2022年12月

民際協力ニュース

パルシック ニュース VOL.41

パルシック PARC Inter-peoples' Cooperation

コロナ禍を経て　私たちが大切にしたいこと

コミュニティカフェ「みんかふぇ」は、2018年6月に東京都葛飾区にオープンしました。孤立する子どもや、ほっとする場のない母親にしわ寄せされる日本の貧困。でもパルシックの活動地の一つ東ティモールでは、親戚の子どもはみんな自分の子。困っていれば隣人が助けるのも当たり前です。それと同じでなくとも、支えあう関係や居場所を再生させる一助になればと、東京都葛飾区の街の中にカフェと子ども食堂を開きました。

2年後からは新型コロナウイルスの感染拡大とともに営業を休止し、緊急措置として生活にお困りの方にフードパントリー（食材配付）を行ってきました。その活動の中で、単に食のニーズを補うだけでなく、ご寄付いただいた米や野菜などを通じて利用者さんとの会話が生まれ、みんかふぇが様々な悩みが吐露される「場」になっていること、それこそが大切だと自覚しました。

毎週行っていたフードパントリーは月1回に。毎回ボランティアの皆さんに支えられ活動を続けています

コロナ禍で私たちの生活は大きく変わりました。距離を気にせずオンラインで各地と気軽に繋がれる一方、人と人が空間を共にすることから生まれるはずの信頼関係を築きにくくなっています。2年ぶりに営業を再開したみんかふぇは、感染防止に細心の注意を払いつつ、活動のあちらこちらに生まれていく小さな「つながりの空間」を大切にし、育てていきたいと思います。

コロナ禍で見えてきた新しいコミュニティの形

今年6月からカフェ営業を再開したみんかふぇは、常連さんやボランティアさんたちに日々支えられています。夏休み中は中高生のボランティアとベテランのボランティアが談笑する姿も多くみられ、まさにみんかふぇが目指す交流だとうれしくなりました。7月には地域のネパール料理店主をゲストにネパール料理の会を開催。住民が一緒にネパールのビリヤニを食べることで、参加者の距離がグッと近くなったようです。

居場所づくりの再開に伴い、フードパントリーを終了する予定でしたが「毎週顔を合わせてきたから家族みたいなんだよな」というボランティアさんの声にハッとし、可能な限り続けることにしました。コロナ禍で失われ、でもコロナ禍でこそ生まれた繋がりを見つめ直し、これからも子ども、高齢者や海外ルーツの市民を含む地域の方々と共に、居場所づくりを模索していきます。

（吉浦諒子）

（この事業は、ニッセイ財団、草の根育成助成、赤い羽根共同募金の助成金と、皆さまからのご寄付で実施しています。）

ネパール料理を楽しむイベント。見慣れないスパイスに参加者も興味津々

目次

みんかふぇ　コロナ禍を経て　私たちが大切にしたいこと…… 1
東ティモール　地域主体のコーヒー畑改善へ／**ミャンマー**　少数民族地域での支援活動を開始…… 2
レバノン　苦境に負けず、学び続ける子どもたち／**シリア**　養鶏による食糧生産…… 3
ガザ　空爆で被災した農家への復興支援／**西岸地区**　生ゴミ堆肥がオリーブの豊かな実りに…… 4
スリランカ　経済危機下のスリランカ　緊急食料配布／**マレーシア**　フィールドワークでの新たな挑戦…… 5
フェアトレード　スリランカ　パーラ・スパイスシリーズの第2弾開発中！／ちょっと寄り道♪フェアトレードな人びと…… 6
東ティモール　今年のコーヒーと来年に向けたコーヒーの花／冬のコーヒー motaで寒い日のコーヒータイムを／東ティモール産生豆5種セット　フライパン焙煎に挑戦…… 7
パルシックからのお知らせ　クラウドファンディングのご報告／ YouTube ParcicChannel…… 8

