



**XIN CHÀO SAIKI**  
シンチャオサイキ

# 国際交流員 通信

2026  
6月号

## 自己紹介

### ベトナム語

「どうぞ」はベトナム語で次のように言います。

**XIN MỜI**  
シンモイ



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: 佐伯市役所みんなつながる課

## 国際交流員の活動



5月17日に佐伯市民武道館で「わんぱく相撲 佐伯場所」が開催され、多くの小学生が参加しました。当日ベトナム文化紹介ブースも出店しました。今回はベトナムの中秋節に親しまれているランタンづくり体験を行いました。相撲大会参加者と観戦者にとっても人気で、短い時間で可愛いランタンを作れたのはすごいなと思いました。そして、今回は私にとって初めての相撲観戦でしたが、本当に楽しかったです。



5月19日にNBU日本文理大学附属高等学校で異文化理解授業に参加しました。久しぶりに高校生の皆さんにプレゼンテーションするので緊張しましたが、授業の前に、大拍手をいただきましたので、安心しました。授業ではベトナムの地理・気候・人口・料理・ベトナム語など教えました。高校生の皆さんは真剣に話を聞いてくださり、たくさん質問もしてくれて、とても嬉しかったです。また、このような授業にぜひ参加したいと思いました。

### ゴールデンウィークはどうでしたか

皆さん、今年のゴールデンウィークを楽しく過ごしましたでしょうか。家族と一緒に旅行したり、友達に会ったり、家でゆっくり休んだりする方もいらっしゃると思いますね。私は東京にあるお台場へ遊びに行きました。やっぱりゴールデンウィークのため、どこも観光客・屋台でにぎやかでした。お台場には遊ぶところがたくさんあります。2026年3月28日からお台場海浜公園に世界最大級の噴水ショーがオープンしました。「レインボーブリッジ」や「東京タワー」に代表される景観をバックに、音楽と光が合わさる魅力的な噴水ショーを自分の目で楽しめるのは人生の中ですごい経験でした。またお台場には「100%ドラえもん&フレンズ IN 東京」というイベントもあります。そこには、いろいろな表情をしたドラえもんの像がたくさんあり、とてもかわいかったです。9月30日まで開催されますので、機会があれば、ぜひ寄ってみてくださいね。





## ご存知でしょうか？ ベトナムの学校



皆さん、日本以外の国の学校はどのような仕組みになっているのか、気になる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。今回は、ベトナムの学校について簡単に紹介したいと思います。

まず、日本の学校制度は「小学校6年・中学校3年・高校3年」という「6・3・3制」ですが、ベトナムでは「小学校5年・中学校4年・高校3年」という仕組みになっています。また、日本のように「小学校2年生」「中学校3年生」とはあまり言わず、英語の呼び方と同じように、1年生から12年生までを通して数えるのが一般的です。

学校によって異なりますが、授業時間は一般的に午前7時30分から11時45分まで、午後は13時30分から16時45分までとなっています（1コマ45分）。学校給食がある学校もありますが、農村部ではまだ十分に普及していません。そのため、午前の授業が終わった後はいったん家に帰り、昼食をとって昼寝をするのが一般的です。

次に、ベトナムの学校は二学期制で、第一学期は9月から翌年1月末まで、第二学期は5月末までです。日本のような春休みや冬休みはなく、6月から8月までの夏休みだけがあります。

また、日本の学校では授業の始まりと終わりをチャイムで知らせますが、ベトナムの学校では太鼓を使って知らせます。どうでしょうか。ベトナムの学校の仕組みについて、少しイメージできたでしょうか。

## ベトナムはどちらの国と国境を接しますか？



A

ラオス、タイ  
中国

B

ラオス、ミャンマー  
カンボジア

C

ラオス、中国  
カンボジア

## ベトナムの料理のレシピ

先月の記事では、豆腐を使ったベトナム料理を紹介しましたが、今回は豆腐を使ったおつまみの作り方をご紹介します。その料理は「ダウフーザンタムハン（DAU PHU RAN TAM HANH）」です。日本語にすると「豆腐揚げネギ浸し」という意味です。ベトナムでは、飲み会の際によく注文される人気料理です。

ステップ1：豆腐は一口大に切り、紙タオルで水けをよく拭きます。次にフライパンに油で豆腐全体がカリッと色づくまで転がしながら揚げ焼きにする。

ポイント：豆腐と片栗粉を混ぜたら、焼きやすいです。

ステップ2：細ねぎは小口切りにし、魚醤ヌックマム（NUOC MAM）大さじ3杯、砂糖1杯を大きめの耐熱ボウルに入れます。

ステップ3：ステップ1で使った熱い油を、ステップ2で作ったボウルに大さじ5杯加えます。そうすると青いネギの良い香りが引き立ち、さらにおいしくなります。

ステップ4：焼きたての豆腐の上にステップ3で使ったたれを入れたら完成です。簡単なのでぜひ作ってみてください。



クイズの回答： C です