

じこも つうしん 「ZIKOMO 通信」

2025. 6月号

JICA 海外協力隊 木村直
マラウイ

こんにちは(^)/マラウイに来てから 10 か月が経ちました。日本は梅雨が始まっているころでしょうか？前回もお話しましたが、マラウイは乾季(冬)がやってきていて、朝は息が白くなるほどです！

今回はマラウイ人の髪の毛はどうなっているの？と今の旬の食べ物についてお話しします。

【マラウイ人の髪の毛】

マラウイ人の女性はウィッグをつけている女性が多いです。彼らの髪の毛をよく見てみると、小さくクルクルしているのが分かりますか？くしを使って髪についたごみを取ったり、絡まったところをとかしたりしているそうです。

彼女たちは私の直毛の髪の毛を触りながら羨ましいといいます。

私が坊主にしたときも、ありえない！！

とびっくりしていました。(笑)

現地の人のように
坊主
にしました！！



【今の旬の食べ物】

寒くなってきた最近では「さつまいも」や「かぼちゃ」などがよく売られています。果物では「みかん」や「いちご」など日本の冬にも食べられているような食べ物も売られています。写真にあるさつまいもはバケツ 1 杯で 10000 クワチャです。日本円で約 800 円くらいです。安いと思いますか？意外に高いと思いますか？味も日本の味と変わらずおいしくて、懐かしいです。

かぼちゃは日本のカボチャほどは甘みが少ないですが、食物繊維がたっぷりでお腹にたまるのでマラウイ人のお昼ご飯になっています。大きな鍋で時間をかけて蒸してスプーンで中身を食べていました。

みかんもとてもおいしいです。1 個約 300~500 クワチャで売られています。

輸入品もちろんありますが、とれる野菜や果物も多くおいしいです。(^^)/