東ティモール　地域主体のコーヒー畑改善へ

2019年11月からアイナロ県マウベシ郡のコーヒー生産者協同組合コカマウと共に取り組んできたコーヒー畑の改善事業は、この11月で4年目に入りました。31世帯の農家と始めたこの事業も、3年目には参加農家が合計237世帯にまで増え、組合全体の畑改善への意識の高まりを感じます。以前はそれぞれの農家を訪問して指導を行っていましたが、現在は各グループ内で作業の責任者が中心となって、自立的に活動を進める仕組み作りも進めています。また、新規参加農家の研修の一環として1年目から積極的に事業に参加していたモデル農家の畑の見学を行っています。コーヒー農家にとって他集落の手入れのされた畑を見学する機会は少ないため、お互いのモチベーションの向上につながっています。

コーヒーの木は植えてから収穫を始められるまでに少なくとも3年はかかるため、事業1年目に種から育て始めた木が今年ようやく実をつけます。収穫量が増えてくるのはまだ少し先ですが、文字通りこれまで行ってきた活動がひとつ実を結ぶ年になります。良い結果を得られることで参加農家の活動に弾みがつくよう、引き続き彼らに寄り添いながら事業を進めていきます。

（工藤竜彦）

（この事業は、JICA草の根技術協力事業の業務委託を受けて実施しています。）

新規参加農家に経験をシェアするモデル農家のアルビーノさん

人びとの声

クロログループ代表のビセンティさん

パルシックの技術的サポートを通して新たな知見を得ることができ、2020年に苗床を作って育て始めた苗は、畑に植え替えた後も順調に育っています。私たちにとってコーヒーは子どもたちの未来のための貴重な収入源であり、次世代に引き継いでいく必要のあるものです。他の作物を育てながらコーヒー畑の手入れをすることは簡単ではないですが、ここで得た技術や知識を活かし、よりよい未来のためにこれからもコーヒー畑を守っていきます。

コーヒーを飲みながら笑顔で話してくれたビセンティさん

ミャンマー　少数民族地域での支援活動を開始

ミャンマーの少数民族地域は、山岳地帯という地理的特徴もあり、開発が遅れ、貧困率の高い地域が少なくありません。もともと人口の半数以上が貧困状態にあったようなこれらの地域の人びとは、終わらない戦闘により、さらに深刻な人道危機に直面しています。そこでパルシックは、2022年8月より、食糧・物資の配付と教育支援を開始しました。

（この事業は、ジャパン・プラットフォームの助成で実施しています。）

文房具を受け取った子どもたち

人びとの声

現地スタッフ　エベン・シアン

「ローマは一日にして成らず」。確かにその通りですが「ローマは一夜にして崩壊しうる」ともいえるでしょう。2021年2月1日の軍事クーデターは、ミャンマーに生きる人びとの夢、希望、そして生活すべてを破壊しました。たった一夜で、何もかもが一瞬のうちにひっくり返りました。そして、何十年にもわたって、時には犠牲を払って築き上げてきた社会制度が崩壊しました。このクーデターは、最も脆弱な人びとの生活に大きな打撃を与えています。私たちが支援をしている少数民族地域は、ミャンマーで特に貧困率が高い地域です。そのため、パルシックの物資支援は非常に効果的です。

現実的にいえば、ミャンマーという国を平和で豊かな国に再建・刷新するためには、何十年もの年月と何千億円もの投資が必要でしょう。しかし、国内避難民キャンプの子どもたち、女性、そして高齢者は今まさに、差し迫った状況に置かれ、この人災を生き延びるために、世界からの支援を必要としているのです。だからこそ、私たちは最も脆弱な人のところへ行き、彼らが何とか生きて、困難に立ち向かえるよう、全力を尽くしています。本当に、どんな小さなことでも助けになります。たとえ100円の寄付でも、私たちにとっては価値があるのです。

村のコミュニティスクールの校長

クーデター後、村の状況はどんどん悪化していきました。幹線道路は使えなくなり、私たちの村に入るには森の中を歩かなければなりません。物資も人も移動が極端に制限される中、特に教育に関しては、今まで支援をほとんど受けられませんでした。パルシックのおかげで、文房具を持っていなかった子どもたちも楽しく学校に通えるようになり、厳しい状況下をなんとか生き延びています。

