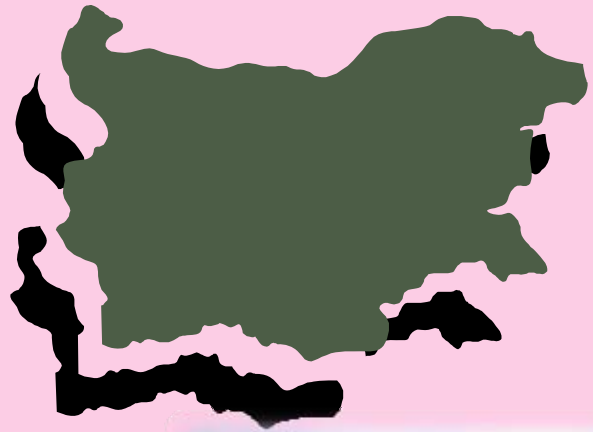


世界の国を知る 🌐 世界の国から学ぶ

わたしたちの地球と未来

 ブルガリア共和国 



【表紙の写真】

(右上) ヴァルナ大聖堂

黒海沿岸にあるヴァルナ市の中心にあるブルガリア正教会の大聖堂。ブルガリア国内では珍しく、聖堂内はステンドグラスが施されている。地元の人はこちらで結婚式を挙げることもある。

(左下) バラ祭りの様子

1年に1回、6月上旬にバルカン山脈ふもとの街、カザンラクで行われるバラ祭り。各地方から、色とりどりの民族衣装を着た人たちが集まる。この時期にバラ畑は満開になり、香水のような香りに包まれる。



古橋 綾

Contents

- 01 こんな想いを込めました!
- 02 こんな教材です!
- 03 なぜブルガリア共和国?

第1章 ブルガリアってどんな国?

＝自然豊かで、家族を大切にする
バラとハーブが香る国＝

- 05 ブルガリアのこと知ってる?
- 07 ブルガリアにまつわるウソ?ホント?
- 09 ナニコレ珍百景 IN ブルガリア
- 11 ユーモア大好きガブロヴォっ子になろう!
- 13 ちょっとブレイク ～ブルガリアヨーグルトのひみつ～

第2章 へえ～!ブルガリアと日本

- 15 あみだであみだせオソロな文化 ①
- 17 あみだであみだせオソロな文化 ②
- 19 日本の文化お届け隊
- 21 ハックション! そのときあなたは?
- 23 このことわざ あのことわざ!?
- 25 フォトギャラリー ～ブルガリアの風景～

第3章 一緒に考えよう!こんな課題

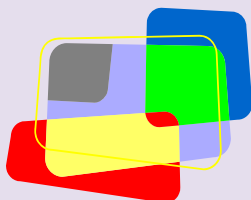
- 27 世界がひとつになるまで…
- 29 ちょっとブレイク ～ブルガリア料理レシピ～
- 30 フォトギャラリー ～ブルガリアの風景2～
- 31 「ブルガリアってこんな国」ふりかえりシート

第4章 そして未来へ

- 33 世界を変えるスピーチ
- 35 この星をこれ以上こわし続けないで
～12歳の少女が地球サミットで語った伝説のスピーチ～

★参考資料★

- 39 目で見えるブルガリア
- 41 ブルガリア地図
- 43 参考文献・データ等の出典
- 43 ご協力いただいた方たち
- 43 2009年度教材作成チーム



こんな想いを込めました！

愛知万博で体験した国際交流の楽しさを広げていきたい/つなげていきたい/
そんな想いが本書作成のきっかけでした。



● 国際交流は楽しい！

『世界大交流』をうたった2005年愛知万博。120カ国の文化や生活に触れたり、いろいろな国の人たちと話をしたりすることは、とても楽しい経験でした。『国際交流』は決して難しいことではありません。自分の視野を広げ、他者を尊重する力を育むことにもつながり、そうした力は多文化共生社会を実現するためにも欠かせません。そんな国際交流の楽しさ、大切さを愛知から発信していきたいと考えました。

● 人の顔が見える教材をつくりたい！

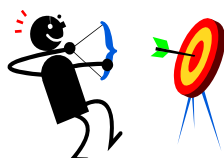
「日本ってこんな国」「日本人ってこんな人」って決めつけられて違和感を感じた経験はないでしょうか？ 国全体の概要を知ることもちろん大切ですが、何となく持っている固定概念をもしかしたら裏切るような、「へえ〜。こんな一面もあるんだ」と意外に思えるような、そんな教材をつくりたいと考えました。そうすることによって、「わたしたちが世界のことをいかに知らないか」ということや「普段見聞きしている情報はほんの一面にすぎない」ということに気づいてもらうとともに、そこに住んでいる人々を身近に感じてもらえたらいいなと思います。

● 世界の国から学ぶ！

どんな国もいいところ、悪いところ、いろいろな面を持っています。何が幸せなのか、「豊か」の基準は何なのか、といった価値観もさまざまです。例えば、途上国だから「かわいそうな国」ではありませんし、紛争があるから「こわい国」でもありません。日本にもたくさん問題があります。様々な国の、特にすばらしいところを知ることによって、対等な関係をつくるとともに、自分たちの地域や生活をふりかえることができると考えました。国にも人にも文化にも優劣はないことを踏まえて、お互いに学び合える関係ができればいいなと思います。

● 未来を創るのはわたしたち！

地球はさまざまな課題を抱えています。環境や人権や平和など、日本も無関係ではありません。地球に住む一人ひとりがそれらの課題に取り組まなければ、よりよい未来を創ることはできないのです。そしてよりよい未来を創るためには、今、地球で起きていることは何なのかを知り、それが自分とつながっていることに気づくことが大切だと考えました。本書に掲載されていることは、地球で起きていることのほんの一部ですが、それらを通して感じたこと、気づいたことが未来につながっていくといいなと思います。



こんな教材です！

次のようなことを考えて作りました。

●ファシリテーター・先生用の教材です

内容については、小学生高学年以上を対象としています。本書自体は、ファシリテーター（参加型プログラムの進行役）や先生に使っていただくための教材となっています。ことば遣いなど、対象に合わせて直してください。必要に応じてコピーし、配布していただいても結構です。

●参加型で使うことができる教材です

情報・知識を聞くだけでなく、考えたり、作業をしたり、話し合ったりすることによって楽しく学べるとともに、その中で何かを感じたり、気づいたりしてもらえそうなプログラムにしました。基本的には4～6人のグループに分かれて行うプログラムになっています。必ずしも正解があるものばかりではありません。参加型のプロセスを大切にいただければと思います。

●きっかけづくりの教材です

本書で紹介したのは、ブルガリアのほんの一面です。本書だけでブルガリアのすべてがわかるわけではありません。ブルガリアに親しみを感じ、関心をもってもらおうと同時に、自分たちの地域をふりかえり、地球的課題を考えるきっかけとして活用してください。

●使い方は自由です

とはいうものの、使い方は自由です。もちろん、最初から順番にやる必要はありません。対象に応じてプログラムの進め方を変えたり、時間的な条件によって短縮したりするなど調整することもできます。参加者にあわせてどんどんアレンジして使ってください。巻末に参考資料を掲載していますので、最新のデータが必要なときや、もっと深めたいときは、活用してください。

●カラーデータ・写真はダウンロードできます

カラーデータ・写真については、（財）愛知県国際交流協会のホームページからダウンロードできます。ただし、著作権は出典元または（財）愛知県国際交流協会に帰属します。学校関係や国際交流団体等が教育の目的で非営利に使う場合に限り、活用していただけます。

●本書の構成とマークの見方

基本的に、1項目2～4ページで掲載しており、実際に使っていただくプログラムと、それに関する説明とで構成されています。それぞれのプログラムの「ねらい」も記載していますので、参考にしてください。また、ページの下段に掲載している一口コラムは、プログラムとは関係なく、ちょっとおもしろい情報や用語の意味などです。必要に応じて活用してください。なお、本書で使っているマークの意味は次の通りです。



参加型のプログラムです。
必要に応じてコピーし、配布してください。



プログラムで模造紙を使います。



プログラムに関する説明です。
ファシリテーター・先生用です。



プログラムでマジックを使います。



プログラムのねらいです。



プログラムで付箋を使います。



ちょっとブレイク！一口コラムです。



プログラムでA4用紙を使います。
裏紙等を活用してください。



プログラムに使う資料です。
必要に応じてコピーし配布してください。



データ等の出典です。



コピーし、カード等に切り離して
使ってください。



写真の撮影者です。



なぜブルガリア共和国？

始まりは、2005年愛知万博「一市町村一国フレンドシップ事業」

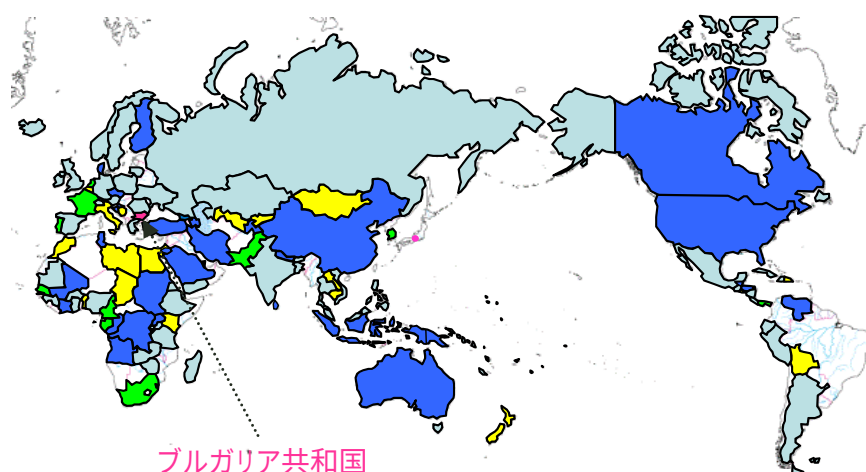
2005年に開催された愛知万博の会期中愛知県内の市町村は、公式参加国120カ国（日本を除く）のホームシティ・ホームタウンとして、地域ぐるみのホスピタリティあふれる受入を行いました。この取り組みを「一市町村一国フレンドシップ事業」と言います。このフレンドシップ事業では次の5つのことをねらいとしました。

- 世界各地から訪れる人々に日本や日本人を理解してもらう
- 迎え入れる地域の人々に、交流を通じて、世界には多様な価値や文化があることを知ってもらう
- 万博会場内だけではなく、地域でもてなすことで、万博を相互交流を深めるための大きな舞台とする
- 地域文化を世界に発信することにより、各地域が自らの文化を再発見し、地域のあり方や発展の方向性について学ぶ機会とする
- 地域に根ざした「人」と「人」との交流を万博終了後も引き継ぎ、世界の人々をつなぐ架け橋としてさらに発展させる

