



フォーの美しさについて紹介します。

ベトナム人の食生活において、麺類はなくてはならない存在で、そのなかでも人気を誇るのはフォーです。日本のうどん、素麺、ラーメンといった麺の多くは米から作られるのに対して、ベトナムの麺の多くは米からできています。フォーも例外ではありません。今なお、フォーの由来はまだ確実に知られていないようです。フォーは植民地時代にフランスの牛肉の調理の仕方をベトナムの汁の仕込み方に結び付けて作られたという説もあり、中国から来た「牛肉炒め麺」という料理に由来するという説もあります。ただし、どうであれ、フォーはベトナムの料理の中で最もベトナムらしい料理であることは確実です。そして、ハノイのフォーは最も伝統的なフォーです。

「ベトナムと言えば、フォー。フォーと言えば、ハノイ」という言葉があります。なぜなら、フォーはハノイの独特な料理ではないにもかかわらず、ハノイでのフォーは最も美味しいとされているからです。ここではハノイのフォーについて紹介したいと思います。フォーの魅力は一体どこからくるのでしょうか。それは店で料理する匂いが遠くまで漂って、食欲を進ませることでしょう。また、どんどん近づいて行って店の中がはっきり見るようになると、シェフの周りの風景はまるで色彩のメロディーのようなものということでしょう。そこにはネギの緑色、とうがらしの真っ赤な朱色、鶏肉の黄色、牛肉、豚肉の赤銅色、麺の真っ白な色など数多くの色が見えます。シェフが手早く肉を切ったり、フォーの麺を茹でたりして、汁の鍋のふたを開けると同時に、湧き上がっている汁から白いじょうきが出て、美味しそうな匂いが店の隅々まで溢れてきます。そうすると、誰でも食べたいという気持ちを抑えられなくなります。フォーの美味しさを決めるのは、汁が最も大切な要素だと考えられています。フォーはあっという間に出来上がるように見えますが実は非常に手間がかかります。汁の仕込みはしっかりしないとフォーは美味しくありません。汁にこそフォーの美味しさがあると言っても過言ではないと思います。フォーは確かに骨、肉バラからの旨味でできていますが、ハーブ類、ライム、もやし、チリソースなど様々なトッピングがテーブルに用意されているので、食べる人の好みによって、フォーの最終的な味付けが決められます。フォーの麺も大切です。フォーの麺は米から作られる平たい麺です。美味しい麺は柔らかくても噛むとき歯にしっかり歯ごたえを残す麺です。もちろん、肉にも気を使わないといけません。薄く切れば切るほど、汁からの旨味が染みこみやすいからです。フォーはいつでも食べられ、誰にでも好まれている料理です。暑い日に熱いフォーを食べると、汗をかき、少し風が吹いてきたら大変涼しく感じます。寒いときに食べると、体から心まで温かくなります。公務員から一般労働者までお年寄から子供たちまで、ベトナム人でフォーを食べたことがないという人はいないほど人気のある料理です。フォーを食べるのはベトナム本国で食べるのが何よりですが、日本にもベトナム料理店があるので、宜しかったらフォーを味わいに行ってみてください。

優秀賞

どこで本を読むかについて

コウ エイ
高 鋭

実習実施者 大栄化学工業株式会社
監理団体 オー・エム・ネット事業協同組合



本を読むならやはり自宅のほうがいいと思います。

図書館にいとどうしても他人の目が気になります。自宅だったら寝転がるなど、楽な姿勢で本を読むことができるから気楽です。

私は図書館のような重苦しい雰囲気が好きではありません。いつも自分の行動が他人に影響を与えないように気をつけています。私は読みたい本を探すためだけに図書館に行きます。私は読みたい本を見つけたら、すぐに借りて家に持ち帰ります。軽音楽流し、熱いコーヒー飲みながら本を読みます。私は時々面白い内容を見ると、思わず笑って声を出します。これらは図書館でやってはいけないことです。