レバノン　苦境に負けず、学び続ける子どもたち

レバノンで2019年末から顕在化し始めた経済危機。進まない政治改革、新型コロナウイルスの感染拡大やベイルート大規模爆発、さらにはウクライナ戦争の影響により、依然として経済回復の見通しが立っていません。貨幣価値の暴落や物価の高騰、停電の常態化に人びとは日々頭を抱えています。この混乱で、レバノンに住む6～14歳のシリア難民の子どもの就学率は大きく低下し、ほぼ半数が教育を受けられていません。

パルシックは、特に過酷な環境下にあるレバノン北東部に位置するアルサール市の準私立学校で、6～14歳のシリア難民300人に対する公式教育支援を行っています。また、深刻化する経済危機で地元レバノン人の困窮度も増しており、レバノン人困窮世帯の子どもたちが通学するためのマイクロバスの運行支援も実施しました。通常授業に加え、2022年7月から9月にかけては、サマースクールを開き、補習を中心に、遊びを使ったレクリエーション活動等を行いながら、シリア人とレバノン人の子どもたちが一緒に学べる機会を作りました。サマースクールの一環として開催した運動会では、子どもたちはバスケットボールやダンスを通して、国籍の区別なく協力し合うことを学びました。（風間）

（この事業は、ジャパン・プラットフォームの助成と皆さまからのご寄付で実施しています。）

9月に実施した運動会で、メダルをもらってうれしそうな子どもたち

人びとの様子

子どもたちへの心のサポート

シャヘドさん

2年生のシャヘドさんは、通学用送迎バスの中でいつも泣いていました。心のサポート担当の教員が保護者との面談を行ったところ「自分が十分に受けられなかった教育をなんとしても子どもには受けさせたいため、強い言い方で娘に学校に行くよう言っていた」ことが、シャヘドさんが逆に学校を好きになれなかった原因だと分かりました。教員が保護者に子どもへの接し方についてアドバイスし、また、シャヘドさんへカウンセリングを続けた結果、今では元気に学校に通っています。

シリア　養鶏による食糧生産

パルシックは2020年からシリア国内での食糧生産支援を行っており、ダマスカスでは、女性が家計の担い手となっている世帯や障がい者のいる世帯に鶏の雛を配り、養鶏の支援をしてきました。シリアでは、ウクライナ紛争や欧米諸国の経済制裁の影響で物価が大幅に上昇し、通貨価値の下落も止まらず、人びとの生活に大きな影響を与えています。卵の値段も上がり、卵を購入できない世帯も多くなっているため、養鶏によって各世帯が収穫した卵を食べて、食費の支出を軽減したり、卵や孵化した雛を販売したりして、少しでも生計が改善することを目指しています。

ダマスカスでの活動は今年で2年目になりますが、昨年の活動がうまくいき、各世帯で卵が生産され、雛も無事にかえっているという話が地域で広まっていたからか、今年の参加者は活動開始時からとても積極的でした。鶏小屋を清潔に保つことが卵の生産に関係すると分かると清掃用の道具をそろえ、鶏の具合が悪そうであるとすぐにスタッフに獣医の訪問をお願いして、獣医から熱心にアドバイスを受けていました。活動地域では多くの人たちが食糧不足で困っていますが、鶏が産んだ卵を活動の参加者が近所の困っている世帯におすそ分けする様子も見られ、地域で支えあっている姿をうれしく思いました。（大野木）

（この事業は、ジャパン・プラットフォームの助成と皆さまからのご寄付で実施しています。）

鶏の健康を確認する獣医

人びとの様子

鶏の世話をする子どもたち

女性が家計の担い手となっている世帯では、女性たちは家事と育児をしながら鶏の世話をしています。そのため子どもたちが家の鶏の世話を手伝う姿をよく見かけます。シリアの子どもたちはよく家の手伝いをします。子どもたちは、鶏と走り回ったり、それぞれの鶏に名前を付けたりして、楽しそうに手伝いをしていました。獣医の定期訪問の際には、すごく熱心にたくさんの質問をしている姿も見られました。