この「一市町村一国フレンドシップ事業」をさらに広げ、つなげていこうと作成したのがこの教材です。
そして、ブルガリア共和国のホームシティは、豊明市でした。



愛知万博／ブルガリア館



ブルガリア共和国

- 本教材
- 2009年度教材作成予定の国
- 2008年度教材作成の国
- 2007年度教材作成の国
- 愛知万博公式参加国

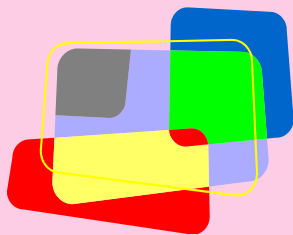
2009年度作成 予定 (33カ国)	アゼルバイジャン共和国 アメリカ合衆国 アンゴラ共和国 イラン・イスラム共和国 インドネシア共和国 ウガンダ共和国 オーストラリア連邦 カナダ グルジア コートジボワール共和国 コンゴ共和国 サントメ・プリンシペ民主共和国 スーダン共和国 スリランカ民主社会主義共和国 タイ王国 タジキスタン共和国 中華人民共和国 チュニジア共和国 デンマーク王国 トルコ共和国 ネパール連邦民主共和国 パプアニューギニア独立国 フィンランド共和国 ブルガリア共和国 ベネズエラ・ボリバル共和国 ベリーズ ボスニア・ヘルツェゴビナ ホンジュラス共和国 マーシャル諸島共和国 マリ共和国 ヨルダン・ハシェミット王国 リトアニア共和国 ルワンダ共和国
2008年度作成 (20カ国)	イタリア共和国 ウズベキスタン共和国 エジプト・アラブ共和国 エルサルバドル共和国 カンボジア王国 キリバス共和国 キルギス共和国 ケニア共和国 サウジアラビア王国 大リビア・アラブ社会主義人民ジャマーヒリーヤ国 チャド共和国 ドミニカ共和国 ニュージーランド フィジー諸島共和国 ベナン共和国 ベルギー王国 ボリビア共和国 モロッコ王国 モンゴル国 ラオス人民民主共和国
2007年度作成 (10カ国)	オランダ王国 ガボン共和国 カメルーン共和国 セネガル共和国 大韓民国 パキスタン・イスラム共和国 パナマ共和国 フランス共和国 ポルトガル共和国 南アフリカ共和国



第1章

ブルガリアってどんな国？

＝自然豊かで、家族を大切にする
バラとハーブの香る国＝



ブルガリアのこと知ってる？

① ブルガリアと聞いてどんなものをイメージしますか？ まずは、ブルガリアのことを知ろう！

- ① 下の地図でブルガリアはどこでしょうか？ここだと思うところに色を塗ってみましょう。



- ② ブルガリアと聞いてイメージするものを書いてみましょう。

- ③ ブルガリアの国旗は次のように3色に分かれています。
想像して色を塗ってみましょう。
またその色にはどんな意味が込められているのか考えてみましょう。

- ④ 次の4つの写真の中から、ブルガリアの写真だと思うものを選んでみましょう。

A



C



B



D



- ⑤ ブルガリアをはじめに作った民族はどこの地域の民族だったでしょう？

📷 古橋 綾

A アジア

B ヨーロッパ

C アフリカ



ブルガリアの民族衣装は地域ごとに色や模様が異なり、その種類は500種類以上にのぼります。



P.5のこたえと解説です。



知っているようで知らない国、ブルガリアについて少し詳しくなりましょう。

ブルガリアってどこ？

ブルガリアは東南ヨーロッパにあり、東に黒海、北にドナウ川、南にトルコとギリシャ、西にセルビアとマケドニアに面しています。日本からブルガリアまで約9000Kmもの距離があります。ブルガリアまでの旅は飛行機でまる一日かかります。

時差もかなりあり、冬の間はブルガリアと日本の時差が7時間です。つまり、日本人が昼ごはんを食べ始める時に、ブルガリア人はやっと起きるところです。



ブルガリアといえば何？

「〇〇〇ブルガリアヨーグルト〜♪」というCMでお馴染み、ヨーグルトはすぐにできそうですね。バラ、琴欧州、IT、キリル文字、トラキア、コウノトリ、EU、黒海、自然が多い、長寿の国... この辺りまで書き出せた人はすばらしいです。ブルガリア、知っているようで意外に知らないことがたくさんあることに気づいたでしょうか？

国旗はどんなの？

1878年に制定されたブルガリア国旗。

この年、サン・ステファノ条約によってブルガリアの完全独立が承認されました。

白はヨーグルト、緑はブルガリアの豊かな自然、赤はブルガリアのシンボルであるバラ、と本来とちょっと違う解釈してもブルガリアに合っているし、覚えやすいと思います。

白 (平和)
緑 (豊かな収穫)
赤 (勇気)

どれがブルガリアの写真？

正解は全部です。

ブルガリアは自然、農業、建築、さまざまな顔を持っています。

A 黒海リゾート (ヴァルナのゴールデンサンズ)

夏になるとヨーロッパなどからたくさんの観光客がきます。ブルガリア語でもЧерно мореとなり、「黒い海」という意味では同じですが、実際は黒くありません。

B 田舎の街並み (コプリフシュティツァ)

C 首都ソフィアの街並み

D リラ僧院

ブルガリア最大で最も著名な正教会の修道院。世界遺産です。

ブルガリアは誰がつくったの？

ブルガリア人と日本人が“遠い親戚”ということをご存知ですか？

ブルガリアには、ヨーロッパなのにどことなくアジアの雰囲気があります。

それもそのはず、6〜7世紀に中央アジアからこの国に移住してきたアジア系原ブルガリア人とスラブ系民族が融合して形成されたのがブルガリア民族なのです。

そして、681年にブルガリア王国を建国したのがこの国の始まりでした。



ブルガリアのケーブルテレビには民族音楽の専門チャンネルがあり、多くの人に親しまれています。

ブルガリアにまつわるウソ？ホント？

❓ ブルガリアでは「はい」は首を横に、「いいえ」は首を縦に振ります。以下のクイズ、正解と思ったら首を横に、間違っていると思ったら縦に振ってみよう。間違えずにできるかな？

❶ 日本語を書くとき、ひらがな・カタカナ・漢字といった独特の文字を使うように、ブルガリア語も独特の文字で書く。



❷ ブルガリアでは、1年以内に亡くなった人がいる家の門や玄関に、黒い旗を掲げておく。



❸ 町で見かけるおばあちゃんは、家事や仕事などの作業をしやすいうように、ズボンをよく着ている。



❹ 遠くからやってきたお客様をもてなす時は、必ずと言っていいほど自家製ヨーグルトを出す。



❺ ブルガリア人は百獣の王とも呼ばれる強いライオンが好きで、ライオンをモチーフにした物がたくさんある。



❻ ブルガリアは2007年にEUに加盟したため、通貨はユーロ(€)が使われている。



❼ はい・いいえが日本と逆であるように、結婚指輪も日本と逆で左手薬指ではなく、右手薬指にはめる。



❽ ブルガリアでは2階以上が突き出た家のデザインが流行している。



❾ ブルガリア人は、近隣の国、マケドニア、セルビア、ロシアのことがわかる。





1 正解



ブルガリア語は「キリル文字」という独特な文字で表記します。日本では顔文字(例1)などに使われているため、見慣れた記号もあるかもしれませんね。例1: (‘Д’) щ(А°щ) Ъ(°-^)\(‘ё*)ノ(太字部分)

2 不正解



ブルガリアでは「黒いリボン」が喪中のしるし。横幅30cmほどの布で作られた、よい風合いに色あせたりボンを飾る習わしがあるのです。地方によって多少異なりますが、大体1年くらい、黒いリボンと故人を記した紙(写真やプロフィールが載せてある)が玄関口などに貼られます。

3 不正解



ブルガリアのおばあちゃんたちはとてもオシャレ!定番ファッションは「花柄のワンピース」で、ゆっくりゆっくりお散歩をしたり、ひなたぼっこをしながらおしゃべりをします。花柄ワンピース以外にも、派手な色のフレアスカートなど女性らしい服装が好き。ズボンはめったに履きません。

4 不正解



一般家庭ではお客様に対して「いやーよく来たねえ。まあ飲みなさいよ」というフレンドリーな雰囲気、ラキアというお酒とサラダが振る舞われます。また、公的な場では「パン(ピトカ)と塩(シャレナソル)」という伝統的なおもてなしがなされます。招かれた客はパンをちぎって塩をつけて食べます。

5 正解



ブルガリア人はライオンが大好きです。役所、橋、銀行などにライオンの彫刻(レリーフ)や絵が飾られています。ライオンが象徴する勇敢さ、気高さに、長く他国の支配下にあった自国への誇りや団結への願いが込められているのです。

6 不正解



ブルガリアでは「レフ」(Lev、ブルガリア語:лев)という通貨が使用されています。ちなみに19世紀頃のブルガリア語で、レフは獅子という意味を持っていました。しかしレフという言い方は1レフのときのみで、2以上の数字になると2レヴァ3レヴァ…となります。

