

# Pal

～仲間



2019  
Winter Edition  
Vol.104

2019年(令和元年)12月27日発行

地域で楽しむ世界の食文化..... 1  
 どうしてここがリトルベトナムに?大和とエスニック料理の深い関係 ..... 2  
 エスニック料理は地域を元気にするか? ..... 3  
 公益財団法人 大和市国際化協会からのお知らせ ..... 4

発行■ 公益財団法人 大和市国際化協会  
 〒242-0018 大和市深見西1-3-17  
 市民活動拠点ペテルギウス北館1階  
 TEL 046-265-6051 FAX 046-265-6052  
 URL : <http://www.yamato-kokusai.or.jp>  
 Email : [pal@yamato-kokusai.or.jp](mailto:pal@yamato-kokusai.or.jp)



## 地域で楽しむ世界の食文化

エスニック料理好きの間で「高座渋谷」は、本格的なベトナム料理が楽しめる所としてよく知られていて、「神奈川のリトルベトナム」と呼ぶ人もいます。確かに小田急江ノ島線の高座渋谷駅から県営いちよう団地にかけては、ベトナムのレストランや食材店が点在していて、今も新しいお店が増えています。

その他にもタイ料理に始まり、フィリピン、ネパール、韓国、中華など、いろいろな国の料理が集合している鶴間・南林間エリアや、地域に暮らす外国人市民が腕を振るい、他では珍しいペルー料理やスリランカ料理、シンガポール料理が味わえるレストランは、大和に人を呼ぶ魅力の一つにもなっています。

わたしたちが開催している「やまと世界料理の屋台村」や「外国料理教室」も、多くの方が参加して下さる人気の企画です。

「食」は、それぞれの国に固有のものがあり、最も気軽に楽しむ事ができる異文化です。そして何より「美味しい」や「お腹いっぱい」は、それだけで幸せな気分してくれます。エスニック料理マニアだけのものにしてはもったいない!皆さんの口に合う料理がきっとありますので、ぜひ、地域にあふれている「多様な味」を通して、外国人市民が大切にしている文化を楽しんでみてください。

# どうしてここがリトルベトナムに？大和とエスニック料理の深い関係

高座渋谷駅から歩いて、最初に見えるベトナム料理屋さんは、わたしたちの協力指定店でもある「Phuong Hong(フォンホン)」です。今年の8月に2階に加えて1階にもお店をオープンして今までより入りやすくなっています。

そこから国道467号線を渡って坂を下っていくと、目の前に見えてくるのが渋谷中学校、そして神奈川県いちょう団地です。右に10分ほど歩くとでてくるいちょうショッピングセンターの一角で、肉屋兼食材店「VIET PHUONG(ビエット フォン)」を経営しているベトナム人のお母さんが、お隣に開いたのがいま高座渋谷で一番新しいベトナム料理店で「ベトナムレストラン VIET PHUONG(ビエット フォン)」。

渋谷中学校の前を左に曲がって境川を渡ると、いちょう団地の横浜側に食材店の「金福」とベトナムサンドイッチ「バインミー」のお店「Banh Mi VIET(バインミー ヴィエット)」、ベトナムカラオケが楽しめるカフェバー「Diem Hen Lien Cafe Viet(ディエン ヘン リエン カフェ ヴィエット)」、レストラン「サイゴン」、食材店・レストラン「タンハー」が道沿いに並んでいます。

それにしても、どうしてこんなにベトナム料理屋さんがたくさんあるのでしょうか？

今から30年ほど前に大和市にあった、インドシナ難民の定住促進センターで6ヶ月を過ごしたベトナムからの難民が、いちょう団地やその周りで暮らすようになり、団地の片隅で、自分たちのためにお店を開いたことが始まりです。長く続けるなかで、日本人向けにアレンジされていない本場の味を提供してくれるとして日本人たちにも知られていくようになりました。この30年で人の行き来が活発になり、日本人にとってベトナムが身近な国になってきたことや、技能実習制度で来日するベトナム人がこの地域に増えてきたことが追い風になり、新しいお店を呼び込んで、今のような高座渋谷になりました。そしてこの30年前の経験が、この地域全体で外国人市民を受け入れる土壌を育み、今ではたくさんのエスニック料理店が市内の各地にできたというわけです。