獣医の話を熱心に聞く子ども

ガザ　空爆で被災した農家への復興支援

2021年5月に起こったガザ空爆による被災者への緊急支援事業が2022年8月で終了しました。この事業は2021年7月より開始し、まず被害が大きかったガザ県と北ガザ県で食料配付と農業復興支援を実施し、2022年からは農業・畜産が盛んな中部ガザ県で農業復興支援を行いました。

中部ガザ県は北部に比べると被害が小さかったため、空爆直後は支援が北部に集中し、復旧が進んでいませんでした。パルシックは、この地域の4村の小規模農家102世帯が農業を再開できるように、被災した農地を整備し、灌漑パイプや肥料を配付し、さらに農家が共同で利用している水路を修復して農業用水を確保できるようにしました。事業には、空爆により職を失った人たち50名を雇用して、収入の機会を得られるようにしました。また、空爆の被害を受けた養鶏農家50世帯に雛や飼料を配付しました。

小規模農家の農地で灌漑パイプを設置している様子

終了間近の2022年8月に、再びイスラエルとの軍事衝突が勃発し、事業を中断するなどの影響を受けましたが、停戦後、無事にすべての活動を終えることができました。緊急支援事業はこれで終了ですが、パルシックのガザ地区での酪農支援事業は継続しています。今後もガザの人たちの生活再建そして復興への歩みに寄り添っていきます。

（高橋）

（この事業は、ジャパン・プラットフォームの助成と皆さまからのご寄付で実施しています。）

人びとの声

ガザ中部県アル・ヘケール村のアジーザさん

2014年のガザ侵攻後にパルシックが行った緊急支援をきっかけに養鶏を始めました。2021年5月の空爆では売る直前まで育てた鶏を大量に失いましたが、今回の緊急支援で鶏の雛を受け取り、すぐに養鶏を再開できました。保守的な考え方が残る農村で、女性が自立して養鶏ビジネスを続けることは簡単ではありません。養鶏は障害を持つ夫と7人の子どもを養うための収入を得る手段ですが、それだけではなくこの養鶏ビジネスへの挑戦を通じて自信がつき、自分が変わってきたと感じています。

養鶏小屋を案内してくれるアジーザさん

西岸地区　生ゴミ堆肥がオリーブの豊かな実りに

パレスチナ西岸地区の北アシーラ町で実施している循環型社会形成事業では、ゴミの埋め立てを減らすため、地域の家庭やお店から出るゴミを分別回収し、そのうちの生ゴミを利用して堆肥を作り、地域で盛んなオリーブ栽培に活用しています。堆肥作りには日本の専門家からの技術指導も受けており、北アシーラ町役場や農業組合と協力して、実際に作った堆肥を使って作物の栽培実験をし、品質改良と効果的な使い方の検討を続けています。

昨年より大きくたくさん実ったオリーブ

2021年末からは、実際に地域の農家が生ゴミを活用した堆肥をオリーブ畑に施肥し始めました。堆肥によって、オリーブ畑の土が柔らかくなり、水分量も増えて土壌が改善されてきました。生ゴミ堆肥を施肥してから初めての収穫を迎える2022年は、以前よりも明らかに多くの実が付き、色もよいと多くの農家がいいます。昨年も豊作でしたが、今年は昨年の1・5倍のオリーブオイルを作れるだろうと見込んでいる農家もいます。来年に実をつける新芽もよく成長していると専門家もみています。2022年度の後半は、この品質の良い堆肥作りの技術を広めて、今堆肥を作っている北アシーラ町役場の堆肥舎以外でも作れるように、堆肥講座を開講する準備をしています。

