ウズベキスタン　ヤンギリキラル（ニュース）　No.2

青年海外協力隊協力隊　体育隊員　間崎　千夏

【生活編】

（ナウルーズ祭り）

ウズベキスタンでは3月21日はペルシャ歴の新年にあたり、ナウルーズというお祭りがあります。各家庭や学校、お店などで小麦の芽を材料にしたスマラクという食べ物を用意します。（スマラクづくり 24時間に密着！）

小麦の芽から
スマラクを
作ります。

朝早く集合し、
水で浸した小麦の芽を
絞ります。

大きな鍋に小麦の芽の絞り汁
と小麦粉、願いを込めて石や
クルミを入れます。

かき混ぜながら
煮込み続けると
段々茶色くなってきます。

かき混ぜるのは
体力勝負。
みんなで順番に
かき混ぜます。

踊りや食事を
楽しみながら、
夜遅くまで
かき混ぜ続けます。

蓋をして一晩に込み、
翌朝完成です。
パンなどにつけて
食べるとおいしいです。

活動先でスマラクづくりをしました。スマラクづくりは24時間かかる大掛かりな料理です。作っている時間を楽しむこともお祭りの醍醐味です。ナウルーズの時期は、市場などでも買うことができます♪

【活動編】

女性カレッジ（職業訓練高等学校）で体育の授業などを担当しています。

学校のイベントで生徒たちが体操を披露する機会があり、授業や空き時間を使って練習しました。各クラスそれぞれの個性に合わせて、曲や振り付けなどを指導しました。生徒の積極性や吸収力に、指導も熱くなりますね。初めて見たものでも、躊躇なく挑戦してくれます。

ウズベク人は挨拶するときに素敵な笑顔を見せてくれます。授業の始まりや終わりの挨拶では、生徒の笑顔で気持ちがほんわかします。わたしはウズベク人のそういうところが好きです♡