ですから、私は自宅で本読んだほうがいいと思います。



ミャンマーは東南アジア最大の島国です。東はタイとラオスがあって、北は中国があって、西はインドがあります。ミャンマー南部にベンガル湾があって、インド洋とつながっています。ミャンマーには三つの天候があります。夏は3月から5月まで、梅雨は6月から10月までと冬は11月から2月までです。

夏は通常暖い天候です。今、気温はこれまで以上に年々高くなっています。今年の夏は摂氏34度でした。夏にまつりがあります。水まつりはミャンマーの中で一番有名なミャンマーの新年さいです。夏季は学校や大学が休校となります。夏休みはこどもと大学生にとって楽しい時間です。その時、リラックスするためにビーチに行きます。ミャンマーの夏は暑いですが、日本の夏はもっと暑いです。

夏のもうしよで何か月もつかれはてた後、乾期は雨が降り始めます。暑さを減らしたいと思っているこどもも大人もいて、農民も雨を期待しています。雨季は暑すぎずさむすぎないのでそれは人々の感情を落ち着かせています。雨季が好きな人もいればきらいな人もいます。それがきらいな人にとっては、雨季は家の外への移動のしょうへきと見ていました。こどものころ、雨が降っているとき、友達と外に出て遊んだことを覚えています。雨季には学校と大学が再開します。主要な農業農家も農業を始めます。ミャンマーにはいわゆる梅雨がありますが、日本には梅雨がありません。日本ではいつでも雨が降ります。

三つの天候の中で、冬が私の一番大好きな天気です。冬の間は、おまつりや長期休暇がたくさんあります。つかれはてた一年後、冬まつりへ行ってリラックスします。冬休みの中でワンピラーフェスティバルやタダインジツ照明フェスティバルやクリスマスやハッピーニューレアルフェスティバルなど有名なおまつりがたくさんあります。冬は旅行に最適な時期でもあります。冬にはさまざまな花が咲いて、美しい景色を眺めることができ、美しい写真を撮ることもできる季節です。学生時代、長い冬休みに友達と山を旅したことを覚えています。とても楽しかったし、たくさん写真を撮りました。ミャンマーの冬は雪が降りません。ミャンマーには雪が降る場所の一つしかありません。その場所はミャンマー北部にあってカガボラジというミャンマーの一番高い山です。高さ19296フィートで、一年中雪が覆われています。私にとって、冬は喜びと幸せの季節です。日本の冬に雪が降るように、ミャンマーにも冬に雪が降ってほしいです。雪が降ると交通は大変だけど、雪遊びは楽しいです。ある時点で、私は長い冬の休暇中に旅行する予定です。

みんな自分の趣味をもっています。サッカーが好きな人もいて、バスケットボールが好きな人もいますが、私は趣味が色々あります。例えば、ジョギングをすることか、小説を見るとか、でも、休みの時、一番好きなのは映画を見ることです。

中国にいたころよく映画を見ました。いつも、寮で友達と一緒に映画を見ます。色々な楽しい時間を過ごしました。時間があつたら、時々私たちは外の映画館で映画を見ます。好きな映画を見ながら、ポップコーンを食べるのは本当最高だと思います。とても面白いと思います。今、日本語の勉強のために、私はよくインターネットで日本の映画を見ます。日本の映画と中国の映画は大きな違いがあります。日本の映画の画面はもっと美しいと思います。でも、やはり私は中国の映画が好きです。簡単ですから。

今、インターネットでたくさん無料の映画画があるので、便利なんです。アメリカや日本や中国の映画はほとんどあります。それで、暇なときいつもインターネットで映画を見ながら、食べ物を食べます。見たあとで、気持ちがよくなります。家族と友達と一緒にうちでビデオを見ることは、幸せなことだと思います。私はもっとたくさん映画を見たいです。

私は今年の六月十五日から介護実習生として日本へ来ました。

介護の仕事は人間関係の仕事だから、初めて仕事する日は緊張しました。実際に国で習った事と違う事が多いです。職場の職員から教えてもらったおかげで今は徐々になれてきました。介護の仕事はお年よりの命にも関係し、小さな事でも分らない事があったら、すぐに聞く事が一番大事だと思いました。日によって体の調子も変わっているので早めに気付いた方がいいです。気付けないと一秒でも危ないです。