（高橋）

（この事業は、地球環境基金の助成と皆さまからのご寄付で実施しています。）

人びとの声

イマッド・ジャミールさん

イマッドさんは、北アシーラ町の農業組合のメンバーです。以前、別の場所で作られた堆肥を使ってみましたが、効果を感じられず使うのをやめていました。しかし、町で作る生ゴミを活用した堆肥に興味を持ち、生ゴミ分別にも参加し、再び堆肥を試しています。「オリーブ以外にも、ホウレンソウ、パセリ、キャベツ、レタス、カリフラワー、セージなどの栽培にも生ゴミ堆肥を利用しました。土壌が改善し、生産量も増えただけではなく、味も向上したと感じています」。

イマッド・ジャミールさん

経済危機下のスリランカ　緊急食料配付

物価の高騰が深刻化する中で、パルシックの事業地の一つスリランカ北部の内陸部に位置するムライティブ県タンニムリップ村では、1日に1食しか食べられない人たちが多くいると聞き、急きょ緊急支援のためのご寄付を募りました。8月末までにいただいたご寄付で9月24日にタンニムリップ村の全世帯（120世帯）と、同じく北部の他の村で暮らすサリーリサイクル事業に参加する女性たち（15世帯）の合計135世帯に、米や小麦粉、ココナッツオイルなどの約1週間分の食料と石鹸などの生活用品を届けました。

支援物資を受け取りに来た人たちは「このような支援はこれまでなかった。とてもうれしく大変ありがたい。支援をしてくださった日本の皆さんに心から感謝している」と口々に話していたそうです。経済危機による物価の高騰は今も続き、今回の配付で村人たちの暮らしが解決するわけではありませんが「当面の食料を心配しなくてもいい」、「子どもたちに栄養あるものを食べさせられる」ということは、一時のことであっても、人びとにとって大きな助けとなったようです。

スリランカ政府は金融支援を受けるためIMF（国際通貨基金）との交渉を進めていますが、物価の高騰と1日数時間の停電は続き、今も人びとは厳しい生活を強いられています。状況が改善することを願ってやみません。（西森光子）

（この事業は、皆さまからのご寄付で実施しました。）

上：支援物資を受け取りにきたタンニムリップ村の人たち　下：物資を受け取る村の女性（左）

人びとの声

支援物資を受け取った家族

内戦で夫を失い、私が働き2人の娘を養っています。娘たちは長らく朝食を食べずに学校に行っていますし、1日に1食しか食べられない日々が続きました。今回、食料支援をいただけたことで、家族で2週間、1日に3食の食事をとることができます。ご支援いただきありがとうございました。

母（左）と娘2人で暮らす家族

マレーシア　フィールドワークでの新たな挑戦

日本は新型コロナウイルスの第7波にあった8月から9月初旬に、ペナンでのフィールドワークを現地訪問とオンラインの形で3大学で実施しました。

3年ぶりに訪問したペナンは、政府の行動基準の順守という条件付きではありますが、自由に移動や経済活動ができるようになっていました。観光客がいなくなったジョージタウンが、ようやく息を吹き返しつつある中でのフィールドワークでした。

屋台に並ぶ人たちも街を歩く人も、しっかりマスクをつけて一定距離を保ち、多民族社会で生きるために一定の規範を守るマレーシア人の知恵が垣間見られましたが、本来の人びとのフレンドリーさは変わっていません。人びとと接する中で、学生さんたちの緊張が少しずつ取り除かれていく様子がわかりました。

昨年オンラインで校長先生にインタビューしたインド系小学校を今年は直接訪問。生徒さんたちがタミルの伝統の踊りや遊びを教えてくれた

オンライン開催はコロナ禍の昨年に続き2年目になりました。動画教材に加え、ペナンの村ではバーチャル川下りやホームステイも実施。また、マレーシア科学大学の学生と「宗教」と「移民」について議論し、参加学生から「興味深かった」との感想がありました。

今後については、オンライン開催か、やはり直接訪問なのか、試行錯誤が続きます。コロナ禍は、民際教育プログラムの在り方に新たなチャレンジとなりましたが、マレーシア側とより一層連携して、よりよいプログラムにしていきます。（大塚照代）