7 正解



ブルガリアでは結婚指輪を右手にする習慣があります。

8 不正解



2階以上が突き出た面白い建築はブルガリアでよく見かけられます。しかしこれは単なる流行りではなく部屋数を増やすため、というきちんとした理由があります。

9 正解



ブルガリア語を含め、これらはスラブ系言語に属するので互いの言葉を理解することができます。



田舎のおばあちゃん。花柄ワンピースじゃないけれど、頭にほおっかぶりしています。



パン(ピトカ)で公式なおもてなしをうけています。



古橋 綾



ナニコレ珍百景 IN ブルガリア

① 日本の“あたりまえ”は外国でも“あたりまえ”であるとは限りません。外の国を知って、改めて自分の国の“あたりまえ”についても一度考え直してみましょう。

① これは、ブルガリアの「コンビニ」の写真です。

実は、写真に写っていない部分で、日本とは違うブルガリア独特の工夫がされているのですが、それは何だと思えますか？ 想像してみましょう。

ヒント1 ブルガリアの首都ソフィアでよく見かけられます。

ヒント2 ブルガリア人の生活の知恵がうまく生かされています。



古橋 綾

② 日本のコンビニとブルガリアのコンビニ、似ている点・異なっている点を見つけましょう。

ヒント1 お店の中の様子はどうでしょう？

ヒント2 便利そうなところ、不便そうなところがありますか？

ヒント3 どんなコミュニケーションが必要だと思いますか？ 会話を想像してみましょう。

③ あなたはコミュニケーションをとりながら買い物をすることが好きですか？
それとも、何も言わなくてもほしいものが手に入る買い物が好きですか？

④ 人と人が関わる時、コミュニケーションは必要でしょうか？ 不必要でしょうか？
みんなで話し合ってみましょう。

言葉が通じなかったらどうしますか？

文化や習慣が違ったらどうしますか？

考え方が自分と正反対だったらどうしますか？



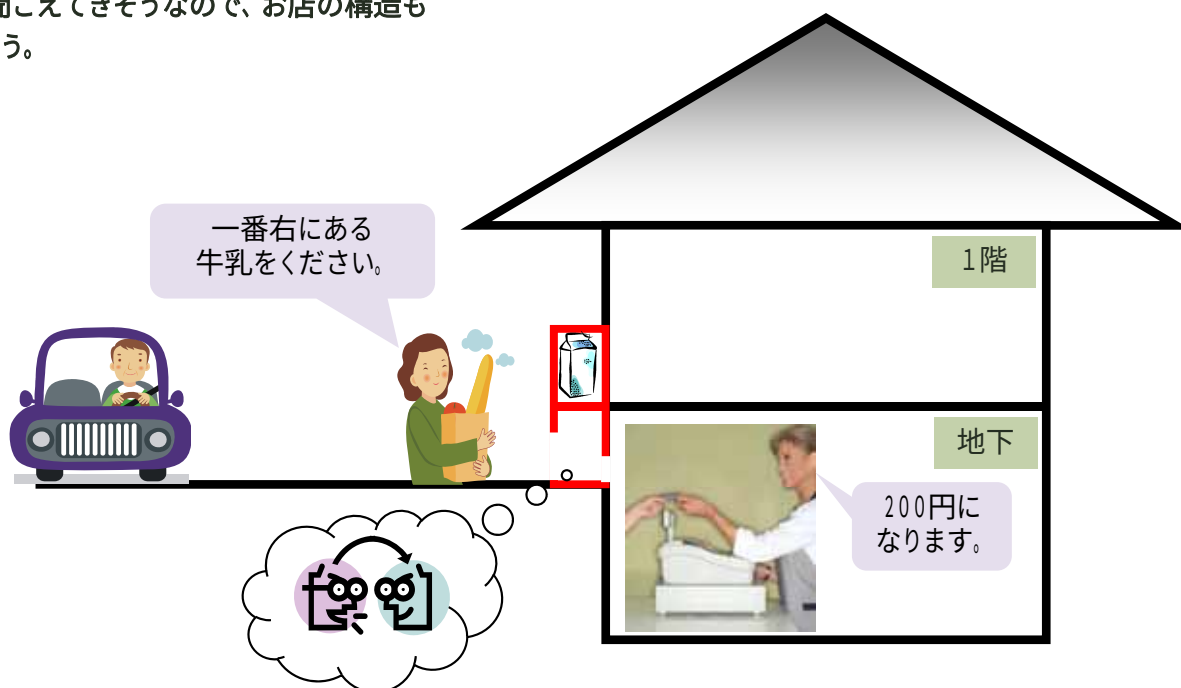
半地下商店のアレコレ

道端に突然現れたこのナゾの光景は、ブルガリアでよく見かけられる「半地下商店」です。写真を見て分かる通り、路上に商品の陳列棚があります。その高さはちょうど人間と同じくらい。「こんなに小さくてどうやってお店に入るの?」「店員さんは?」「レジは?」さまざまな疑問が浮かんでくるかもしれませんが、以下の写真を見ればお客さんが何をすればいいのか想像できるでしょう。



まず陳列棚で欲しい商品を決めます。
次に小さな窓の前にしゃがみこんで、中にいる店員と挨拶をかわします。
おしゃべりをしながら、欲しい商品を取ってもらい、お金を払って商品を受け取ります。
すべて終わったらありがとうとお礼を言うことを忘れずに!

「買い方は分かったけれど、一体棚の奥はどうなっているの?」「まさか小びとが働いているのでは?」という声が聞こえてきそうなので、お店の構造も紹介しましょう。



ブルガリアのほとんどの建物には地下室があります。半地下商店はブルガリアの首都ソフィアでよく見かけられます。都会にはたくさん建物があ、新しくお店を作ることが簡単ではないので、地下室と歩道を利用し、換気用の小さな窓を有効に使ってお店を営業しているのです。地下室には冷蔵庫があり、様々な商品が保管されています。ちなみに歩道のショーウィンドウに並ぶ商品は見本で、客がリクエストしたものを店員が地下室の棚から持ってくるという仕組みになっています。

日本のコンビニのように便利なこの半地下商店ですが、ある程度日常会話などのコミュニケーションができなければ、うまく買い物をすることができません。逆に言えば、ここはブルガリア人の大切なコミュニケーションの場となっているのです。



ユーモア大好きガブロヴォ子になろう！

① ジョークが大好きなガブロヴォ人のように、おもしろいジョークを考えてみんなを笑わせてみよう。

ユーモアの首都と言われる「ガブロヴォ」という街がブルガリアにはあります。ガブロヴォは名古屋と同じく「ケチの街」とも言われています。ケチというより、ガブロヴォ人は貧しい環境の中でも知恵を絞って生き抜いてきたのですが、その節約っぷりをジョークにして笑い飛ばしてしまうのがガブロヴォ流！

例えば、右の写真は、この街のシンボルである「しっぽが切られた猫」。

なぜ、しっぽが切られちゃったんでしょう？それは…。(→P.12)

さあ、次の会話、みなさんならどんな風に答えますか？

ガブロヴォ子に負けないうおしやれに返してみてください！



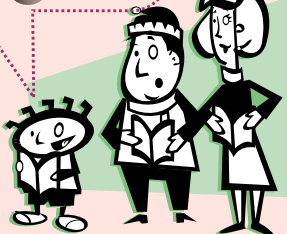
ガブロヴォの猫

古橋 綾

①ねえ、お父さん、ノートを買いたいからお金ちょうだい

③

1



②お前は今までどこに書いていたんだ？

①俺は昨日バスの後ろを走って、バス代を1レフも節約したぜ。

②お前は馬鹿だな。俺なんて

2



①君は頭だけが痛かったんじゃないの？なぜさっき医者にも胃が痛いとか、胸の圧迫感があるとか訴えたの？

②

3



①助けて、15人のお客がうちでお昼を食べることになったんだけど、いすが10個しかないんだ。君のうちにはいすがある？

③

4



②5つあるよ



①坊や、クルミをあげるから手を開いてちょうだい。
③どうして？



②僕はいらないよ。お父さんにあげてね。

④

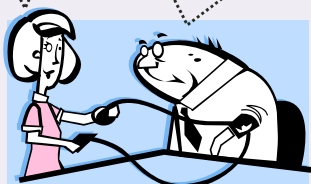
5



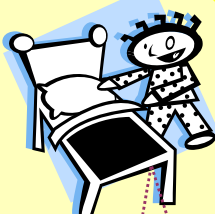
ガブロヴォ人が医者助言を無料で受けようと医者尋ねた。

②

6



①ねえ先生、風邪をひいたらどうしますか？



②そうかい。それじゃあ...

7

①パパがぼくに小さなチョコをくれた夢を見たよ。その夢が叶うといいなあ。

最後にクイズです。

8 ガブロヴォ人が外国に出かける時、必ず持っていく動物は何？

9 ガブロヴォ人は冷蔵庫を買いません。なぜでしょう？





しっぽが切られたのは…。

「ガブロヴォには毎年寒い冬がやってくる。猫が部屋から出るたびにせっかく暖めた部屋の温度が下がるので、猫の出入り時間を少なくするため、ガブロヴォ人は猫の長〜いしっぽを切ってしまった。」のです。

(もちろん、あくまでもジョーク。実際には誰も猫のしっぽを切ったりしませんよ。)



ガブロヴォの猫 (左)

古橋 綾

- ① 机の上だよ。でももういっぱい書くところなくなっちゃったんだ。
ノートを買うお金を節約したんですね。でもみなさんは真似してはいけませんよ。
- ② お前は馬鹿だな。俺なんてタクシーの後ろを走ったから、5レヴァ(ブルガリアの通貨)も節約できたぜ。
どちらも走ったことに変わりはありませんが、タクシーの後ろの方がお得な気分になりますよね。
- ③ 僕の妻は胃が痛くて、義理の母は心臓が悪いのさ。俺の治療代だけで三人の治療法をまとめて教えてもらったってわけさ。
その前にちゃんと奥さんと義理のお母さんを病院に連れて行ってあげるべきでは？
- ④ やった、それじゃ、あの5人を君の家に送るね。
15人分のランチは大変なので、5人のお客は違う家に行ってもらうことにしたんですね。
- ⑤ だってお父さんの手の方が大きいでしょ？
たしかに大きな手でもらった方が、たくさんクルミをもらえそうですね。
- ⑥ クシャミをするね。
医者もまた、ガブロヴォ人だったので、ジョークで返されてしまいました。
- ⑦ そうかい。それじゃあお前がいい子にしていたら、パパがお前に大きなチョコを買ってあげた夢を見るよ、きっと。
夢の中であれば、ケチなパパも大きなチョコをくれるみたいですわね。
- ⑧ ニワトリ
ガブロヴォを出るとき多くのトンネルを通ります。ニワトリはそれらが日没と日の出の繰り返しだとだまされ、一日に何回も卵を生むからです。
- ⑨ 冷蔵庫のドアを閉めるとき、ランプが消えるかわからないから。
たしかにドアの閉まった冷蔵庫の中は、見ることはできませんが…真っ暗になるはず？



ガブロヴォのユーモア博物館のおみやげ。1個のコップで2人分なんです。

古橋 綾





ちょっとブレイク



ブルガリアヨーグルトのひみつ

ブルガリアというと多くの人がまずイメージする「ヨーグルト」。ここでは、ヨーグルトにまつわるひみつエピソードと、オリジナルヨーグルトの作り方を紹介します。



ひみつファイル1 はじまりは偶然!?

ヨーグルトのはじまりは、木桶や革袋に入れておいた乳に偶然入り込んだ乳酸菌によってできたものといわれています。ブルガリアの主食のひとつとして健康を支え続けてきた歴史あるヨーグルトは、この国の持つ豊かな自然と風土の融合による奇跡的な偶然から生まれ、人々によって受け継がれてきたのです。そこには家族への愛情や健康への願いが込められており、「ブルガリアには、空気中にヨーグルト菌がたくさんあるんだよ。だからほうっておいても自然に発酵しておいしいヨーグルトができるのさ。」とブルガリアのお年寄りも笑顔で語ります。



スーパーの陳列棚に並んだ
ヨーグルトのカップ

古橋 綾



ひみつファイル2 大阪万博がなかったら、ヨーグルトは？

1970年の大阪万博に「ブルガリア館」がなかったら、日本の食卓にプレーンヨーグルトが登場するのはずっと後のことになったかもしれません。というのも、「明治ブルガリアヨーグルトプレーン」は、本場のヨーグルトがあることを聞きつけた明治乳業のスタッフが、ブルガリア館で試食したことがその後の商品開発へとつながったからです。



ひみつファイル3 日本でたったひとつの称号

今でこそ有名な「明治ブルガリアヨーグルト」ですが、はじめからこの名前がついていたわけではありません。「ヨーグルトは民族の心、他民族が作ったものにその名を貸すわけにはいきません。」と「ブルガリア」の名前を入れることははじめは断られていたのです。しかし「どうしても本物のブルガリアヨーグルトを日本の食卓に届けたい」という明治乳業の熱意が伝わり、1973年にブルガリアの国名使用許可を得ました。ヨーグルトの故郷ブルガリアが菌を提供するのは一国につき一社のみ。「明治ブルガリアヨーグルトプレーン」は、日本でただ一つブルガリアから認められた商品なのです。



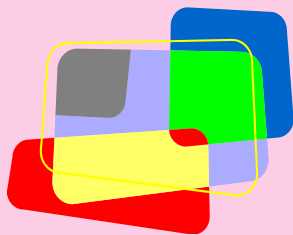
おまけ～オリジナルヨーグルトの作り方～

- 1 搾りたての牛乳をわかしてふっとうさせます。
- 2 20分さまします。小指を差し入れて、少し高めの「赤ちゃんの体温くらい」のあたたかさになるのを確認します。
- 3 びんにうつしてヨーグルトを大さじ2～3杯入れてかきまぜます。
- 4 びんのふたをしっかりとめて、毛布やじゅうたんなどにくるんで置いておきます。
- 5 約2時間後にできあがります。