**Phuong Hong  
フォンホン**

《住所》大和市下和田1189-3  
《営業時間》11:00~22:00  
17:00~22:00  
(月曜のみ)  
《電話》046-269-9978



**ベトナムレストラン  
VIET PHUONG**

《住所》大和市下和田605  
いちょうショッピング  
センター内  
《営業時間》11:00~20:00  
金・土・日のみ(ただし年内は休業)  
《電話》070-5566-1495







## エスニック料理教室を開催してみませんか？(クロスカルチャーセミナーの講師派遣事業)

国際化協会では、ご希望に合わせて、学校や団体(自治会など)、友達同士の集まりなどに、外国人市民の方を料理教室の講師としてご紹介する他、レシピづくりやスパイスの手配など、エスニック料理づくりを体験していただくお手伝いをしています。詳しくは事務局までお問い合わせください。

こんな風に  
楽しんでます！

定年退職した男性の集まり「じゃおクラブ」からは、3年連続で講師派遣のご依頼をいただきました。「その国のお酒と一緒に味わう」がテーマだそうで、今年はペルー出身の講師を2名ご紹介し、3品のお料理とペルーのお酒「ピスコ」を使ったカクテルを作っておしゃべりを楽しみながら味わいました。



### 作って楽しむ エスニック料理！



ソパアラ ミヌタ  
**Sopa a la minuta**  
牛乳とパスタの入ったスープ

「じゃおクラブ」のペルー料理教室で好評だったオレガノたっぷりのスープパスタのレシピをご紹介します。

■材料(5人分)

牛ひき肉	75g	にんにく	1かけ	オレガノ	ひとつかみ
玉ねぎ	1個	牛乳	150cc	スパゲッティ(細)	50g
トマト	大1個	卵	2個		

- ①ひき肉に塩、こしょうをしておきます。トマトはざく切り、たまねぎはみじん切り、にんにくはつぶしてからみじん切りにします。
- ②鍋で大さじ1杯の油とにんにくを炒め、香りが出たらたまねぎを加えてさらに炒めます。
- ③たまねぎに火が通ったら、ひき肉を加え、水を加えて沸騰させます。
- ④トマト、牛乳、塩、オレガノ、こしょうで味を整え、パスタを三等分に折って加えます。
- ⑤最後の溶き卵を加えて、パスタに火が通ったらできあがりです。

## エスニック料理は地域を元気にするか？

外国人の力で地域の活性化を目指そうという支援の取り組みもいろいろなところで始まっています。今年度、綾瀬市商工会がはじめて実施した全5回の「外国人向け創業スクール」には、毎回16人前後の参加者が出席し、北関東や静岡などからも問い合わせがあったそうです。また、市の補助金の交付を受けて新しいお店をオープンしたのも、ブラジルにルーツを持つ3人のママたちでした。

### ● マミスキッチン ブラジリアンレストラン (Mam's Kitchen) ●

厚木基地の正門のすぐそばに、9月4日にオープンした新しいブラジル料理店「マミスキッチン」がそのお店です。共同で経営しているのは、横田直美さんと双子の姉妹、鮫島エシーさん、テレス鮫島セシーさん。同じ保育園に子どもを通わせていた、今は小学1年生になる男の子のお母さんたちです。

ママたちがオーナーですので、平日の営業はランチとお弁当(配達もあり)のみ。金曜日と土曜日はディナータイムも営業しています。

メニューを見てみると、日本人にブラジル人、さらに基地で働くアメリカ人も意識して、フェイジョアード、パステルといったブラジルの伝統的な味から、バンズまでオリジナルにこだわったビッグサイズのハンバーガー、メインのおかず、3つの選べる副菜がつく日替わりランチ(コーヒープ)まで、種類が豊富で目を引きまします。