私の職場は特別養護老人ホームと言って要介護3から5の寝たきりの人や認知症の人が入る施設です。寝たきりの人の移動、移乗介助にもお年よりの体調を考えなければなりません。認知症の人でも軽い人と重い人がいて、日によって記憶力も変わっているから、ちゃんと見守りしなければなりません。徐々になれたと思うけどお年よりの体調が変わる時、介護も違います。例えば、移動、移乗とかどうすればいいかどうかとかかぜでご飯はどのくらい食べたらいいか、お風呂入ったらいいかどうかも考えないとはいけません。今コロナウイルスもはやっているから、職員気を付なければなりません。

時々日本語も分からないし仕事もあまり上手じゃないから、がっかりした時もありました。私のした事が間違えて、お祖父さん、祖母さん怒られる時残念ですが、間違えた事をやり直して今度は間違えないように気付きました。疲れた日、実家が懐しい日があってもお祖父さん、お祖母さんとお話したり、分らない言葉も聞いたり、一緒に笑いながら毎日新しい事を習って早めに介護の仕事になれたいです。国へ帰ったあとにもできるだけ介護が必要な人を支えたいです。

私はアグンレゼキです。インドネシアのちゅうぶジャワのクラテンにすんでいます。私のかぞくは6人います。父と母とあねと私といもうとうが2人います。父のなまえはナディニです。母のなまえはサルシニです。あねのなまえはイダクリニアワティです。いもうとのなまえはレニアユロマドニとイタアマナフアドハニです。

父しごとはだいくです。しごとのないようはドアをつくり、テブルといすをつくることです。としは53さいですが、とても元気です。ちちは5とうのヤギをかっています。毎日ごご父はくさをさがすために畑に行きました。ヤギが大きいければうることができます。

母はしゅふです。毎日かぞくのためにりょうりを作ります。とてもえらいしごとだとおもいます。しかも、母のりょうりはとてもおいしいです。母はもう50さいですが、わかくみえるんです。そしてとてもきれいな母です。

あねは28さいです。5年前にけっこんしました。いまはしゅふです。2人のこどもがいます。いまジャカルタにすんでいます。レニという名前のはげんざい16さいです。げんざいこうこういじょうににゅうがくし、しぜんかがくをせんこうする2年生です。イタという名前のさいごのいもうとです。今13さいです。中学校2年生です。私たちはシンプルなかぞくでそだちましたが、あいじょうにみちています。私のかぞくはとてもやさしいかぞくです。私のかぞくはだいすきです。私たちはあいにみちていきしており、かぞくはとてもしあわせです。

人生にはいろいろな道がある
どの道をえらんでもいい
自分が納得してるなら
どんなペースで歩いてもいい
自分が心地よいなら
どんなゴールを目指してもいい
自分が心から満足するなら
他人に用意されたレールを歩いたら
いつか後悔する
まわりに合わせていたら
いつか苦しくなる
まわりと同じゴールを目指したら
いつかわからなくなる
自分の道は自分で決める
自分を信じて歩けばいい

伝統を代表するイメージの一つ、ベトナム女性のイメージがアオザイです。

アオザイは古くからあり、歴史とともに多くの浮き沈みを経験してきました。アオザイは丈の長い上衣と長ズボンがセットになったベトナムの伝統的な民族衣装です。シャツの身頃は首から腰までを計算し、腰から身頃を二つに分割し、位置は腰の高さです。ボディは多くの場合、多くのモチーフ、パターン、または刺繍された詩で装飾されています。長いズボンはワイドレッグパンツで、かかとに縫い付けられています。現在、柄や色に富んだモダン風な物まで様々な種類のアオザイがあります。ベトナムでは、純白のアオザイは高校生の制服です。卒業式、結婚式などの大切なイベントや旧正月にもベトナム人女性はアオザイを着ます。アオザイを身に着けることで、女性は魅力的で愛情深く繊細な美しさをすべて誇示することができます。旧正月には赤の鮮やかなアオザイで着飾る習慣があります。女性が着用するものと思われがちですが、男性用のものもあります。

