

2026

3月号

国際交流員

通信



自己紹介

名前 :グエン・ティン・ダット
 ダットと呼んでください
 出身 :ベトナムの北部・ニンビン省
 所属先: 佐伯市役所観光・国際交流課

国際交流員の活動

2月1日、一般社団法人KIISAが主催する「KIISA TALK」に、トークゲストとして参加しました。参加者は、小学校低学年の子から中高生、ご年配の方まで合計で13名でした。

当日は、「食・気候・観光地」をテーマに、和やかな雰囲気の中で楽しく意見交換を行いました。ベトナムではお米が主食であり、ご飯を中心に、肉や魚のおかず、野菜、漬物から成る基本的な食事構成について紹介しました。

また、箸をご飯の中央にまっすぐ立てることや、箸から箸へ食べ物を渡す行為は、食事のNGマナーであり、日本と同様であることも説明しました。さらに、ユネスコの世界遺産に登録されているベトナムの代表的な観光地についても紹介しました。

トーク会は約1時間半にわたって行われましたが、参加者からは「短すぎる」「4時間でも話を聞き続けたい」といった声も寄せられました。今回のイベントを通じて、市民の皆さんと直接触れ合い、ベトナムの文化を身近に感じていただく貴重な機会となりました。

ベトナム語

「お年玉をください」はベトナム語で何と言うでしょう

Cho tôi lì xì

チョ トイ リ シ



1月31日と2月7日に藤河内溪谷の上流にある観音滝を訪れました。藤河内溪谷は「祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク」の代表的な見どころです。これまで藤河内溪谷には10回ほど足を運んできましたが、奥地にある観音滝を訪れるのは今回が初めてでした。高さ77メートルの観音滝が冬には凍結することがあるとインターネットで見たことがあり、いつか自分の目で見てみたいとずっと楽しみにしていました。

当日7時30分に宇目の道の駅で他の16人の参加者と合流しました。参加者は佐伯市内の方だけではなく福岡県・長崎県・台湾から来られた方もいらっしゃいました。8時30分に藤河内溪谷の第一駐車場で登山をスタートしました。最初は寒かったけれど、20分ほど登ると体が温まり、汗ばむほどになりました。

約2時間の登山が経って、ついに観音滝に到着しました。77メートルの滝が完全に凍った様子はまさに圧巻の光景でした。自然が本当にすごいなと思いました。写真・動画を取っても、現場に行かないと、自然の魅力・美しさを実感できないと思います。皆さま、ぜひ一回行ってみてくださいね。



ご存知でしょうか？ ベトナム料理は日本のレストランの有名なチェーン店で登場



現地のコムタム



松屋のコムタム

皆様、碎米で炊いたごはんを食べたことがありますか？本新聞でベトナムで碎米を使う有名な料理を紹介したいと思います。それは「COM TAM(コムタム)」です。碎米は精米のときに残ったものを利用するため、はじめは、貧乏な庶民や学生の食べる料理と考えられていましたが、時代とともに国内外の方々に好まれて、グルメの一品となります。元々はベトナムの南部地域で発祥し、現在北部まで広がっています。

レストランによって、材料が異なりますが、「COM TAM(コムタム)」の基本的な構成は甘辛ダレに漬けて炭火で焼いた豚リブ、目玉焼き、なます、キュウリと魚醤ダレ(ヌクチャム)です。

2025年4月には、大手牛丼チェーン「松屋」が限定メニューとしてベトナムの「コムタム風ポークライス」の販売を始めました。皆さま、もし機会があればぜひ召し上がってみてくださいね。

ベトナムで何歳からお酒を飲めますでしょうか？



A
16

B
18

C
20

ホアロー刑務所・歴史的建造物

「刑務所に入りませんか」と誘われたら、皆さまはどう思いますか？変な人だと思う方もいるではないでしょうか。しかしベトナムには刑務所の博物館があり、ベトナム歴史に興味を持つ多くの国内外の観光客が訪れます。それはホアロー刑務所です。

この場所は、19世紀末にフランス植民地政府によって建設されました。そこは一般の犯罪者ではなく、植民地体制に反対するベトナム人活動家を収容する施設です。フランスが撤退する1954年まで多くのベトナム人たちが過酷な環境の中で拷問に苦しんだり、処刑されたりしました。

第二次世界大戦後、抗米救国戦争の中にアメリカの軍の捕虜を収容する施設としてベトナム政府により使用されました。チケットは5万ドン(約300円)です。

中に入ると、音声ガイドが借りられます。音声ガイドは1台10万ドン(約600円)するのですが、日本語も対応していて、展示への理解がより深まります。ハノイに旅行したら、ぜひ寄ってみてくださいね。



クイズの回答: Bです