調理をしているのが、日本の調理師学校を卒業したエシーさん。お金の管理をセシーさんが、マネジメントを直美さんが担当しています。

お店を始めたい!と最初に言い出したのは、エシーさん。今年の2月のことだそうです。資金面で不安があったことから、綾瀬市の創業補助金の交付を受けて開店資金にしようと思いついたのは、市役所の行政通訳員も勤めている直美さん。4月に申請の準備をはじめました。事業計画づくりとその根拠を示すためのデータ集め、市長や銀行の支店長などの前でのプレゼンテーション、試食会と、とにかくたくさんのハードルを一つ一つクリアしていかなければなりません。商工会の創業スクールで勉強したり、市役所の商業観光課や商工会の支援員のアドバイスを受けて無事計画が認められました。その過程で教えられたことも多く、例えばプレゼンテーションに対してプロの目線から出される厳しいダメ出しでは改善案をしっかりと答えられなければ補助金は交付されません。「お弁当はワンコイン(500円)以上の値段をつけたら売れないよ。」なんて言われてもソース一つとっても全部手作り。原価を考えたらそれは絶対にできない相談です。そこで考えたのが、3つのサイズのお弁当箱を用意しようというもの。一番小さい日替わりのお弁当を550円にしました。ところがコレが正解で、980円のLサイズのお弁当を買うより、小さいお弁当と300円のサイドメニューを買うほうがお客さんには割安感があって、実は儲けもしっかり出るなんてことになりました。

とにかく大変な準備のなかで、自分たちに言い聞かせていたのは「結果はやってみないとわからない」ということ。起業したいと思っている外国人の方へのメッセージをお願いしたら、「大切なのは根性(!)。最初から儲けのことは考えず、楽しくやることを考えて!」とのこと。

とにかくよく笑う明るいママ達、という印象の3人ですが、それぞれ10代の半ばで来日。直美さんは、日本語がわからないままに中学、高校に進学し、いじめられた経験も。エシーさん、セシーさんは、2009年のリーマンショックのときには解雇、帰国を余儀なくされたそうです。

お話を伺っていて感じたのは「お店を持つ」ということに対する強い思いです。家族も、お店の内装や外装を手掛けてくれたり、土日のお弁当の配達を引き受けてくれたり、週末のディナータイムに子どもを見てくれたりと非常に協力的で、働き方も仕事観も母国とは違うこの日本で、雇われて仕事を続けるより、自分で起業して成功したいという思いを持つ外国人の市民は多くいるようです。

日本語力や商習慣の違い、法律の不慣れさなどは、周りの少しの工夫で解決していくことができます。そういった外国人市民の力を積極的に評価し、期待を寄せ応援する環境を整えていけば、街の魅力をより高めたいけるようになるのではないのでしょうか。



左からセシーさん、エシーさん、直美さん。



この日頂いたのは、チキンの煮込みとコーンクリームの日替わりランチ。サイドメニューはマッシュポテト、温野菜とサルサ。980円+税です。



#### マミスキッチン ブラジリアンレストラン

《住所》綾瀬市大上7-11-1

《営業時間》

月曜日から木曜日

10:30~14:00(L.O.)

金曜日・土曜日

10:30~14:00(L.O.)

18:00~22:00(L.O.)