アオザイは、ベトナム国民の誇りであるベトナムの民族衣装です。

日本へ来てから一ヶ月以上が経りました。ベトナムの実習生としてたくさんのことが体験できました。それに、日本で実習生の生活は忙しいですけど、面白いと思います。

最初の一ヶ月、組合の学校で勉強しました。四年間ぐら日本語を勉強しましたが、もう一度初級レベルを練習すると、まだ役に立つと思います。さらに日本の文化や挨拶や法律やゴミ分別などを習得しました。日本に住んでいる人にとって、全部が必要かもしれません。その時、働かなくて友達と一緒に日本の生活を体験する時間が多いのは素晴らしいです。

日本で友達と住むのは楽しいですけど、ほとんど実習生の日本へ行く目的はお金を稼ぐことではないか。人生を変わりたくないのに親の苦勞を減すと幸せになります。それから、広島県で会社へ行って働いています。本当に日本での忙しい生活を感じています。初めですから、多くの分からないことがあります。しかし、会社の人や先輩や組合がたくさん教えてくれたおかげで、どんどん慣れるようになっていきます。毎日働くばかりか、休憩時間に同僚と話します。皆に色々な日本の情報を紹介してもらいました。周りの人は旅行が便利になる方法とか、広島県の旅行先とか、日本の昔話とか熱心に話しました。日本での生活は簡単じゃありませんが、そういうことは忘れない記念です。

四季が経つのは早いですから、この時間を尊敬します。青春時代には様々なことを体験するのは一番大切だと言われました。それで、私は一生懸命働きながら、勉強します。

私は、今香川県に住んでいます。仕事は、ホテルのクリーニングです。明るく、元気に「おはようございます。」のあいさつから1日がはじまります。勤務時間は9時から4時半までです。家からホテルまで自転車で15分かかります。私は、火曜日が好きです。ホテルにつとめている私達は日曜日や休日は平日より忙しくて大変です。

火曜日の代わりに平日が休みでも友達と休みがちがうので、会えなくて、かわいそうだと思います。でも私は火曜日には、仕事も休みなので、1日中、自由です。何でも好きなことができます。朝ねぼう、散歩、買い物、友人とのおしゃべり、映画など、したいことが次から次に出てきます。実は家に3人で住んでいるので、一週間に一度交代で掃除をします。掃除、洗濯、食料品の買い物など、いろいろと家の中のこともしなければなりません。

まず、朝は9時か10時ごろまで、ゆっくりと朝ねぼうを楽しんで1週間分のね不足をとりもどします。それから朝ご飯をのんびり食べます。時には昼近くに、朝食と昼食を一緒にしたランチを食べることもあります。午前中に掃除や洗濯をしてから、食料品や日用品の買い物に近くのスーパーに行きます。

午後は、友達と会って一緒にデパートで買い物をします。特に買い物の予定がない時でもデパートの中は明るくきれいで、品物もとてもたくさんあるので、見るだけでも楽しいです。ときどき休みの日に友人と一緒にうどん屋へ行って食べる時、とても楽しかったです。そのうどん屋は本社の近くにあるので、ときどきお仕事から帰る時にも友達と行って食べます。

せっかくの火曜日に雨が降ったりすると、とても残念です。けれども、どこへも出かけないで、友達とごちそうを作って、それを食べながら、電話を使ったり、いろいろな話をするのも好きです。何をしても楽しい火曜日は、あっという間に時間がたって1日がおわってしまいます。

夕食のあとは、私はインターネットを使って、国の家族や友達に手紙を書いたり、電話をかけたりします。国際電話は高いので、電話をかけません。ゆっくりとお風呂に入って歌をうたったりすることもあります。また1週間分の勉強の復讐をします。ですから、火曜日は楽しい日ですが、また忙しい日です。火曜日にしかできないことが山のようにありますが、全部はできません。火曜日が1週間に2度あったらいいと思います。そうすれば、火曜日にしたいことやしなければならないことを全部できると思います。でも火曜日は週に1回しか来ませんから、よく考えて、一番大事なことと、一番したいことをして有効に過ごすことにしています。