

# わたしの国のおべんとう ～石下紫峰高校のランチタイム～ No. 1

前回ご紹介しましたとおり、本校の外国籍生徒が茨城新聞で「わたしの国のおべんとう ～石下紫峰高校のランチタイム～」という題目で自国のお弁当を紹介する企画が始まりました。初回はナイジェリア出身のエルドラド・ンウィーアさんの紹介です。

日本ではタピオカの原料になるキャッサバというイモで作られた「エバ」という食べ物を主食にしているそうです。昼休みには教室の他、コミュニティーの部屋では多国籍の生徒が弁当を持ち寄り食べています。自国の風習や文化が色濃く出るお弁当を食べながら賑やかに昼休みを過ごしています。

茨城新聞 第三種郵便物認可 A版 こども (14)

## ナイジェリア

国名：ナイジェリア連邦共和国  
首都：アブジャ  
人口：2億1854万人（2022年）  
言葉：英語（公用語）  
各民族語（ハウサ語、ヨルバ語、イボ語など）

### キャッサバを主食に ウリの種つぶしスープも

ラップにくるまれた白い食べ物は「エバ(フーフー)」=写真右=です。エバはキャッサバというイモの皮をむいて発酵させた後、ドロドロの状態にくだき、火を通しながら練って、おだんごのような硬さのかたまりにした主食です。黄色いおかずは「エグシスープ」=同左=です。エグシとはメロンのようなウリで、そ

の奥肉ではなく、種を乾燥させた後にすりつぶしたものです。肉や魚、野菜など、さまざまな具材をシチューのように煮込み、そこにエグシと赤いパームオイルを加えます。二つを加えると、独特な香りや味、食欲をそそる赤と黄の色味、そしてトロミが出ます。お弁当なので水分は少なめですが、私の大好物です。

1年(12歳) エルドラド・ンウィーアさん

知って

#### タピオカは「食べる物」

キャッサバから作られる有名なものを知っていますか？ そう、タピオカです。でも、ナイジェリアではタピオカは食べ物で、タピオカミルクティーは日本で初めて飲みました。

お国じまん

#### 500以上の言語が存在

私は昨年までナイジェリアのポートハーコートに住んでいました。熱帯地域の中でも雨季と乾季がある熱帯モンスーン気候で、乾季の時期は長袖を着ないと寒い夜もあります。

街のあちこちでおどりたくなるような音楽が流れ、みんな陽気で、なかよく暮らしていました。ナイジェリアにはたくさんの部族がいて500以上の言語があるといわれていますが、公用語は英語です。私が通っていた小学校や中学校も英語でした。

茨城県立石下紫峰高校・佐藤秘司教諭（外国人生徒支援種相談員）監修。このコーナーは、全ての漢字にルビを振っています。