第2章

へえ～！ブルガリアと日本



あみだであみだせオソロな文化①

① 日本とブルガリアには似たような文化がたくさんあります。ヒントを参考にしてブルガリア文化カードと、日本文化カードを組み合わせてみましょう。あみだくじが答えになっています。



ブルガリア文化カード と 日本文化カード

キセロムリャコ

- ★ブルガリア料理には欠かすことができない調味料
- ★日本人にもよく親しまれている

ブルガリアンボイス

- ★百姓の歌
- ★女性コーラスの美しい歌声
- ★独特の歌い方

キセロゼレ

- ★瓶詰の保存食
- ★秋になるとどの家庭もたくさん作る

バラ

- ★ブルガリアを代表する花
- ★盛大な行事が行われる

ゴブレン

- ★民族衣装などに使われる
- ★おみやげに最適
- ★ブルガリアの女性が得意

スルバクニツァ

- ★木の枝を使う
- ★健康を願う
- ★年のはじめに行う儀式

マルテニツァ

- ★木に何かを結び付ける
- ★春を呼ぶ伝統的な行事

クケリ

- ★お面をつけて仮装する
- ★悪魔を追い払う儀式

プロシュタパルニック

- ★赤ちゃんの将来を占う
- ★いろいろな道具を円形に並べる

バニツァ

- ★ブルガリアの伝統的な料理
- ★丸い形をしたパン
- ★朝ごはんの定番

おにぎり



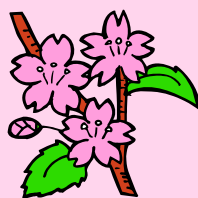
初詣



みそ・しょうゆ



桜



染物・絞り



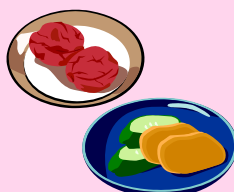
なまはげ



演歌



梅干し・漬物



えらびとり



七夕

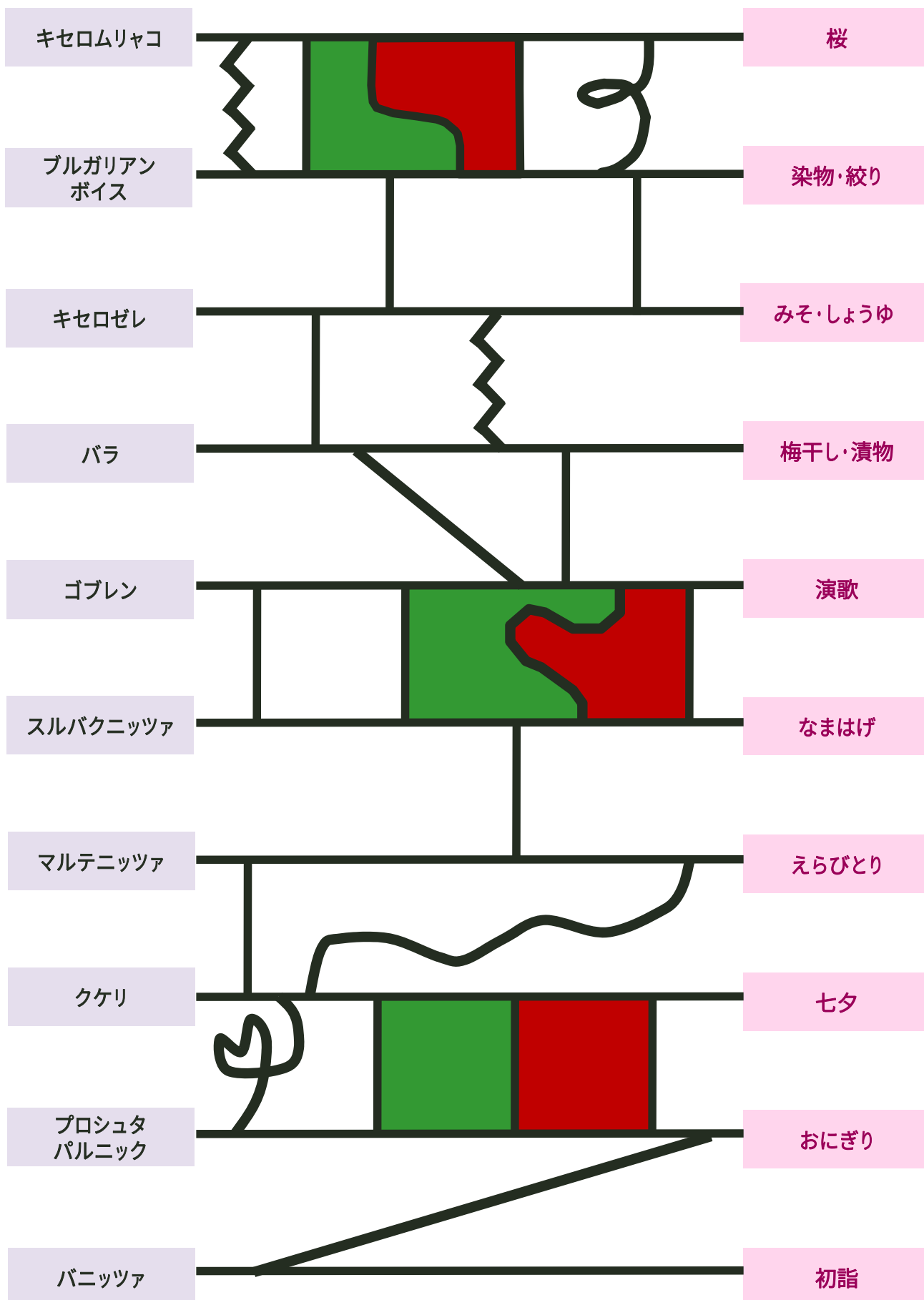




P.15のこたえです。(解説はP.17～18)



あみだくじを通して、両国には共通する文化がたくさんあることを知り、ブルガリアに親近感を持つ。



あみだであみだせオソロな文化②

❓ 前ページで登場したキーワードをさらに詳しく解説します。本やインターネットを使って興味を持ったものを自分でさらに調べてみたり、他にも似たような文化がないか探してみましょう。

キセロムリャコ＝みそ、しょうゆ

ブルガリアと言えはすぐにヨーグルトが思い浮かびますね。ブルガリアではキセロムリャコと呼ばれます。ヨーグルトの年間1人当たりの消費量は日本人が8kgに対して、ブルガリア人は何と30kg以上。一体どうやってそんなに大量のヨーグルトを食べているのかと言うと、スープ、サラダ、肉、デザート... あらゆる料理の調味料として使うのです。日本人が大豆から作られたみそやしょうゆを重宝するのと同じ感覚です。しかし彼らは調味料としてだけでなく、パイの生地に入れたり、水に混ぜて飲んだり、美容のために肌に塗ったり... とまさにヨーグルト漬けの生活を送っています。

ブルガリアンボイス＝演歌

CMのBGMなどで時々耳にする女性コーラスのブルガリアンボイス。この音楽に取り憑かれると、放心状態になって勉強や仕事が手に付かなくなる、と言われるほど魅力的なサウンドです。この声の特徴は合唱をするときに使われる裏声ではなく、どんなに高い音も地声であるということです。また、メロディーやハーモニーを歌う人以外に、ほとんど音程が上下しない持続音を♪ハア～♪エエ～と出し続けている人がいます。これは演歌を歌うときに欠かせない「コブシ」にとってもよく似ていて、日本人にとってどこか懐かしい気持ちになる音楽なのです。

キセロゼレ＝梅干し、漬物

ブルガリアの冬は厳しく食糧も不足します。そのため秋になるとどの家庭も冬じたくとして保存食となる瓶詰作りをします。その時期の台所は、瓶詰を作るためのトマトやピーマン、それに果物などでいっぱいになるのです。ポリバケツいっぱいのキャベツを酢漬けにしたりもするそうです。今でこそスーパーに1年中並ぶようになった梅干しや漬物も、昔は保存食として多くの家庭が手作りしていましたよね。



冬の保存食。キャベツの酢漬け（キセロゼレ）と果物（コンポート）

バラ＝桜

ブルガリアではヨーグルトと同じくらいバラが有名です。毎年5～6月にカザンラクという都市のバラの谷でバラ摘みが行われ、バラ祭りが開かれます。日本人が春になると桜の木の下でお花見をするのと似た感覚でしょうか。このお祭りには世界中から多くの観光客が訪れ、民族衣装を着た地元の人たちがバラ摘みの実演をしたり、民謡や踊り、子供たちのパレードやコンサートなど様々なイベントが行われ、「バラの女王」も選ばれます。



カザンラクのバラ（ダマスクローズ）

ゴブレン＝染物、絞り

日本の伝統的な民族衣装である着物には、美しい染色や絞りが施されていますが、ブルガリアの伝統的な民族衣装に欠かせないのはゴブレンという刺繍です。複雑で幾何学的な図がついているブルガリアの刺繍は、地域によって模様が異なりますが、多くの場合赤が目立つような構図になっているのが特徴です。



刺繍。お土産用ではなく、本当に古い時代の手仕事の刺繍。



バラ祭りの様子（カザンラク）

古橋 綾



ブルガリアのローズオイルは、香りが高いことが有名で「ブルガリアの金」と呼ばれています。

スルヴァクニツァ＝初詣

お正月の日に子どもたちは、ヤマボウシの枝をドライフルーツやウール等で飾ったスルヴァクニツァで、親の背中をたたきながら、家族みんなの健康を願います。日本でもお正月は初詣に行ってお賽銭を投げ、1年の健康を願うことがありますよね。

衣装を着て、枝を振りながら呪文を唱える子どもたちは、魔法使いのようにも見えます。このとき彼らは年玉をもらうのです。ハロウィーンで「トリックオアトリート」と言いながらお菓子をもらいに来る仮装した子どもたちにもよく似ています。

マルテニツァ＝七夕

マルテニツァはブルガリア代表的な伝統の一つであり、白と赤糸で作った春のお守りです。冬の終わりは3月1日とされていて、本格的な春がやってくるまで元気に生けられるようにマルテニツァを手首に結ぶか、胸につけます。3月1日が近づくと、ブルガリアのどの町でも至る所までマルテニツァの販売店が並んでいます。花を咲かせた木を見かけたら、すでに春がやってきたことになるので、その木にマルテニツァを結びます。木に何かを結び付けるという点では、日本の七夕と共通しているのではないのでしょうか。



マルテニツァ。胸につけるタイプのもので腕に巻きつけるものがあります。



クケリ
こうして家々を回って歩きます。

クケリ＝なまはげ

仮面をかけて、怪獣などの仮装をした男たちは、ベルトに鈴を何十個もつけて、町を踊りながら回ります。怖い仮面と鈴の雑音によって悪魔が追い払われると言われています。その姿はまるで、鬼の面をつけて「泣グコはいねー」と家々で暴れるなまはげのようです。彼らもやはり怠け者を懲らしめ、災いをはらってくれると言われています。



プロシュタパルニック＝えらびとり

クケリ
ロゾヴォ村のパレード

これは子どもの将来をうかがう伝統的な占いです。赤ちゃんが完全に歩き出す前に小さな毛布の上に円の形に様々な仕事を表している道具を並べて、赤ちゃんを円の真ん中におきます。やがて赤ちゃんは何かの道具を手に持って毛布を出ます。そのとき手にした道具が大人になったときの仕事を表していると言われているのです。あまり知られていませんが、実は日本各地にも「えらびとり」という似たような伝統があるのです。



古橋 綾

バニツァ＝おにぎり

日本人にお米が欠かせないように、ブルガリアの食卓には必ずと言っていいほどパンが並びます。特にバニツァは大事なお客さんを迎えるにも適している特殊なパンです。薄いパイシート、卵、チーズ、ヨーグルトが入っているので、おなかいっぱいになります。バニツァを朝ごはんにする人も少なくありません。それから、バニツァは丸い形をしているため、永遠の恵みなどの意味も含まれており、お正月の食卓にも欠かせません。



日本の文化お届け隊

❓ 外国人に日本の文化を紹介するとき、あなたは何を、どのように伝えますか？
誤解や偏見を生まない文化交流をするために、大切なことを考えましょう。

日本文化大臣からあなたのもとへ、こんな手紙が届きました。

日本文化お届け隊の諸君へ

君たちを「日本文化お届け隊」に任命する。ミッションはその名のとおり、日本のことをあまり知らないブルガリアの人たちに日本の文化を知ってもらうことじゃ。何をどうやって紹介するかは、君たちのアイデア次第じゃ。おもしろい企画を期待しておるぞよ!