《駐車場》あり2台

《電話》0467-38-7609

公益財団法人 大和市国際化協会からのお知らせ

月曜日、サロンは  
お休みです  
9:00~16:00  
ベトナム語  
10:00~13:00  
タガログ語  
10:00~13:00  
中国語  
9:00~17:00  
スペイン語

日	月	火	水	木	金	土
			1 お休みします	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11 日本語教授法ブラッシュアップ講座 (詳細は Pal Vol.103)
12	13	14	15	16 やまと多文化共生 こうりゅうかい 問:国際化協会	17	18
19	20	21	22 ピクアアツブ! やまとグローバルカフェ 「ハーフ」について考える	23	24	25
26	27 ママのひろば 10:00~13:00 問:国際化協会	28	29	30	31	

1月

2月

3月

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 ピクアアツブ! ママのひろば	25	26 ピクアアツブ! 多文化共生防災訓練	27	28	29

1	2	3	4	5	6	7 日本語教授法ブラッシュアップ講座 (詳細は Pal Vol.103)
8	9	10	11	12	13	14 ピクアアツブ! 日本語ボランティア研修会
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 Pal Vol.105 発行
29	30	31	32	33	34	35 ママのひろば 10:00~13:00 問:国際化協会

土曜開庁日

■公益財団法人大和市国際化協会  
〒242-0018  
神奈川県大和市深見西1-3-17  
市民活動拠点ベテルギウス北館1階  
Tel: 046-265-6051  
Fax: 046-265-6052  
Email: pal@yamato-kokusai.or.jp  
http://www.yamato-kokusai.or.jp  
受付時間 月・水・金 第1、3土曜日  
8:30~17:00  
火・木 8:30~20:15



ピクアアツブ!

①開催日時 ②開催場所 ③費用 ④内容 ⑤講師  
⑥対象 ⑦定員 詳しくは、国際化協会のホームページ  
(http://www.yamato-kokusai.or.jp/)でご確認ください。お  
問い合わせ、お申込みは、電話、窓口、Fax、Emailで受け付けます。

やまとグローバルカフェ

やまとグローバルカフェとは、外国人市民と共に多様性を  
活かしたまちづくりを進めるため、多文化共生について市  
民一人ひとりが考えたり、話し合ったりすることができる  
学びの場のこと。開催が延期になっていた2つの講座の  
開催日が決まりました。

「ハーフ」について考える

①1月25日(土)13:30~16:00 ②国際交流サロン  
⑤国士舘大学文学部非常勤講師 下地ローレンス吉孝  
氏 ⑥どなたでも ⑦30名 先着順に受付中

「子ども・若者の居場所」を考える

若者への支援について考えます。  
①2月16日(日)13:30~15:30 ②国際交流サロン ④  
大和東高校などの学校内居場所カフェを参考にして、地  
域の人と子どもたちとの関わりを考える ⑤NPO法人パ  
ノラマ代表理事 石井正宏氏 ⑥どなたでも ⑦30名  
先着順に受付中

外国人ママのひろば

毎月第4水曜日に、地域で子育てをしている人たちが集  
まって交流しています。国籍、言語は問わず、誰でも参  
加することができます。毎回、小さなイベントを企画し  
ていますが、2月は、「古切手やはがきを換金すること  
で東南アジアの子どもたちを支援」する活動をしている  
神奈川ゆめコープの切手や葉書の仕分け作業をお手伝  
いします。昼食付き。

①2月26日(水)10:00~13:00 ②ベテルギウス北館  
1階国際交流サロン ⑥どなたでも

多文化共生防災訓練

①2月29日(土)9:30~13:00 ②大和市立光丘中  
学校 ③無料 ④災害のときに外国人が直面する課題な  
どについての講義及び「やさしい日本語」とピクトグラ  
ムを使って情報を伝える方法を考えるワークショップ。  
終了後に非常食とエスニック料理の試食ができます。  
⑤NPO法人多文化共生マネージャー全国協議会理事  
高橋伸行氏ほか ⑥どなたでも



日本語ボランティア研修会

①3月14日(土)10:00~12:00 ②ベテルギウス北館1  
階 ③無料 ④国際交流サロンで活動する日本語ボラ  
ンティアと学習者を対象に実施したアンケート結果をもと  
に、それぞれの活動を振り返ります。⑥国際化協会登  
録日本語ボランティアおよび活動に興味のある方

国際交流サロン及び国際化協会事務局は、  
12月28日(土)から1月3日(金)までお休みを  
いただきます。4日(土)はあいています。