする。レンズ豆はしっかり洗っておく。
- ②大きめの鍋にオリーブオイルを引いてみじん切りにした玉ねぎを炒める。
- ③玉ねぎの色が半透明に変わったら、にんじんじゃがいもを入れて軽く炒める。水を2カップ入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④煮込んでいる間にパンをお好みの大きさに切り、オリーブオイルと胡椒をかけて、全体に行き渡るように混ぜる。
- ⑤パン全体にオリーブオイルが染み込んだらフライパンやトースト、オーブンで表面がカリッとさせるまで焼く。
- ⑥野菜が柔らかくなったからレンズ豆を入れ、コンソメを加えて混ぜてから、水を3カップほど加える。(お湯だと早い。)
- ⑦レンズ豆がひとまわり大きくなり煮えたらスパイス(クミンとターメリック)を加える。ご家庭にフードプロセッサーやハンドブレンダーがある方は、野菜を細かく刻みつぶす。無ければ、フォークやマッシャーを使って潰してもよい。そのままでもよい。
- ⑧最後に忘れずにレモン汁を入れ、塩胡椒で味を整えたら完成!
- ⑩付け合わせのパンをスープにのせたり、つけたりして食べるのが定番の食べ方。赤かぶ(ラディッシュ)やネギと一緒に食べてもおいしい!



寒い日にはこれ! 飲んで温まろう♪



材料 (4人分)

- レンズ豆(オレンジ)…1 カップ 200ml
- 玉ねぎ…大1つ
- ※玉ねぎが一般的、あとの野菜はお好みで!
- じゃがいも…大1つ
- にんじん…2本
- ※たくさんと同様からのおすすめはこの2つ!
- レモン…半分~1つ
- パン(食パンでもピタパンでもOK!)
- オリーブオイル…適量
- コンソメ…20g
- クミン…小さじ1
- ターメリック…小さじ1
- ※お好みで胡椒やカレー粉を入れても良い。
- 塩胡椒…少々
- ◇◆付け合わせ◆◇ (必要に応じて)
- 赤かぶ(ラディッシュ)
- ねぎ



レモンを写真に

入れ忘れていました

アダススープでほっこりした話



約1年前のちょうど同じ時期、12月に入って体調を崩してしまった私を、同僚が家に招いてくれました。「これでも飲みなさい。温まるから。」とマグカップに入れて飲ませてくれたのが、アダススープでした。同僚が作ったスープには、カレー粉も入っていたおかげでどこか懐かしく、体にすーっと染みこんでいくおいしさを感じたのを覚えています。それから1年、今年も寒い冬がやってきたなあと思っていたら、大家さん家族から「今日は寒いからこれを飲んで。」とアダススープをいただきました。今年もアダススープをいただけるのは嬉しいなと感じながらも、いただければかりじゃないか…今度は私が誰かに作ってあげられるようになりたい！と自分で作ることにしました。

インターネットで調べれば当然いくつもの作り方が掲載されていました。でも、私が知りたいのは家庭の味！そこで、学校や教育局の同僚たちに聞いてみました。尋ねた人みんな一つ一つ丁寧に教えてくれ、中には音声メッセージで作り方を送ってくれた人もいました。複数で話していると、「いや、こっちの作りの方がおいしいわ！」「いやいやアダススープは玉ねぎだけが一番おいしいわよ。」などの各家庭のこだわりが出てきて…白熱してしまいました。日本から来た外国人がアダススープを作りたいと言ったばかりに起こったこの論争…結果は…「どれもおいしい。」で終結しました。ここまでですでに「1つのスープのためにこんなにもたくさんの人が協力的なの？」と私は驚いたのですが、まだ続きます…

作り方が分かったので、材料を調達しに八百屋へ行きます。開口一番「今日はアダススープを作るんだ♪」と意気揚々と伝えると、「そりゃいい！今日は寒いもんな。おっしゃ、じゃあこのじゃがいもがいいぞ！獲れたて新鮮でおいしい。」と言いながら他の食材もどれも最適なものを選んでくれました。いつにも増して親切な八百屋のおじさんに感動を覚えました。

さて、そうしてなんだかんだありながらも調理をし、初めてにしては見た目も味もなかなか満足のいく仕上がりになったので、写真と一言を添えて協力してくれた同僚たちに送信しました。すると、「あなたすばらしいわ！！おいしそう♪」「賢い！ちなみに、家もアダススープ！」「とても上手に作ったわね。」などと誉め言葉の嵐！！お礼を伝えるつもりが、それ以上の言葉が返ってきてしまいました。全てあなたたちのおかげだけど…と照れつつもうれしかったです。アダススープを作ることで体だけでなく、心もほっこり温まったのでした。



Let's talk in Arabic ♪

今回は、食べることが大好きなヨルダン人が口々に言い合うアラビア語独特な表現。これを知っておくと「もうあなたヨルダン人よ！」と一気に現地の人との距離が縮まります。(経験者だからこそ自信をもって言います！)

「いただきます。」「ごちそうさま。」のように食事の前後で口にする言葉があるということは以前にもお伝えしましたが、他にもあります。それが、「サッハワ アーフィエ (意識：食事する人に対して心身の健康がありますように)」という一言。主に食事を提供する人と食事を受け取る人の間で使われますが、食事する人に対して誰が言ってもよいのかなというほど、いろいろな人が口にするのを目にします。そしてその言葉に返すのが「アラールカルバック (意識：あなたの心にも)」。相手にも同じようにという思いやりが言葉になっています。

このやりとりをする言語文化自体が素敵だなと感じます。ぜひ使ってみてください♪



あなたの心にも
على قلبك
アラール カルバック

心身の健康がありますように
صحة و عافية
サッハ ワー アーフィエ



では、また次回! مع السلامة