人びとの声

スジーラ・スコールさん
（マレーシア科学大学教授）

今年は、文化交流だけでなく、「宗教」と「移民」とテーマを決めて、お互いにプレゼンテーションを準備したうえで、グループディスカッションをしました。このやり方は、双方の学生が楽しく、興味を持って参加することができ、より考えを深めることができます。オンラインでの議論はよく準備されていましたが、学生たちは実際に会って交流することを望んでいます。

毎年、こうしたプログラムを続けていけばお互いの理解を深めていけると確信しています。

スジーラさん

from Sri Lanka

パーラ・スパイスシリーズの第2弾開発中！

スリランカの昨今の経済的混乱を受けて、運搬や資材調達などの課題はありましたが、小規模有機栽培農家グループ、エクサメンバーの皆さんと加工場の協力のもと、9月末に2回目のパーラ・スパイス 有機ブラックペッパーを無事入荷することができました。「量が多くて使いやすい」「美味しい有機スパイスがパルシックで買えてうれしい」などのお声をいただき、好評です。このため、計画していた仕入れのタイミングを前倒しし、数量も1.5倍に増やしての入荷となりました。ピリリと辛く、さわやかな香りのスパイスをぜひお試しください！ チーズトーストにブラックペッパーを振りかけて食べるのが、個人的なおすすめです。

スリランカ産有機ブラックペッパー。
ピリリと辛く、さわやかな香り！

そして現在、パーラ・スパイスシリーズの第2弾として同じくスリランカからシナモンの開発を進めています。先日、産地のデニヤヤからサンプルを送ってもらったところ、色むらがあったり、木の皮を削り取ったものなので丸まった先っぽがまっすぐでなかったり、シナモンも農産物であることをしみじみと感じました（なんとなくスパイスって加工品のような印象ありませんか？）。商品としてはできるだけ安定した美味しさをご提供できるようパウダー化したり、砕いてみたり、と商品化に向けて開発中です。お料理だけでなく、コーヒーや紅茶とも一緒に楽しんでいただけるシナモンの販売が、今年度中には実現できるよう進めていますので、乞うご期待！（根本知世）

それぞれに風貌が違うシナモン。
サンプルを前に商品開発会議

ちょっと寄り道♪ フェアトレードな人びと

今回ご紹介するのは、東京都足立区のOUCHI CAFE・KITCHENさんです。パルシックの2022年冬のギフトで新登場する「きなこクッキー」「カカオクッキー」の製造元です。「いつでも、誰でも、帰れる場所」をコンセプトに、精神障害を持つ方々のグループホーム、交流スペースと同じ建物の一角に、OUCHI CAFEさんはあります。一面に窓がある明るい店内に優しい温もりの木の椅子と机、美味しそうなお菓子やパンがならび、栄養満点のランチメニューが出ています。グループホームの方や地元の方をはじめ、誰でも利用できるカフェです。このお店の奥のキッチンスペースで作られるお菓子は、素材や製法にこだわって開発されているのが、このとびきりの美味しさの秘密。かわいくてまあるいクッキーは、精神障害を持つ調理担当の方々が一番安定して作れる形だと教えていただきました。「寂しい時や、不安になった時にいつでもどうぞ」というお店の姿勢のように、ひと口食べると温かい気持ちになるクッキーを、ぜひ召し上がりに訪ねてみてはいかがでしょうか。

クッキー製造中！

スタッフの泉さん（右）と久保さん

カフェ外観

••• OUCHI CAFE・KITCHEN •••

〒123-0841
東京都足立区西新井5-18-14
TEL：03-6803-1755

営業時間：平日12：00～16：00
お 休 み：土日祝日

from Timor Leste

今年のコーヒーと来年に向けたコーヒーの花

マウベシコーヒー生産者協同組合コカマウは、通常より1か月早い9月末に今年のコーヒーの収穫、加工作業を終えました。昨年の大豊作をうけた後の裏作だったことに加え、チェリー（と呼ばれるコーヒーの実）が熟した収穫初期に雨が続き、ひと月ほど一次加工に必要な天日乾燥ができませんでした。こうしたコーヒーは、農家は組合に出荷することができないため、チェリーのまま買ってもらえる業者へ売らざるを得ませんでした。このため、日本へのコーヒー生豆出荷量は大幅に落ち込み例年の約半分の38トンとなる見込みです。これから二次加工がなされ、日本へは今年の12月頃に入荷の予定です。