日本文化大臣より

- 1 日本の文化とは何だと思いますか。
- 2 あなたはその文化についてどのくらい知っていますか。
- 3 ブルガリアの人は日本のことをどう思っていると思いますか。
- 4 次の証言カードはブルガリアの方が日本のことを語ったものです。これを読んでどう思いますか。



おそろいのジャージを着た合気道の生徒たち (ヴァルナ)

古橋 綾

- A** 日本の技術ってすごいよね!日本人がみんな乗ってるっていうTOYOTAの車に乗ることは僕のあこがれなんだ!
- B** 家の近くに道場があるから、空手や合気道が大人気よ。日本人の友達ができたら私も教えてもらいたいわ。
- C** わしが若い頃、黒沢明監督の「将軍」が国営放送でよく流れておったぞ。あの名セリフ、日本人の君なら知っているじゃろ?
- D** 僕はアニメオタクで遊戯王が大好きなんだ。ブルーアイズ・ホワイトドラゴンが強くてカッコいいんだ…。(続く)

- 5 自分の国の文化を伝えるために、大切なことは何でしょう。
- 6 以上のことを踏まえ、あなたは日本の文化の何を、どのように伝えたいですか。



ブルガリアの家には家の中にあるキッチンに加え、バルコニーの一角にオープンや電気コンロなどの調理設備が置かれていることがよくあります。



日本文化発信プログラム

2007年6月に「日本の発信力強化のための5つの提言」が出され、その中で「日本文化ボランティア制度の新設」が提言されました。その背景には、世界的なポップカルチャーの人気の高まりという気運を活かし、日本文化や日本語を相手国市民と同じ目線で広めていくためのボランティアの派遣が有効との認識がありました。

そこで平成20年度から、日本文化発信プログラムという外務省のプログラムでボランティアが派遣されるようになりました。これは通称J-CAT(Japan Culture Advance Team)と呼ばれ、現在東ヨーロッパ4ヶ国(ブルガリア・ハンガリー・ポーランド・ルーマニア)を中心に活動しています。今世界で人気のポップカルチャー、日本人の心である伝統文化、海外での学習者が増え続けている日本語教育...「もっと日本を知りたい」という世界の人たちに“日本の魅力をボランティアとして伝えに行こう!”という事業なのです。

実施団体は(社)青年海外協力会(JOCA)という、青年海外協力隊のOB・OGを中心に組織されている団体で、協力隊で培った精神とその経験を広く活用し、国際交流・国際協力の現場でそのノウハウを発揮しています。近年の経済発展に伴い、ブルガリアへの青年海外協力隊の派遣は終了していましたが、J-CATが再びブルガリアと日本との懸け橋になったのです。

彼らは4ヶ国で2年間日本語の指導と日本文化を発信する活動を行います。特に着任した2009年はブルガリア・ハンガリー・ルーマニアと日本が外交関係を再開して50周年となる「日・ドナウ交流年」であるため、現地では様々な日本紹介イベントが開催されました。

ブルガリアでの具体的な活動内容の一つに夏休みの講習会があります。ブルガリアの学校は6月末から9月半ばまで学年終了後の夏休みに入るため、その夏季休暇中に高校生を対象とした、計8回にわたる日本文化の講習会を開きました。内容は料理や日本の玩具体験、浴衣の着付けなどで、日本に関する興味の幅を広げることを目的として実施されました。

※写真を提供して下さった古橋綾さんが、ブルガリアで企画した「日本の日」イベントの様子です。



浴衣を着た子ども
たちと古橋さん



習字コーナー
名前を漢字で書いてプレゼント



紙相撲



古橋 綾



ハクション！そのときあなたは？

❓ くしゃみは世界各地で不吉なものとして恐れられているため、「くしゃみをしたら呪文を唱える」という風習があります。どんな呪文があるのでしょうか。

くしゃみをする、「誰かがあなたのことを噂している」なんていう言い伝えを聞いたことはありませんか？
実はこれは日本独自の風習であり、一般的に多くの国・民族・文化圏では、くしゃみをする「口から悪いものが入る」または「口から幸せが逃げる」と考えられています。そのためくしゃみをした人に対しては、たとえ知らない人であっても声をかけてあげる習慣があるのです。一体どんな呪文があるのでしょうか。

ここは地球病院の待合室。様々な国の患者さんが通っています。風邪を引いてしまったあなたもその一人。自分の順番が来るまで待っているのですが...なんだか鼻がむずむず...

ハッハッ...ハクションー!!!

周りの人たちは笑いながら、あなたに呪文を唱えてくれました。さて次のように声をかけてくれた人たちはどこの国・民族・文化圏・宗教の人でしょう？ 線をつないでみましょう！

ヒントは()の中の前語です。



ブルガリア



トルコ



スペイン



ドイツ



日本



沖縄



ブラジル



イスラム教徒



フランス



英語圏

A 長寿でありますように
(クサメ)

B あなたの願いが
叶いますように
(A vos souhaits)

C 魔よ、去れ!
(クスクー)

D 神よ、彼を救いたまえ
(アシュタグファイロラジーム)

E 長生きしてください!
(チョク ヤシャ)

F 祝福あれ!
(Bless you)

G 良い健康を!
(Gesundheit)

H 健康と幸福を!
(Наздраве)

I 健康! お金! 愛!
(Salud y dinero y amor)

J あなたに神のご加護が
ありますように!
(Deus te ajude)



A 日本 長寿でありますように (クサメ)

実は日本にも昔、くしゃみの呪文がありました。鎌倉時代には、くしゃみをしたときに「くさめ、くさめ」と呪文を唱えていたことが、鎌倉後期の随筆集である『徒然草』に記されています。子どもがくしゃみをしたら、大人がこの呪文を唱えないと子どもが死んでしまうと信じられていました。

B フランス あなたの願いが叶いますように (A vos souhaits)

フランスではくしゃみをしている間に自分の願いを3回唱えるとそれが叶うと言われています。しかしくしゃみをしている間に願いを唱えることは大変難しいため、代わりに周りの人が「あなたの願いが叶いますように」と唱えてくれるのです。

C 沖縄 魔よ、去れ! (クスクー)

この風習は本土のみならず沖縄にも伝わり、今でも(廃れかかってはいるものの)消えずに残っています。沖縄では訛って「クスクー」または「クシケー」「クスタクケー」などと唱えます。子供がくしゃみをしたら側にいる大人が、大人の場合は本人が唱えるものです。この呪文を唱えずにいると「後世(あの世)の人に連れ去られる」「豚の化け物が竹で鼻をつつく」などと言います。

D イスラム教徒 神よ、彼を救いたまえ (アシュタグフィロラジーム)

返礼として「アラー(イスラム教徒の神様)があなたを導き、あなた方に祝福を下さるように」と答えます。

E トルコ 長生きしてください! (チョク ヤシャ)

返礼として「セン デ ギョル(あなたも長生きしてください)」と答えます。

F 英語圏 祝福あれ! (Bless you)

これは「ゴッド ブレス ユー(あなたに神の加護がありますように)」が略されたものですが、今は「お大事に」くらいの気持ちのようです。くしゃみをした人がキリスト教でない場合もあるので、ゴッドを省略しているという説もあります。ちなみにアイルランドではこの呪文を唱えないと、くしゃみをした人が3回目で妖精に連れて行かれてしまうと言われています。連れて行かれた人の後にはその人の偽者が置かれているそうです。

G ドイツ 良い健康を! (Gesundheit)

英語の直訳で「Good health」という意味で、「お大事に」や「体に気を付けて」というニュアンスがこめられています。この言葉は英語圏やフランス、オランダでもそのまま使われています。

H ブルガリア 健康と幸福を! (Наздраве)

文字で分かってしまったかもしれませんが、これがブルガリアの呪文です。「乾杯!」というときもこの言葉を使います。オランダの「proost」、アルゼンチンの「Salud」、ブラジルの「Saúde」なども同様に「乾杯」の意味を持ち合わせています。

I スペイン 健康! お金! 愛! (Salud dinero amor)

一部の地域ではくしゃみの1回目は「イエス様」、2回目は「マリア様」、そして3回目に「ホセ様」と言います。

J ブラジル あなたに神のご加護がありますように! (Deus te abençoe)

こう言われたら「ありがとう」や「アーメン」と答えるのが一般的です。

このことわざ あのことわざ！？



ことわざは長年受け継がれたそれぞれの国民の知恵ともいえます。ことわざからブルガリアの人々は何を大切にしているのか、日本と共通する心はあるか、探してみましょう。

ここに18種類のことわざカードがあります。意味の似ているブルガリアと日本のことわざをペアにしてみましょう。



1

朝は夜よりも賢い
(Утрото е по-мъдро от вечерта)

2

賢い人は一言だけで
理解する
(Умният от половин дума
разбира)

3

損するときに、何を得るか
分からない
(Когато губиш не знаеш какво
печелиш)

4

水滴一つでダムとなる
(Капка по капка вир става)

5

早起きするものに神様も
手伝ってくれる
(На ставация рано и Бог помага)

6

新しい日、新しい運
(Нов ден, нов късмет)

7

健康が一番大きい宝
(Здраве е най-голямото
богатство)

8

一発の銃弾でウサギ二匹
(С един куршум два заека)

9

おばあさんは多ければ、
子供は貧弱
(Много баби - хилаво дете)

