

2026年5月10日

タジキスタンレポート

第1号

JOCV 2025-2
青少年活動 タジキスタン派遣
上坂瑞

Салом! (タジク語でこんにちは!)

2026年1月15日から青少年活動隊員として、
中央アジアのタジキスタンに派遣されている
上坂瑞です。

タジキスタンって
どんなところ??



タジキスタンの主食はノンと言うパンです。大きくて丸い形をしており、町のいたるところにノン屋さんがあります。出来立て熱々のノンはとってもおいしいです。家庭の食卓にも、レストランで食事をする時にも、ノンは必ずと言っていいほど表れます。こちらでオシュと呼ばれるプロフを食べる時にもノンは欠かせません。油たっぷりのオシュとノン。初めは炭水化物+炭水化物に驚いていましたが、今では現地の人のようにノンにオシュをはさんで食べている同期隊員もいます。



女性はほとんどクルタと言う伝統的な服を着ます。バザール（市場）などで生地を買い、仕立ててもらいます。小さい女の子も大人もみんなそれぞれに、柄や色も様々な素敵なクルタを着ています。私もバザールでお気に入りの柄を見つけて何着か仕立ててもらいました。

タジキスタンではお客さんがすごく大事にされます。お家においでと声をかけられることはよくあり、お邪魔すると、たくさんごちそうを出してくれます。そして、おなか一杯になるまで食べさせられます。手をとめようものならすかさず「Хӯр!Хӯр! (食べて食べて)」と言われます。