今年は本格的な乾季が2か月ほどしかなく、9月にはまた雨が降り始めました。コカマウのあるマウベシのコーヒー畑では、これまで見たことがないほどたくさんのコーヒーの花が開花しています。気候の変動が、東ティモールでも顕著に感じられる昨今、これらすべてが無事に実ることを祈る思いです。

コーヒーの白い花

今年の仕事を終えた果肉除去機で遊ぶ子ども

パルシックのフェアトレード商品

対等な交易を通じて、人と人のつながりと信頼を広げていくことこそが紛争の抑制、平和の形成に寄与すると考え、「商品の生産、流通、消費などが、市場の価格だけに依存するのではなく、人間的な交流と信用に基づく」という取引のかたちを目指して、直接的な交流、交易を重視しています。

冬のコーヒー mota で寒い日のコーヒータイムを

パルシックは今年の夏からシーズナルの期間限定コーヒーの販売という試みをはじめました。夏のコーヒー「ailaran」（テトゥン語で森）に続き、冬は「mota」。京都のコーヒー豆専門店・サーカスコーヒーさんに東ティモールのレボテロ集落の豆を深煎りで焙煎していただきます。

パルシックの東ティモールコーヒーは、マウベシコーヒー生産者共同組合コカマウが生産していますが、ひとくちに「コカマウ」と言っても、さまざまな集落が集まっています。作り手はもちろんのこと、それぞれ集落の地形や土壌が少しずつ異なることで、コーヒーが持つ特徴も異なります。シーズナルコーヒーでは、その異なる特徴を引き出し、皆さまに楽しんでもらいたいと思っています。深く焙煎することで黒糖のような自然の甘みが出てくるレボテロ集落のコーヒーで、今年の冬はほっと一息入れてはいかがでしょう。

motaはテトゥン語で川

東ティモール産生豆5種セット　フライパン焙煎に挑戦

コーヒーの味はどんな焙煎器で、どんな方法で、どれくらい時間をかけて焼くのかによって大きく異なります。一般的には焙煎時間が長くなるほど、苦みや甘味が増え、短いほどフレッシュさや酸味が出やすいと言われています。今回は、自宅のキッチンでスタッフが実験してみました。ぜひ、皆さんも秋の夜長に焙煎を試してみませんか。

■ 準備したもの

生豆5種、フライパン、コンロ、ザル、蓋

■ 工程

生豆をフライパンに投入し強めの中火～強火の火加減のままフライパンを振り続け、お好きな焙煎度で火を止め、ザルに移して熱を冷ます。

集落名	加工方法	今回試した焙煎
①ハヒマウ	ウォッシュト	シティロースト
②エルダウトゥバ	ウォッシュト	ハイロースト
③ロビボ	ナチュラル	浅めのミディアム
④ルスラウ	ハニー	フルシティ
⑤コハル組合	ハニー（ロブスタ種）	深めのミディアム

5種の生豆

フライパンで焙煎

焙煎後

感想

①　②　③　④　⑤

①シティローストのカフェティモールに似て飲みやすい
②ほどよい酸味のさわやかな味
③果実感のある特徴的な味
④ほんのり甘い香りがする
⑤香ばしくミルクと相性が良い