A

早起きは三文の得

B

明日は明日の風が吹く

C

健康は富に優る

D

ちりも積もれば山となる

E

言いたいことは明日言え

F

一石二鳥

G

船頭多くて船山に上る

H

損して得取れ

I

1を聞いて10を知る



- 1 **E** どうしても解けない問題があっても、一休みしてから翌日もう一度挑戦してみると、簡単に解けることがあります。また何かの判断をすぐにしてしまうのではなく、よく考えてから決めることも大切ですね。
- 2 **I** 物事の一部を聞いただけで、その全体を理解できるということです。日本にもブルガリアにも賢い人がいるようです。
- 3 **H** 失敗も貴重な経験の1つです。経験とは私たちにおいての出来事ではなく、その出来事を持って私たちは何をするかであります。
- 4 **D** ダムも山も、わずかな水滴、ちりからはじまるのです。少しずつの努力が重なれば、大きな目標も達成できるという意味ですね。
- 5 **A** 昔の人々は畑で仕事をするため、日が昇らない、暑くならないうちに家を出ていました。遅く出た人は乾燥して固くなった土と戦う事になっていたので、仕事はなかなか進まなかった、つまり神様が味方してくれなかったというわけです。
- 6 **B** 今日はいまいかなかったとしても、明日も運が悪いとは限りません。明日に希望を持ち、前に向かって進みましょう。
- 7 **C** 元気であれば、楽しく遊べるし、ご飯もおいしく食べることができます。しかし病気ではなかなか難しいですね。富は物ではなく、人の気持ちにもっとも関係しているのも、いい気持ちの土台となる健康が一番大きい宝とされているようです。
- 8 **F** 一度の苦勞で2つ以上の利を得る事。日本では鳥ですが、ブルガリアではウサギになるのですね。
- 9 **G** 人がたくさん集まれば、その仕事のやり方において様々な意見がでるのは当然。しかし、皆話し合った上で一つのやり方に統一しないと全体として仕事はあまり進みません。おばあさんたち一人一人子育てのやり方は違うので、結局子供はあまり元気に育たないという例えです。

他にもこんなユニークなことわざ

これは耳にイヤリングになるように！

何かの誤りでひどい事になったとき、二度と同じ間違いを起こさないようにその事情をよく覚えておきたいですね。耳に穴をあければ、それを見るたびに思い出すかも？

舌には骨がないが骨を折る

ちょっとしたうそや悪口、うわさ、いじめなどで相手を大きく傷つけてしまうことがあります。言葉の力を知って相手の気持ちを配慮したいですね。

大きいスプーンが欲しいなら、大きいくわを持ってこい！

たくさん食べたいのなら、たくさん働かなければいけません。まさに「働かざるもの食うべからず」ですね。



ブルガリアで見つけた
どこかヘンテコな看板
(本文とは関係ありません)

古橋 綾



「～フ」というのは「～の子」という意味。ブルガリアでは基本的に先祖から名前をもらい、ファーストネームは祖母の、ファミリーネームは両親の名前に「～フ」をつけたものが一般的。



フォトギャラリー

～ブルガリアの風景～

古橋 綾



市場の様子



田舎街で出会った家畜と散歩中のおじいちゃん(スレバルナ)



イコン(宗教画)



エタルという街の野外民族博物館。
キリム職人の工房。

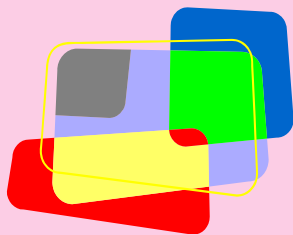


ヴェリコタルノヴォの街並みとヤントラ川



第3章

一緒に考えよう！こんな課題



世界がひとつになるまで…

① 地球全体がひとつになって誰もが平和に暮らせるようになるためには、どうしたらいいでしょう？

ここは20XX年の日本。いま、世界中の子どもたちの代表が集まり、ある会議が行われるところです。
あっもう始まっているみたいですね、早く中に入りましょう！

議長：地球人は長い間、戦争を繰り返してきました。しかし私たちが大人になるときは、みんなが
平和に暮らせる星になっていて欲しいと誰もが願っています。今こそ国境をなくし、あらゆる
国がひとつになるべきだと思いませんか？

全員：賛成！

議長：そこでみなさんのアイデアを聞きたいと思います。あなたならどんな国を作りたいですか？

- ① あなたも会議に参加して、意見を出してみましょう。
- ② 資料「EUとは」(P. 28)を読みましょう。
- ③ 国境のフリーパスや通貨統一によって、どんないいことがあるのか、逆にどんな問題が出てくるのかを考えてみましょう。

良い点	悪い点

- ④ 資料「EUに加盟したブルガリア」(P. 28)を読みましょう。
- ⑤ 経済格差をなくすためにはどうしたらいいでしょう。
- ⑥ ブルガリアのような課題や、③であなたが考えた問題点を解決しながら、理想の国を考えて絵や文章にまとめてみましょう。
- ⑦ 発表会をしましょう。



ブルガリアでは、亡くなった人が生前によく行っていた場所に、亡くなった人の写真を貼ります。



EU(ヨーロッパ連合)とは

19世紀以降、ヨーロッパではほぼ言語ごとにまとまった国が領土などをめぐって対立し、しばしば大きな紛争に発展しました。20世紀半ばの第二次世界大戦では、ヨーロッパのほぼ全土が戦場になり、多くの犠牲者が出ました。その反省から戦後、国家を超えた連合を作ろうという動きが生まれ、作られたのがEU(ヨーロッパ連合)です。現在27か国が加盟しているEUは、人・物・資本・情報が国境を超えて自由に行き交う、政治・経済両面での統合を目指しています。

EUの大きな目標の一つは「統一市場の実現」、つまりEU全体を経済的に一つの国のようにすることです。そのためには、次の2点が重要です。1つ目は人と物の自由な移動(国境のフリーパス)、そして2つ目は通貨統合です。中東欧の国民の多くがEU加盟を支持したのも、旅行や就業の選択の幅が広がり、産業が盛んになることで、西欧並みの豊かな生活を手に入れるチャンスだと考えたからです。



EU旗と加盟国

EUに加盟したブルガリア

2007年1月1日に、ブルガリアがルーマニアと共に新たにEUに加わりました。それから数年の間にブルガリアは劇的に変化しました。西欧などからの投資が増え、黒海沿岸や高原リゾートは英資本のホテルやアパートの建設ラッシュに沸きました。街中には数々のショッピングモールが建設され、人々はおしゃれな流行のファッションを好むようになり、ポルシェやBMWなどのスポーツカーの姿が見られるなど、EU諸国から輸入された物で溢れかえっています。

しかし加盟後、新たな問題も生まれました。それがEU域内での労働力の移動の問題です。ブルガリアからヨーロッパ各国へ労働ビザなしで働きに出ることができるようになったため、特に若者の出稼ぎ労働者が増えました。このことは西欧の経済発展に大きく貢献することになりましたが、同時に自国の労働力不足を招くこととなりました。労働力移動の背景には、経済格差という問題があります。2006年の一人あたりの国民総所得を国別に比較すると、トップのルクセンブルクが約7万1千ドル、最も少ないブルガリアは4000ドル弱と、その差は17倍以上です。このように、EU加盟国の間には歴然とした経済の格差があるのです。そのため所得の少ない新加盟国の東欧の国から、所得の多い西欧の国へと、働きに行く人が増えているのです。

経済格差への対策法

加盟国内の格差を縮めるために、EUは多額の補助金を用意しています。農業大国のブルガリアに対しては、次のような補助金制度があります。

- 農産物の価格調整…農家が価格の変動に左右されず安心して生産ができるようにするための補助金
- 農家経営や設備投資への補助…農業生産意欲の高い農家が農業機械を買ったり、施設を整えたりするための補助金
- 農村の基盤設備や環境整備…農道や畑の整備、植林など農村の環境整備のための補助金





ちょっとブレイク



ブルガリア料理レシピ

ヨーグルトの国ブルガリアには、ヘルシーでコクのあるヨーグルト料理がいっぱい。

お肉や野菜とも相性抜群のヨーグルトを使ったレシピを2つ紹介します。

 古橋 綾

スネジャンカ

白雪姫という意味の白いサラダ。
一晩水切りしたヨーグルトは、クリームチーズのようにクリーミー！

■材料(4人分)

プレーンヨーグルト…1000g
刻んだクルミ…100g
きゅうり(みじん切り)…2本
すりおろしたニンニク…1～2かけ分
ディルのみじん切り…少々

*ディルはハーブの一種。魚料理によく合います。

■作り方

- ① 事前にペーパータオルを敷いたざるにヨーグルトを入れ、6～7時間冷蔵庫で水切りをする。
- ② すべての材料をよく混ぜ合わせる。
- ③ アイスクリームのように半円型にくりぬき、お皿に盛り付けるのがブルガリア流。



お隣のギリシャやトルコの料理としても知られるムサカ。

ヨーグルトを使うのが、ブルガリアの特徴。

ひき肉とからまってさっぱりとした味わいに！

ムサカ

■材料(4人分)

たまねぎ(みじん切り)…1/2個
合挽き肉…500g
じゃがいも(さいの目に切る)…4個
トマト(乱切り)…中3個
ピーマン
にんじん
卵…1個
プレーンヨーグルト…1/2カップ
小麦粉…1/2カップ
タイム(チューブリッツァ)、パプリカ粉(チェルベンペペル)
塩、コショウ、サラダ油、パセリ…各適量

■作り方

- ① みじん切りしたたまねぎ、ピーマン、にんじんを、油でしんなりするまで炒める。
- ② 合挽き肉にトマト、塩、タイム、パプリカ粉をよく混ぜ、①を加えて炒める。
- ③ 薄く油を塗った耐熱皿にじゃがいもと②を交互に重ね、コショウをふる。
天板に水をはり、220℃のオーブンで30～40分蒸し焼きにする。
- ④ 卵、ヨーグルト、小麦粉に塩適量を加え、混ぜ合わせる。
- ⑤ オーブンの天板の水を捨て、③に④をかけて、さらに15分焼き色がつくまで焼き上げる。
- ⑥ 切り分けてパセリなどで飾り付ける。
できあがったムサカにさらにヨーグルトをかけていただくのがブルガリア流です！





～ブルガリアの風景2～

古橋 綾



ヨーグルトスープ (タラートル 左) と
フライドポテト (パルジェニカルトフィ)



ズッキーニのヨーグルトソースかけ (パचेニ ティクピチュキ)



大雪にみまわれた街 (ヴァルナ)



路面電車の中 (ソフィア)



民族舞踊用の靴職人の工房 (トリャブナ)



巻きずし&ちらしずしパーティ



田舎の
おばあちゃんたち



昔の人たちはカメラ目線をぜったいしない!! カメラを見て写真を撮ると魂が抜き取られるという迷信を信じているのです。右下の写真、両端2人のおばあちゃん、カメラを見ていません!!

