

Botarde! Feliz Ano Novo! (こんにちは! あけましておめでとうございます!)

もう 2025 年もだいぶ過ぎてしまいましたが、改めて明けましておめでとうございます。私は今年半袖・短パン・サンダルで新年を迎えるという貴重な経験をしました。格好だけで言えば夏なので、不思議な感覚がします。今回は私が体験した年末年始の過ごし方などを紹介していきたいと思います。



## 【ティモールの年末年始】

クリスマスと同様に年末になるにつれお祭りムードは上昇します。手持ち打ち上げ花火がそこかしこで上がり、海岸だけでなく街中でも打ち上げるため夜間の音がすさまじいです。2024 年は年越しをクリストレイビーチで過ごしましたが、カウントダウンを待っていると時間が近づくにつれ上がる花火の量が増えていきます。そして 0 時を迎えたときはあちこちで花火が上がり盛り上がりが最高潮でした。ディリ市内の様子は対岸からもしっかり確認できるくらい明るく、かなりスパークしていましたね。なん



大晦日に教会へ行く人たち  
司祭からパンがもらえるということで  
みんな並んでいる



クリストレイから見たディリ中心部  
花火が打ち上がりきれいに光っている

でもこの花火で火事になった家があったとか…。テレビなどの娯楽が普及しているわけではないので、こうして家族や友だちと過ごすのが一般的な年末年始みたいです。

日本では年末年始はお休みの企業も多く、病院で勤務していた私も 6 日間のお休みがありました。しかし配属先の病院では年末年始の長期休みは存在せず 1 月 3 日から活動ははじめになりました。普段緩く働いていますが、パリッと始まった年始でした。



## 【料理教室】

東ティモールの紹介で何度か料理を紹介してきましたが、今回は料理教室で的一幕をお伝えしますね! 東ティモールの首都ディリでは料理教室を開いているレストランが 3 件ほどあります。そのうちの一つに今回行ってきました。このレストランでは材料の買い付けを市場に行くところからするアクティビティのような形で開催することもあります。今回は調理をお店のスタッフとともにいき夕食として食べるというプランで参加してきました。

肉や魚を使用したメインディッシュに野菜炒め、スープにドリンクと6種類もの料理を約3時間ほど掛けて作りました。カウパ(下写真、ヤシの葉やココナッツの葉で編んだ袋に詰めて炊いたご飯: 便り④で少し紹介)を作る際の葉を編むところも体験しました。手取り足取り教えてもらいましたが難しくて2度目は出来そうにありません…。



後ろからやり方を見てヤシの葉を編んでいる所 ↑ 完成するとこの形になる



ちまきに似ているが餅米ではなく通常の米を使用して炊く

サボコ(右写真①～③、魚のスパイス包み焼き)やトゥキル(竹を使った肉の蒸し焼き)作りも体験しました！魚を包んだ葉っぱはアカディルと言います。調べるとサボコはバナナの葉を使うことが主流らしいのですが、今回はこちらを使用しました。写真②の火にあぶられている方がトゥキルですね。

ジュースはタマリンドで作りました。タマリンドは甘酸っぱくてフルーティーな風味の梅干しに似た果物です。マメ科の植物でさやの中の果肉を食べます。職場でも時々おやつとして登場するくらい、地元の人たちに親しまれています。

東ティモールでもたまに料理はするのですが、日本にはない食材や名前が曖昧な食材がたくさんあり、どうやって調理すれば良いかよくわからず、結局日本でも見たことがあるものを購入し自分アレンジで料理をしています。そのため伝統的な料理に触れるいい機会となりました。



① 包んで



② 蒸し焼きにして



③ 完成したサボコ

## 【東ティモールの紹介⑨ 古着屋】

東ティモールではおそらくほとんどの人が日常着を古着でそろえています。その古着屋さんのことを総称して『obralan(オブララン)』と呼んでいます。これはインドネシア語で、『売り尽くし』という意味です。街中に1店舗で経営しているところもあれば、三輪トラックの荷台に服を積み、歩道で販売しているところもあります。またこの小さな店舗が集合し、古着市場として町の人に親しまれてい







る場所もあります。今回はディリ市内最大の古着市場マンレウアナへ行ってきました！ベモ(便り②参照)で到着した地点から左回りで回っているいろいろな服の物色をします。基本的にTシャツ1枚1ドルで販売されておりかなり破格です。もうけが出るのか気になったので聞いてみると、1m四方のパックに服が詰め込まれ、一つ5ドルくらいで卸されているそうです。圧縮された服をそのまま販売しているので基本的にしわくちゃで汚れもよく見つけます。それでも基本一つ1ドルなのでかなりお得ですよ！中には日本メーカーのタグ

が付いた服もあって掘り出し物を探す気分で買い物をしました。

とても広い敷地で、ざっと数えても2～300店舗くらいはありそうですが、残念ながらマップなどは存在していません。同じような店が建ち並ぶので、自分がどこに居るかわからなくなり迷子になったかと思いました。

ちなみに基本は古着を販売していますが、場所によっては植物、また市場のように野菜が売られている区画もあるので足を運ぶ人も多いようです。

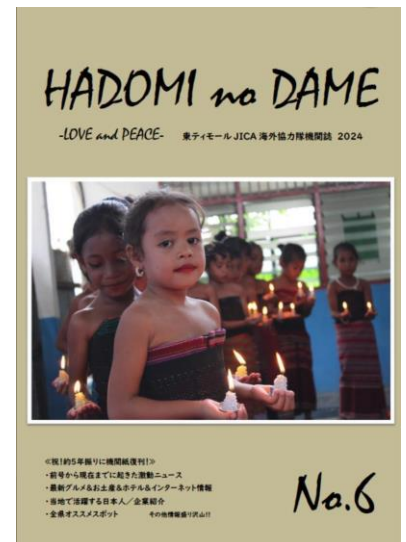
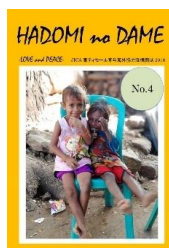
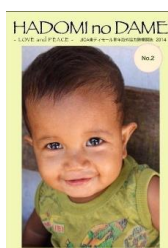
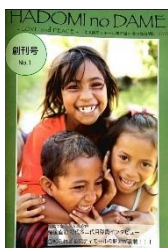


宣伝！  
祝☆機関誌復活！

2025年1月に5年ぶりとなる東ティモール海外協力隊員機関誌が発行されました！！  
(私は制作担当ではありませんが…)

「Hadomi no Dame」というタイトルです。これはテトゥン語で「愛と平和」という意味です。私たち隊員の紹介もですが、街の紹介などしていますので、興味がありましたら読んで

みてください！私が紹介した内容の他にもいろいろな情報が載っています。過去に発行されたものと比較すると、東ティモールの移り変わりの様子が垣間見えるかもしれません。



[動画・パンフレット](#) | [海外での取り組み - JICA](#)

<https://www.jica.go.jp/overseas/easttimor/media/index.html>



ではまた次号でお目にかかりましょう！  
Adeus!!