パルマルシェで好評発売中！！

東ティモール産
生豆5種セット
¥2,106（税込）

https://parmarche.com/SHOP/C006_set.html

パルマルシェ コラム：日々のこと
毎月2回発信中

東ティモールの子どもたちに栄養たっぷりな給食を届けたい！
クラウドファンディングのご報告

達成しました！
温かいご支援ありがとうございました

パルシックは、5歳未満の子どものおよそ半分が栄養不良にある東ティモールで、地元食材を使って栄養価の高いふりかけを作り、学校給食への導入を通じて子どもたちの栄養改善に取り組んできました。

料理教室の様子。まず栄養についての講義を受けます

東ティモールには、給食はありますが、食材の調達や調理は学校の近くに住んでいる保護者や教職員の家族が担当していることが多く、ほとんどの人は栄養の知識を持っていません。

そこでパルシックは、学校の給食調理担当者を対象にふりかけを使った料理教室を実施するため、今年の7月から8月にかけてクラウドファンディングに挑戦し、281人の方から目標金額を超える 3,016,000円ものご寄付をいただきました！

ふりかけを使ったお粥を食べる子ども

早速、開催された料理教室の参加者からは「食材を組み合わせることでバランスがよくなるということが分かったので、今後給食のメニューに活かしていきたいと思います」といった声が届いています。

見逃してしまったオンラインイベントも YouTube ParcicChannelで

コロナ禍ですっかりおなじみになったオンラインイベント。パルシックも2020年に初めてレバノンと繋いでイベントを開催して以来、ほぼ毎月、各活動地と繋いで、あるいはゲストをお招きして、報告会や講座を開催してきました。しかし、オンラインイベントは気軽な分、「申込みをしていたのを忘れてしまった！」、「気がついたら時間が過ぎていた」なんて経験はありませんか？

パルシックのYouTubeチャンネルでは、ほぼ毎回、イベントの開催後にアーカイブを公開しています。見逃してしまった方、ぜひ、チェックしてみてください。チャンネル登録もよろしくお願いします！

大好評だった東ティモールのコーヒー産地を訪ねるオンラインコーヒーツアーも見ることができます！

2021年度からミャンマーの専門家を招いて開催している「知る・繋がるミャンマー連続講座」。貴重なお話しの数々、ぜひご覧ください

＊すべてのイベントを公開してはおりませんのでご了承ください。

皆さまのご支援によって支えられています

パルシックサポーター

パルシックの活動に参加したいけれど何をしたら良いか分からない、時間がとれなくてボランティアに参加できない、という方はぜひサポーターになってパルシックを支えてください。

▶サポーター会費

月々 500円コース（月払い または 1年分6,000円一括払い）

月々 1,000円コース（月払い または 1年分12,000円一括払い）

※サポーター会費、寄付は寄付金控除の対象となります。

パルシック会員

パルシックの趣旨に賛同し、総会等を通じてパルシックの活動に参加していただける会員、賛助会員を募集しています。

▶年会費　会員：10,000円／賛助会員：20,000円

※入会ご希望の方は、東京事務所までお問い合わせください。

ご寄付のお願い

あなたの寄付で
パルシックの活動を支えてください。

事業地を指定してご寄付いただくこともできます。
みなさまの温かいご寄付をお待ちしています。

●クレジットカードでの寄付（Webサイトより）
https://www.parcic.org/donation/donate/

●郵便局からの寄付　郵便振替口座：00140-8-536957
口座名義：パルシック

●銀行からの寄付　三井住友銀行　神田支店（普）2384136
口座名義：特定非営利活動法人パルシック

※銀行からお振り込みの際は、ご住所とお名前をご一報ください。

サポーター・寄付ページ QRコード

民際協力ニュース　VOL.41　2022年12月

PARCiC
特定非営利活動法人 パルシック（認定NPO法人）
〒101-0063 東京都千代田区神田淡路町1-7-11 東洋ビル1F
電話：03-3253-8990　Fax：03-6206-8906
メール：office@parcic.org　Web：https://www.parcic.org

オンラインショップ ParMarche（パルマルシェ）
https://parmarche.com
twitter　@parcic_office　@parcic_ft
facebook　@parcic
Instagram　@parcic_tokyo
YouTube　@ParcicChannel