「ブルガリアってこんな国」ふりかえりシート

位置は？地形は？気候は？



こんな所がある



人々はこんな生活してる



ブルガリアってこんな国



ブルガリアの素敵なところ



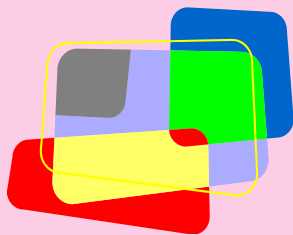
ブルガリアから学んだこと





第4章

そして未来へ



世界を変えるスピーチ



地球は今、様々な課題を抱えています。
あなたが今、一番気になる課題は何ですか？

- ① みなさんは、「グローバルイシュー (地球的課題)」ということばを聞いたことがありますか？
原因が特定の地域だけでなく地球全体に関係している、深刻化すれば地球全体に影響がある、解決には地球全体の長期的な協力が必要である…そんな課題を「グローバルイシュー」と呼びます。
具体的にどんな課題があると思いますか？ グループでできるだけたくさん模造紙に書き出してみましょう。

- ② それぞれのグループが書き出した課題を発表し、みんなで共有しましょう。

- ③ 今みんなで出し合った課題の中で、あなたが一番気になる課題は何ですか？
グループで話し合って、1つ選んでみましょう。
また、その課題について世界はどういう状況なのか、日本はどういう状況なのか、調べてみましょう。

- ④ さて、グループで選んだ課題を解決するための会議が開催されることになり、5分間のスピーチをすることになりました。なぜその課題に関心があるのか、その課題についてどんなことを思っているのか、その課題を解決するためにどうすればいいと思うか…などを盛り込んで、スピーチの原稿をグループのみんなで作ってきましょう。

- ⑤ では、会議の会場を想定して、実際にスピーチをしてみましょう。

- ⑥ ここに、「伝説のスピーチ」と言われている12歳の少女のスピーチがあります。この少女は、カナダに住む日系4世のセヴァン・カリス＝スズキ。遊ぶことが大好きなふつうの女の子です。そのふつうの女の子が、世界中のおとなたちを感動させたスピーチです。聞いてみてください。(P.35～37)

- ⑦ スピーチをしてみてどうでしたか？
他のグループのスピーチや「伝説のスピーチ」を聞いてどんなことを感じましたか？
感想を話し合ってみましょう。



グローバルイシュー（地球的課題）と持続可能な社会

「グローバルイシュー」には様々な課題が含まれますが、大きく「人権」と「環境」の2つに分けられます。例えば、1992年ブラジルのリオ・デ・ジャネイロで開催された地球サミットで採択された、21世紀に向けた持続可能な開発を実現するための行動計画『アジェンダ21』では、貧困、人口問題、健康と環境、人間居住、大気保全、森林減少、砂漠と干ばつ、生物多様性の保全などの課題をとりあげています。また、2000年の国連ミレニアム・サミットで採択されたミレニアム開発目標では、2015年までに達成すべき目標として下記の8つの項目を掲げ、189の加盟国が公約しました。

それらに掲げられているそれぞれの課題は、「貧困の問題が紛争につながる」「紛争がさらなる貧困を生みだす」「紛争は最大の環境破壊である」「環境が破壊されれば、ますます貧困になる」といったようにつながっており、原因にも結果にもなり得る悪循環をつくりだしています。さらに、地域における課題、たとえば「多文化共生」などの課題も地球の課題と共通する部分が多く、つきつめれば同じ原因で問題が起こっていたりします。

「持続可能な社会」とは、「持続可能な開発」、つまり、次世代のニーズを満たす可能性を損なわないで環境を利用し、現在の世代のニーズを満たす開発が行われる社会のことを言います。グローバルイシューを解決しない社会は、持続「不可能」な社会なのです。

ミレニアム開発目標（MDGs）

「今日われわれが直面する主たる課題は、グローバル化が世界のすべての人々にとって前向きの力となることを確保することである」とする国連ミレニアム宣言では、国際社会の支援を必要とする喫緊の課題に対する具体的数値目標として、8の目標、21のターゲット、59の指標を掲げています。

● 貧困と飢餓をなくそう！（極度の貧困と飢餓の撲滅）

地球上では、5人に1人が1日1ドル未満の所得で生活をし、7人に1人が慢性的な飢えに苦しんでいます。また、もっとも裕福な1%の人々が、もっとも貧しい57%の人々と同だけの所得を得ています。所得貧困により、十分な栄養を得られない、適切な教育や保健医療を受けられない、安定した職を得られないという困難に多くの人々が苦しんでいるのです。

● 小学校に通えるようにしよう！（普遍的初等教育の達成）

1億1,500万人の子どもが学校に通っておらず、多くは南アジアとサハラ以南アフリカに住んでいます。途上国では5人に1人が学校に通っていないことになり、その5分の3は女の子です。また、世界中の成人のうち6人に1人が読み書きできません。その数は、8億7,600万人で、その3分の2は女性です。

● 男女の差をなくそう！（ジェンダーの平等の推進と女性の地位向上）

教育を受けていない母親から生まれた子どもは、教育を受けている母親から生まれた子どもに比べ、栄養不良や5歳未満で死亡する割合が2倍になるというデータがあります。また、教育を受けた母親の子どもの就学率も高くなっています。

● 赤ちゃんを守ろう！（乳幼児死亡率の削減）

2002年、1,000人の子どものうち5歳未満で亡くなった子どもの数は、先進国では7人、南アジアでは97人、サハラ以南のアフリカでは174人に上ります。その背景には、貧困による不十分な食糧、不衛生な水、不公平な医療サービスが挙げられるほか、紛争や災害などで抵抗力の弱い子どもたちが犠牲となっているのです。

● お母さんを守ろう！（妊産婦の健康の改善）

51万5,000件に上る妊産婦の死亡の99%は途上国で起こっています。先進国では、2,900人に1人の妊産婦死亡率がサハラ以南アフリカでは13人に1人です。

● 病気をふせごう！（HIV／エイズ、マラリア、その他の疾病の蔓延防止）

HIV感染者の90%以上が途上国の人で、サハラ以南アフリカは感染者全体の70%を占めています。毎年5億人がマラリアに感染し、100万人以上が死亡しています。このうち90%はサハラ以南アフリカに住んでいます。

● 暮らしを良くしよう！（環境の持続可能性の確保）

世界の森林は、2000年までの10年間で日本の国土面積の2.5倍にあたる約9,400万ヘクタールが減少しました。そのうちの96%がアフリカと南米の熱帯林です。エネルギーの消費量は、世界の上位10カ国が全体の65%を占めており、そのほとんどが先進国です。世界の10億人以上が安全な水を利用できずにいます。下水道などの基本的な衛生施設を利用できない人は26億人にのぼります。

● 世界の人々で助け合おう！（開発のためのグローバル・パートナーシップの推進）

ミレニアム開発目標の達成には世界的な協力体制の下での取り組みが必要です。もはや開発は、国連や政府やNGOだけが取り組むものではありません。世界中の人々が協力しなければいけないのです。



この星をこれ以上こわし続けないで

～12歳の少女が地球サミットで語った伝説のスピーチ～

こんにちは、セヴァン・スズキです。エコを代表してお話します。

エコというのは、子ども環境運動（エンヴァイロンメンタル・チルドレンズ・オーガニゼーション）の略です。

カナダの12歳から13歳の子どもたちの集まりで、今の世界を変えるためにがんばっています。

あなたたち大人のみなさんにも、ぜひ生き方を変えていただくようお願いするために、

自分たちで費用をためて、カナダからブラジルまで1万キロの旅をしてきました。

今日の私の話には、ウラもオモテありません。

なぜって、私が環境運動をしているのは、私自身の未来のため。

自分の未来を失うことは、選挙で負けたり、株で損したりするのとはわけが違いますから。

私がここに立って話をしているのは、未来に生きる子どもたちのためです。

世界中の飢えに苦しむ子どもたちのためです。

そして、もう行くところもなく、死に絶えようとしている無数の動物たちのためです。

太陽のもとにでるのが、私はこわい。オゾン層に穴があいたから。

呼吸をすることさえこわい。空気にどんな毒が入っているかもしれないから。

父とよくバンクーバーで釣りをしたものです。数年前に、体中がんでおかされた魚に出会うまで。

そして今、動物や植物たちが毎日のように絶滅していくのを、私たちは耳にします。

それらは、もう永遠にもどってはこないです。

私の世代には、夢があります。

いつか野生の動物たちの群れや、たくさんの鳥や蝶が舞うジャングルを見ることです。

でも、私の子どもたちの世代は、もうそんな夢をもつこともできなくなるのではないかな？

あなたたちは、私ぐらいの歳のときに、そんなことを心配したことがありますか。

こんな大変なことが、ものすごいいきおいで起こっているのに、私たち人間ときたら、

まるでまだまだ余裕があるようなのきな顔をしています。

まだ子どもの私には、この危機を救うのに、何をしたらいいのかははっきりわかりません。

でも、あなたたち大人にも知ってほしいんです。あなたたちもよい解決法なんて、もっていないっていうことを。

オゾン層にあいた穴をどうやってふさぐのか、あなたは知らないでしょう。

死んだ川にどうやってサケを呼びもどすのか、あなたは知らないでしょう。

絶滅した動物をどうやって生きかえらせるのか、あなたは知らないでしょう。

そして、今や砂漠となってしまった場所にどうやって森をよみがえらせるのか、あなたは知らないでしょう。

どうやって直すのかわからないものをこわしつづけるのは、もうやめてください。

ここでは、あなたたちは政府とか企業とか団体とかの代表でしょう。

あるいは、報道関係者か政治家かもしれない。

でもほんとうは、あなたたちも、だれかの母親であり、父親であり、姉妹であり、兄弟であり、おばであり、

おじなんです。そして、あなたたちのだれもが、だれかの子どもなんです。

私はまだ子どもですが、ここにいる私たちみんなが同じ大きな家族の一員であることを知っています。
そうです。50億人以上の人間からなる大家族。
いいえ、じつは3千万種類の生物からなる大家族です。
国境や各国の政府がどんなに私たちを分けへだてようとしても、このことは変えようがありません。
私は子どもですが、みんながこの大家族の一員であり、ひとつの目標に向けて心をひとつにして
行動しなければならないことを知っています。

私は怒っています。
でも、自分を見失ってはいません。
私はこわい。
でも、自分の気持ちを世界中に伝えることを、私はおそれません。

私の国でのむだづかいはたいへんなものです。
買っては捨て、また買っては捨てています。
それでも物を浪費しつづける北の国々は、南の国々と富をわかちあおうとはしません。
物がありあまっているのに、私たちは自分の富を、そのほんの少しでも手ばなすのがこわいんです。
カナダの私たちは、十分な食べものと水と住まいを持つめぐまれた生活をしています。
時計、自転車、コンピュータ、テレビ、私たちの持っているものを数えあげたら何日もかかることでしょう。

2日前ここブラジルで、家のないストリートチルドレンと出会い、私たちはショックを受けました。
ひとりの子どもが私たちにこう言いました。
「ぼくが金持ちだったらなあ。もしそうなら、家のない子すべてに、食べものと、着るものと、薬と、住む場所と、
やさしさと愛情をあげるのに。」
家もなにもないひとりの子どもが、わかちあうことを考えているというのに、
すべてを持っている私たちがこんなに欲が深いのは、いったいどうしてなのでしょう。
これらのめぐまれな子どもたちが、私と同じぐらいの歳だということが、私の頭をはなれません。
どこに生れついたかによって、こんなにも人生がちがってしまう。
私がリオの貧民街に住む子どものひとりだったかもしれないんです。
ソマリアの飢えた子どもだったかも、中東の戦争で犠牲になるか、
インドで物乞いしていたかもしれないんです。

もし、戦争のために使われているお金をぜんぶ、貧しさと環境問題を解決するために使えば、
この地球はすばらしい星になるでしょう。
私はまだ子どもだけど、そのことを知っています。
学校で、いや、幼稚園でさえ、あなたたち大人は私たち子どもに、世の中でどうふるまうかを教えてくれます。
たとえば、
争いをしないこと
話し合いで解決すること
他人を尊重すること
ちらかしたら自分でかたづけること
ほかの生き物をむやみに傷つけないこと
わかちあうこと
そして欲ばらないこと

ならばなぜ、あなたたちは、私たちにするなということをしているんですか。

なぜあなたたちが今、こうした会議に出席しているのか、どうか忘れないでください。
そしていったいだれのためにやっているのか。
それはあなたたちの子ども、つまり私たちのためです。
みなさんはこうした会議で、私たちがどんな世界に育ち、生きていくのかを決めているんです。

親たちはよく「だいじょうぶ。すべてうまくいくよ」とって子どもたちをなぐさめるものです。
あるいは、「できるだけことはしてるから」とか、「この世の終わりじゃあるまいし」とか。
しかし大人たちは、もうこんななぐさめの言葉さえつかうことができなくなっているようです。

おききしますが、
私たち子どもの未来を真剣に考えたことがありますか。
父はいつも私に不言実行、つまり、
なにを言うかではなく、なにをするかでその人の値打ちが決まる、といいます。
しかし、あなたたち大人がやっていることのせいで、私たちは泣いています。
あなたたちはいつも私たちを愛しているといいます。
しかし、いわせてください。

もしそのことばがほんとうなら、どうか、ほんとうだということを行動でしめしてください。

最後まで私の話をきいてくださってありがとうございました。

 『あなたが世界を変える日～12歳の少女が環境サミットで語った伝説のスピーチ』
セヴァン・カリス＝スズキ／著 ナマケモノ倶楽部／編・訳 学陽書房発行



地球サミット

この伝説のスピーチは、1992年6月11日、ブラジルのリオ・デ・ジャネイロで開催された国連の地球サミット（環境と開発に関する国際連合会議）の会場で、世界の指導者たちを前に行われました。

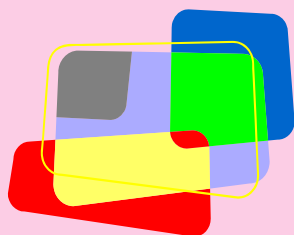
リオの地球サミットは、1992年6月3日～14日開催され、約180の国と地域の代表、国連機関、約8,000のNGO（非政府組織）が参加、延べ4万人を超える人々が集まった史上最大規模で、その後の様々な活動に大きな影響を与える会議となりました。

この会議では、持続可能な開発に向けた地球規模の新たなパートナーシップを構築するための「環境と開発に関するリオデジャネイロ宣言（リオ宣言）」とその行動計画「アジェンダ21」が合意されました。また、「気候変動枠組条約」と「生物多様性条約」が提起されました。会議開催後、「生物多様性」といった用語が一般にも知られるようになり、さまざまな地球環境問題や生態系、絶滅危惧種等に対する一般の関心が高まるきっかけになりました。

国際連合による環境や開発を議題とする会議は約10年ごとに開催されており、2002年に南アフリカ共和国のヨハネスブルグで開催された「持続可能な開発に関する世界首脳会議（環境開発サミット）」は第2回地球サミットとも呼ばれています。

なお、この第2回地球サミットをきっかけに日本の提案により、2005年からの10年間を「持続可能な開発のための教育の10年」とすることが決定されました。これは、「環境教育」「開発教育」「人権・平和教育」を3つの柱とし、「共生と公正を基本とした循環型の社会づくり」を目的としています。

参 考 資 料



目で見るブルガリア



露土(ロシア・トルコ)戦争の講和会議である1878年のベルリン会議で自治権が認められ、この旗が制定されました。白、青、赤3色のロシア国旗と似ていることから、民族はスラブ系であることがわかります。青を緑に変えており、フランスとイタリアの国旗の関係に似ています。白は純潔と諸国間の平和と諸国民の親善を、緑は農業と豊かさを、赤は愛国心を表しています。

●人口●

 7.58百万人 (2008年 IMF)



 128.2百万人



●面積●

 110,900km²
(日本の約3分の1)

 377,887km²



●言語●

ブルガリア語

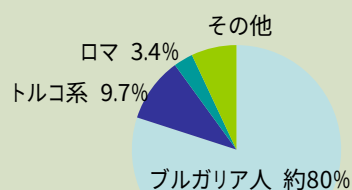


●宗教●

大多数がブルガリア正教
他に回教徒、少数のカトリック教徒、新教等



●民族●



●気候帯●



南部: 地中海性気候

●通貨●

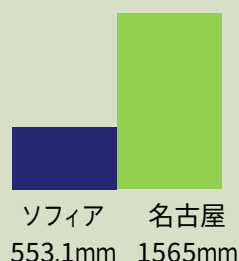


レフ (複数形レヴァ)
1ユーロ=1.95583レヴァ
(固定相場制)

●平均気温●



●年間降水量●



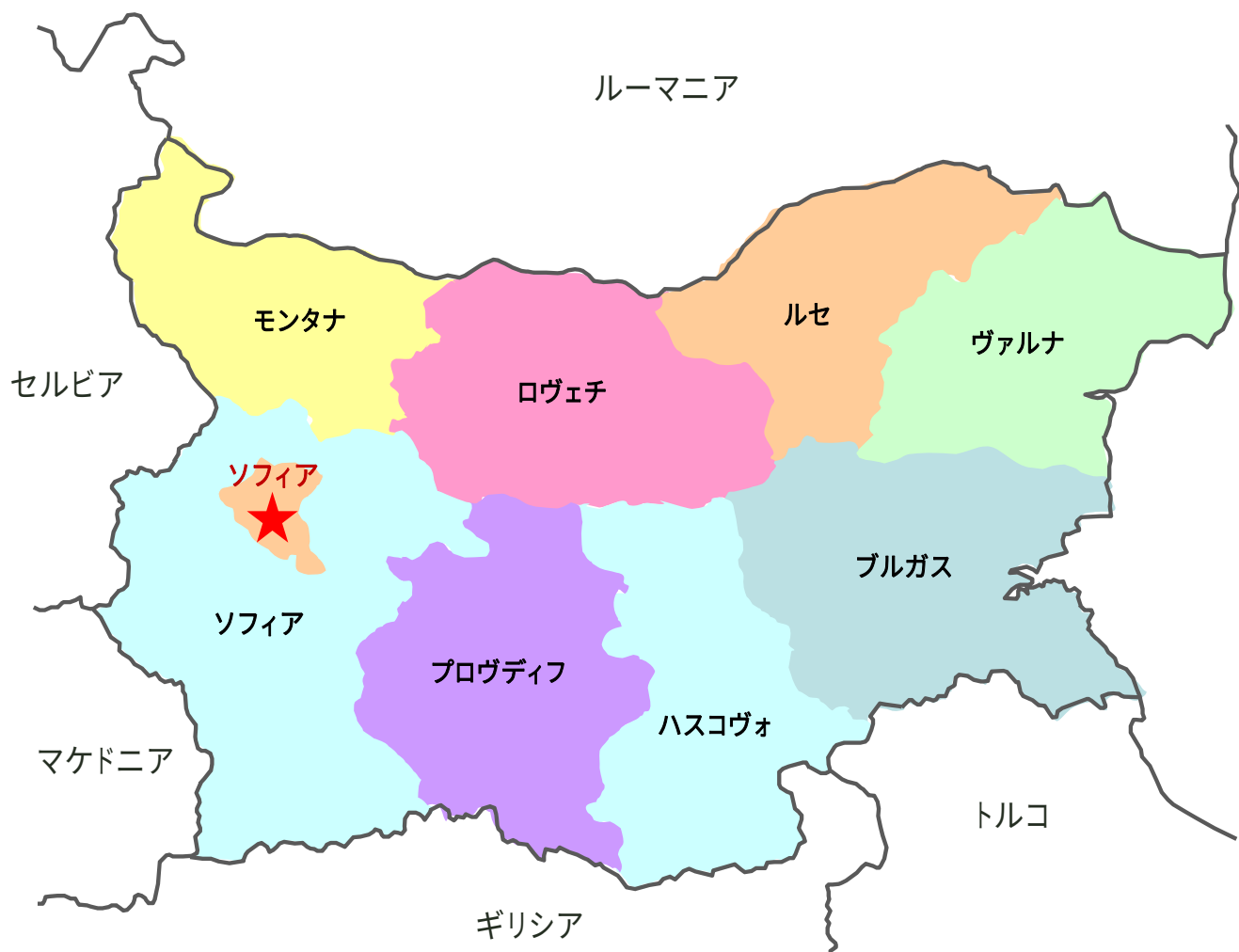
●日本との時差●

-7時間



◆国旗:『世界の国旗』吹浦忠正監修 (Gakken) ◆人口・面積・首都・民族・通貨: 外務省ウェブサイト「各国・地域情勢」◆日本の人口: 世界子供白書2009 (ユニセフ) ◆日本の面積: 総務省統計局「日本の統計」◆気候帯: 外務省ウェブサイト「探検しよう! みんなの地球」◆名古屋の平均気温・年間降水量: 気象庁観測部観測課観測統計室「日本気候表」(S46~H12年の平均) ◆言語◆日本との時差: 地球の歩き方 (ダイヤモンドビッグ社)

ブルガリア地図



ヨーロッパ





ヨーロッパ





参考文献・データ等の出典

- 外務省「各国地域情勢」
<http://www.mofa.go.jp/mofaj/>
- 外務省「探検しよう! みんなの地球」
<http://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sanka/kyouiku/kaihatsu/chikyu/index.html>
- 総務省統計局「日本の統計」
<http://www.stat.go.jp/data/nihon/index.htm>
- 財団法人日本ユニセフ協会「世界子供白書2009」
<http://www.unicef.or.jp/library/index.html>
- 『ブルガリアブック バラの国のすてきに出会う旅』
すげさわ かよ著 ダイヤモンド社／ダイヤモンド・ビック社発行
- 『ブルガリア バルカンの原風景』 文・写真: 外山純子 旅名人編集室編 日経BP企画発行

ご協力いただいた方たち 【敬称略】

- 橋本花織
- 古橋 綾 (JICA青年海外協力隊OG)

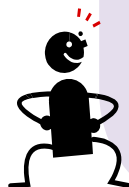


2009年度教材作成チーム

安城市 長久手町
東海市 甚目寺町
東海市国際交流協会 東郷町
みよし市

特定非営利活動法人 NIED・国際理解教育センター
財団法人 愛知県国際交流協会





世界の国を知る  世界の国から学ぶ

わたしたちの地球と未来

 ブルガリア共和国 

2010年3月

**発行
編集**

財団法人 愛知県国際交流協会

〒460-0001

名古屋市中区三の丸二丁目6番1号

あいち国際プラザ

TEL: 052-961-8746 FAX: 052-961-8045

E-mail: koryu@aia.pref.aichi.jp

URL: <http://www2.aia.pref.aichi.jp>

印刷

トッパン・フォームズ株式会社

